



**SHABBOS HAGADOL DERASHA 5781
WITH RABBI EFREM GOLDBERG**

Growing Community **Larger & Smaller at the Same Time**

Motzei Shabbos, March 20 at 9:00 pm



**Live in person in the Rand Sanctuary and
online at rabbiefremgoldberg.org/hagadol**



**Sponsored by the Freedman and Cohan families in loving memory
of Rabbi Simcha Freedman and Helen Cohan, who dedicated
their lives to strengthening Klal Yisrael and Medinat Yisrael.**

Missing your hugs?

Why touch is so important and can even mean living longer

Libby Galvin

11 March, 2021

MANY of us long to see our loved ones, and millions won't have had so much as a hug from a friend or family member in months – so the first thing you may want when you reunite is to embrace.

Yet, in a recent poll 59 per cent of people questioned said they would no longer greet others with a kiss, a hug, or even a handshake in future, for fear of spreading germs.

While such strategies may help cut the risk of catching coronavirus, science tells us a lack of physical contact may have knock-on implications for our health – and may even make us more likely to pick up infections.

A survey from early last year shows how much our attitude to human contact has changed since the pandemic.

Conducted between January 21 and March 30 (covering the nine weeks before, and a week into the first lockdown), it found that 72 per cent of people had a positive attitude toward touch and 43 per cent felt society was not 'touchy' enough – even before restrictions were introduced. The data, collected by researchers at Goldsmiths, University of London, from 40,000 participants in 112 countries, also showed that touch had benefits on mood and health (albeit self-reported).

"People who reported having received touch more recently tended to report higher levels of wellbeing and feeling less lonely," says Michael Banissy, a professor of psychology at Goldsmiths, who led the study. "This is in line with what we know from other work showing that 'affective' touching, such as stroking or hugging, that has an emotional aspect, can lower blood pressure, reduce stress and feelings of pain.

"It can also benefit our immune systems, improving the response of our cells against infection."

A study published in the journal Psychological Science in 2015 examined the role of hugs in fighting infectious disease. Psychologists at Carnegie Mellon University in the US questioned 404 participants about their social support, interpersonal conflict (any type of strain in relationships) and how much they'd been hugged in a two-week period, before exposing them to a common cold virus. Volunteers were then monitored in quarantine.

Those who'd had the most hugs were less likely to develop a cold – and if they did, they showed milder signs of illness. The researchers proposed that hugging and social support lowered levels of stress hormones such as cortisol, which can have a damaging effect on immunity.

"Studies over the past 10 to 15 years show that the best predictor of your mental and physical wellbeing and health is the number of close friends you have – with whom you do all these touching activities," says Robin Dunbar, a professor of evolutionary psychology at the University of Oxford.

"Touch triggers a set of specialised nerves in the skin that go directly to the brain and stimulate the release of endorphins, neurotransmitters [chemical messengers] involved in the pain system.

"It creates the same feelings as we get from morphine, to which endorphins are chemically related, but without the addictive properties. This reward system forms the basis of bonding in primates."

Prof Banissy adds: "Touch plays a really important role from the earliest stages of life; it's deeply linked to how we form social bonds, and these have been shown to be one of the biggest predictors of mortality."

So, although a year of social distancing has heightened awareness of how close contact can spread infection, there is such a thing as being too cautious, experts say.

"Interpersonal touch is a major part of our everyday lives – something we may not have thought about before," says Dr Natalie Bowling, who also worked on the study at Goldsmiths.

"Hugs in particular have a communicative value, demonstrating empathy. In our survey in the early days of the pandemic, 54 per cent of people said they had too little touch in their lives.

"Only 3 per cent said they had too much. Other research has shown that the proportion of people missing touch has increased to 60 and 70 per cent since then.

"We know that touch has a powerful effect in reducing our stress response, and so this is likely to negatively impact stress levels among people lacking touch."

In fact, a new study by psychologists at University College London and Royal Holloway, University of London, could be the first to show the effects of touch deprivation on mental health during Covid-19.

In a study of 1,746 participants in the UK, France and Mexico who had been practising social distancing or had been in lockdown for an average of 46.1 days, they found that the more participants lacked touch, the higher their self-reported scores for anxiety, loneliness and poor mental health.

"We are born with a biologically prescribed need for social care and comfort, and a life-long need for social attachment," says Aikaterini Fotopoulou, a professor of psychodynamic neuroscience at University College London, who led the study (which is yet to be peer-reviewed). "Without appropriate physical touch, we are deprived of this 'contact comfort' and we become worse at regulating negative emotions."

However, not everyone is craving a cuddle. The study showed that desire for contact was related to personality type.

"Individual differences and context are important – not everybody likes hugs," says Dr Bowling. "While most people report positive attitudes towards touch, a significant proportion in our study – 27 per cent – reported negative feelings. People who are more introverted tended to dislike touch more than extraverted people.

"Context is important, too – two-thirds of people said they would dislike being touched by a stranger. So it's important to acknowledge that while there are many health benefits associated with touch in certain contexts, not all forms of touch are beneficial to all people. A hug may not always be welcome."

But will those of us who do want a hug find our need for affection is snubbed by friends and family when restrictions ease?

Probably not, say psychologists. "Covid-19 restrictions have been applied for a relatively short period in comparison to our long evolution of social attachment and touch needs," says Prof Fotopoulou. "We will definitely return to hugs."

Prof Dunbar goes further, predicting a deluge of hugs, cuddles and squeezes as soon as it's safe.

"Once we decide Covid-19 has disappeared and we won't get infected, we'll be back to normal. This happened after the Spanish flu in 1920. Remember what followed – the Roaring Twenties, the biggest street party since the age of the Regency beaus."



For better or worse, working from home is here to stay

PUBLISHED THU, MAR 11 2021 8:00 AM EST

Jessica Dickler

“If it wasn’t for Covid, I would be in Seattle,” said Andrew Sager, a recent graduate who was hired as a software developer for Microsoft.

Instead of moving to Washington state last August, the 23-year-old went to Miami to work remotely and live with friends with similar arrangements.

One year into the [coronavirus pandemic](#), employers, particularly [tech companies](#) like [Microsoft](#), [Twitter](#), [Square](#), [Spotify](#), [Shopify](#) and [Amazon](#), are increasingly adopting extended work-from-home policies.

When Microsoft announced its new guidelines, which includes allowing employees to work from home full time with approval or move to a new location with salaries adjusted based on geography, Sager said he decided not to focus on what he was losing but rather what he was gaining.

Although he is giving up face time with co-workers and senior leaders at the company, he has the opportunity to live wherever he wants or move around.

“Who knows? I can be anywhere,” he said.

[Not unlike Microsoft’s “hybrid model,”](#) which also allows employees to work remotely part of the time, [employees at Spotify can choose](#) whether they’d prefer to work full time from home, from the office or a [combination of the two](#).

[Facebook](#) is allowing certain employees to work remotely full time as part of its new [policy](#). And Twitter told employees they can continue working from home [“forever” if they wish](#).

For the most part, workers applaud this new approach. [Vaccinated or not](#), more than half of employees said that, given the option, they would want to keep working from home even after the coronavirus crisis subsides, according to a survey by the [Pew Research Center](#).

For the most part, workers applaud this new approach. [Vaccinated or not](#), more than half of employees said that, given the option, they would want to keep working from home even after the coronavirus crisis subsides, according to a survey by the [Pew Research Center](#).

Before the Covid-19 outbreak, only 7% of workers in the U.S. had access to a “flexible workplace” benefit, or telework, according to another report by the [Pew](#) based on data from the Bureau of Labor Statistics’ most recent [National Compensation survey](#).

Those workers were mostly managers, white-collar professionals and highly paid.

Of course, not all workers have the ability to work from home, even now. There’s a [clear class divide between workers who can and cannot telework](#), Pew also found.

For those who can work from home for the first time, the new policies offer a reprieve from long commutes and lost time with family. They also allow workers to move to other potentially less expensive or more desirable locations, further from city centers or office complexes.

But telecommuting has been especially challenging, isolating and stressful, particularly for [parents of young children](#).

For younger workers just starting out, there is also a cost.

It's nearly impossible to cultivate relationships over [Zoom](#), [Slack](#) or [Microsoft Teams](#) and the same goes for connecting with a mentor — something that has proven to be [especially beneficial over the course a career](#).

“For a new person, it’s much more difficult to establish close and strong connections,” said Kevin Davis, founder and executive director of First Workings, a nonprofit that helps low-income students in New York secure paid internships and mentorships in the business community.

“That’s the sort of social capital that money can’t buy.”

After graduating last May, Ernesto Morales-Valiente was hired by Amazon as a software engineer. But, like Sager, Morales-Valiente didn’t move to Seattle either. Instead, the 23-year-old from Hackettstown, New Jersey, is living in New York City to be near friends.

Despite virtual happy hours and game nights with his new co-workers, trying to socialize with people he has never met in person is “really awkward,” he said.

Yet Morales-Valiente said he prefers working remotely.

“I think my career progress will be delayed a little bit, but it will happen,” he said.

Even for those companies that are planning a return to the office, it could still take months or even years to unwind last year’s sudden change in office culture, which is now the new normal.

Employers expect nearly 2 in 5 employees will still be working remotely at the end of 2021, compared with 57% who work remotely now, although that varies by industry, according to a recent report by Willis Towers Watson, a benefits consulting firm.

At that point, most employers said they may make it voluntary for some and mandatory for others or adopt some sort of [flexible weekly schedule](#), according to a separate report from [The Conference Board](#).

Davis advises younger workers to jump at the chance to return.

“If and when those companies do go back, I suggest they get into the office as fast as they can,” he said.

3.



Staying home for good

May 22, 2020 at 10:01 am

I like davening at home. Faster , no tachnoon, no mishaloochim, I start on time.

Reply

4. *Eish Tamid Haggadah*
R' Yisrael Meir Druk



כתב השל"ה (מסכת פסחים גר מצוה אות לה), "ונשלמה פרים שפתינו" (הושע יד, ג), על כן תקנו אנשי כנסת הגדולה התפילה כנגד התמידין, ותפילת המנחה היא נגד תמיד של בין הערבים. והנה, בזמן בית המקדש היה הפסח נשחט אחר התמיד של בין הערבים (פסחים נח ע"א), וכדי שישלמו פרים שפתינו, ראוי לעסוק בסדר קרבן פסח אחר תפילת המנחה. ע"כ. ועיין שם שהעתיק מספר "סדר היום" את כל הנוסח של אמירת קרבן פסח בערב פסח.

אכן נראה כי יש מקום לפקפק במנהג זה של אמירת קרבן פסח בערב פסח וכדלהלן.

לאיזה ענין העולה קודמת לחטאת?

הגמרא בזבחים (צ ע"א) אומרת כי היכן שיש גם חטאת וגם עולה, עולה קודמת, "אמר רבא למקראה הקדימה הכתוב", ובביאור דברי

רבא כתב רש"י שם, "למקראה הקדימה הכתוב – שתהא נקראת בענין תחילה, אבל בעבודתן חטאת קודמת".

התוספות שם הקשו על פירוש רש"י, מה חידוש הוא זה, הלא מובן הדבר שאם פרשת עולה קודמת שיקראה קודם, ומה חידוש רבא בכך, על כן הביאו התוספות פירוש רבינו חיים שהעולה קודמת לענין שצריך להקדישה קודם שמקדיש את החטאת, אבל להקריב, חטאת קודמת.

ובהגות חשק שלמה הקשה על דברי התוספות, שעדיין קשה מכל מוספי המועדים, פסח, שבועות, ראש השנה, יום כיפור וראש חודש, שכתבה התורה גם כן את העולות קודם לחטאת, ומה בא זה ללמדנו.

ונשלמה פרים שפתינו

וכתב החשק שלמה שם לפרש באופן אחר את דברי רבא "למקראה הקדימה הכתוב", שהכוונה בזה לענין מקרא פרשת הקרבן במקום שאינו יכול להביא קרבנות, וכגון בזמן הזה, או אפילו בזמן הבית אם היה רחוק מירושלים ולא היה יכול לבוא לירושלים ולהקריב, וכפי שאומרת הגמרא (מנחות קי ע"א), "אמר רבי יצחק, מאי דכתיב (שם ו, יח): "זאת תורת החטאת וזאת תורת האשם", כל העוסק בתורת חטאת כאילו הקריב חטאת, וכל העוסק בתורת אשם כאילו הקריב אשם".

אם כן לענין קריאה זו שנחשב כי מקיימים בה את ההקרבה בפועל מדין "ונשלמה פרים שפתינו", לענין זה קודמת העולה לחטאת.

שדורשת הגמרא בפסחים (נט ע"א), "ואכלו אותם אשר כופר בהם, מלמד שהכהנים אוכלים ובעלים מתכפרים".

והנה כאשר נחשב האדם למקריב קרבן מדין "ונשלמה פרים שפתינו", אכן יכול להחשב לו עסק התורה כאילו הקריב, אבל סוף כל סוף היכן שצריך גם כן אכילה גשמית, לא יהיה נחשב לו כאילו אכלו הכהנים בפועל, כי רק מה שנוגע לגבוה יכול להועיל כאילו הקריב, באשר התורה מבקשת את כוונת הלב, "רחמנא ליבא בעי", ולכן התורה מחשיבה לו כאילו הקריב ונתכפר לו בכך.

אבל מה שנוגע לאכילת הדיוט, לא תהא האמירה מועלת לזה, ועסק התורה שעוסק בתורת הקרבנות לא יוכל להחשב לו כאילו האכיל לכהנים את חלקם, ועל כן עדיין יחסר לו איזה שהוא חלק בכפרה, כאשר בא להתכפר על זה האופן.

על כן יש להקדים את קריאת פרשת עולה לקריאת פרשת חטאת, כי אמירת ועסק פרשת חטאת אינה מכפרת כפרה גמורה, כי עדיין חסר את חלק הכפרה שבא על ידי אכילת הכהנים, אבל בקריאת פרשת עולה, יש כפרה שלימה, מאחר וכולה לגבוה ואין בה אכילה לכהנים, כאשר מקריב אותה על ידי "ונשלמה פרים שפתינו", אין שום דבר המעכב את כפרתו.

וסדר העבודה לירושלים

עוד מיישב בזה גם כן את נוסח התפילה של "ותערב לפניך עתירתנו כעולה וכקרבן", תיקנו לומר בו, "השב שכינתך לציון עירך וסדר העבודה לירושלים", ויש לעיין מהו אותו סדר עבודה שעליו אנו מתפללים שישוב לירושלים.

וכעת יש לומר הפירוש, כי בתחילה אנו מבקשים מלפני הקדוש ברוך הוא, עכשיו שאין לנו מקדש ומקום להקריב בו קרבנות לכפר על כל חטאתינו, אנו מתפללים שלכל הפחות תבוא לנו הכפרה מצד

"ונשלמה פרים שפתינו", וזה תוכן בקשתנו "ותערב לפניך עתירתנו כעולה וכקרבן". והיינו מקדימים קודם קרבן עולה לשאר הקרבנות מזה הטעם, כי על ידי האמירה הקרבן עולה הוא הקרבן שמכפר באופן המושלם ביותר משום שאין בו אכילה, ונחשב ממש כאילו הקריבו.

אבל לעתיד לבוא, עיקר בקשתנו שיישב את סדר העבודה לירושלים, כי כאשר יבנה בית המקדש במהרה בימינו, אז יקריבו החטאת קודם העולה.



על פי זה נראה לומר כי העיקר חסר מן הספר ואין תועלת באמירת קרבן פסח, מאחר וכל עיקרו של קרבן הפסח הוא אכילתו למנויו ולא הקרבתו לגבוה בלבד, ממילא אין האמירה יכולה להוות תחליף במקום אכילתו, ועל זה לא נאמר "ונשלמה פרים שפתינו", ואכן בספרו "בנין שלמה" כתב הגאון רבי שלמה הכהן מוילנא שאין לומר את קרבן פסח, ונראה כי זהו לשיטתו בחיבורו "חשק שלמה", שהביא כאן כי הפסוק "ונשלמה פרים שפתינו" לא נאמר באופן שעיקר המצוה היא האכילה לכהנים או לבעלים, כי כל מה שנוגע לאכילת הדיוט צריך הדבר להיעשות בפועל ואינו מתקיים על ידי עסק התורה ואמירה בלבד.



5. Eizehu Mekoman

משנה ח הַבְּכוֹר וְהַמְעַשֵּׂר וְהַפֶּסַח קְדָשִׁים קָלִים שְׁחִיטָתוֹ בְּכָל מָקוֹם בְּעֶזְרָה וְדָמָן טָעוֹן מִתְּנָה אַחַת וּבִלְבָד שְׁתֵּי כֶּנֶדֶד הַיִּסּוֹד, שְׁנֵה בְּאֲכִילָתוֹ הַבְּכוֹר נֹאכֵל לַכֹּהֲנִים וְהַמְעַשֵּׂר לְכָל אָדָם, וְנֹאכֵלִין בְּכָל הָעִיר בְּכָל מֵאֵכֶל לְשְׁנֵי יָמִים וְלֵילָה אֶחָד: הַפֶּסַח אֵינוֹ נֹאכֵל אֶלָּא בַּלַּיְלָה וְאֵינוֹ נֹאכֵל אֶלָּא עַד חֲצוֹת וְאֵינוֹ נֹאכֵל אֶלָּא לְמַנְיָו וְאֵינוֹ נֹאכֵל אֶלָּא צֵלִי:

טעם איסור היציאה מפתח הבית

וַיִּקְרָא מֹשֶׁה לְכָל־זִקְנֵי יִשְׂרָאֵל וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם מִשְׁכּוֹ וּקְחוּ לָכֶם צֹאן לְמִשְׁפַּחְתֵּיכֶם וְשִׁחֲטוּ הַפֶּסַח. וְלָקַחְתֶּם אֶגְדַּת אֲזוּב וּטְבַלְתֶּם בָּדָם אֲשֶׁר־בָּסֶף וְהִצַּעְתֶּם אֶל־הַמִּשְׁקוֹף וְאֶל־שְׁתֵּי הַמְּזוּזוֹת מִן־הַדָּם אֲשֶׁר בָּסֶף וְאַתֶּם לֹא תֵצְאוּ אִישׁ מִפֶּתַח־בֵּיתוֹ עַד־בֹּקֶר.

מגיד שמאחר שניתנה רשות למשחית לחבל, אינו מבחין בין לדיק לרשע, ולילה רשות למחנלים הוא, שנאמר "בו תרמוש כל ביתו יער". [נשיין]

הנה בפשוטו נראה, כי האיסור לצאת איש מפתח ביתו עד בוקר הוא משום סכנת המשחית, שאינו מבחין בין צדיק לרשע, ואם יצאו מפתח ביתם עלול לחבול בהם המשחית המסתובב בחוץ, ואם כן הוא שייך דוקא לאותו הלילה שהיה בו מכת בכורות ואז ניתנה רשות למשחית לחבל.

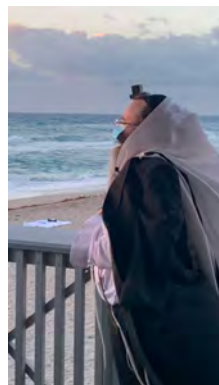
אמנם מצינו במשנה (פסחים צו ע"א): "מה בין פסח מצרים לפסח דורות, פסח מצרים מקחו מבעשור וטעון הזאה באגודת אזוב ועל המשקוף ועל שתי המזוזות ונאכל בחפזון בלילה אחד, ופסח דורות נוהג כל שבעה".

ובתוספתא (פסחים פרק ח הלכה טו) איתא: "פסח מצרים נאמר בו 'ואתם לא תצאו איש מפתח ביתו עד בוקר' מה שאין כן בפסח דורות".

והנה אם יסוד איסור היציאה הוא מישך שייכא למכת בכורות, שכיון שניתנה רשות למשחית אינו מבחין, מה שייך להכניס חילוק זה בכלל החילוקים בין פסח מצרים לפסח דורות, כיון שאין זה שייך לפסח, אלא הוא דין מסויים שהיה באותו הלילה שהיתה בו מכת בכורות.

מדברי התוספתא מוכח, שאיסור היציאה איש מפתח ביתו עד בוקר, הוא דין בסדר הקרבן פסח, שכך הוא סדר הקרבן להזות מן הדם על המשקיף ועל שתי המזוזות ולא לצאת כל אותו הלילה מפתח ביתו עד בוקר, וכן מבואר בסדר הפסוקים שהוא חלק מדין הקרבן, וכיון שהוא מישך שייכא לכל ענין הקרבת ועבודת הפסח, מבואר שהוצרך תנא דתוספתא לומר שכל זה בפסח מצרים ולא בפסח דורות, והוא מחודש מאוד.

6. Eish Tamid R' Yisrael Meir Druk



וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל־מֹשֶׁה וְאֶל־אַהֲרֹן בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם לֵאמֹר:

הַחֹדֶשׁ הַזֶּה לָכֶם רָאשׁ חֳדָשִׁים וְרֵאשׁוֹן הוּא לָכֶם לַחֹדֶשׁ הַשָּׁנָה:

דַּבְּרוּ אֶל־כָּל־עַדְתֵּי יִשְׂרָאֵל לֵאמֹר בַּעֲשׂוֹר לַחֹדֶשׁ הַזֶּה וַיִּקְחוּ לָהֶם אִישׁ שֶׁה לְבֵית־אֲבֹתָהּ שֶׁה לְבֵיתָ:

וְאִם־יִמְעַט מִהֵיֶת מִשֶּׁה וְלָקַח הוּא וּשְׁכֵנוֹ הִקְרֵב אֶל־בֵּיתוֹ בַּמִּכְסֶּת נִפְשֹׁת אִישׁ לְפִי אֲכָלוּ תִכְסּוּ עַל־הַשֶּׁה:

שֶׁה תָּמִים זָכַר בְּרִשְׁנָה יִהְיֶה לָכֶם מִן־הַכֹּבְדִּים וּמִן־הָעֲזִים תִּקְחוּ:

וְהִיָּה לָכֶם לְמִשְׁמֶרֶת עַד אַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם לַחֹדֶשׁ הַזֶּה וְשִׁחֲטוּ אוֹתוֹ כָּל קֹהֵל עַדְת־יִשְׂרָאֵל בְּיוֹם הָעֲרֻבִים:

וְלָקַחוּ מִן־הַדָּם וְנָתְנוּ עַל־שְׁתֵּי הַמְּזוֹזוֹת וְעַל־הַמִּשְׁקוֹף עַל הַבָּתִּים אֲשֶׁר־יֹאכְלוּ אוֹתוֹ בָּהֶם:

וְאָכְלוּ אֶת־הַבָּשָׂר בְּלִילָה הַזֶּה צְלִי־אֵשׁ וּמִצּוֹת עַל־מְרִירִים יֹאכְלֶהוּ:

אֶל־תֹּאכְלוּ מִמֶּנּוּ נֶאֱמַר וּבָשָׂל מְבֻשָׁל בָּמִים כִּי אִם־צְלִי־אֵשׁ רֵאשׁוֹ עַל־כָּרְעִיו וְעַל־קִרְבּוֹ:

וְלֹא־תוֹתִירוּ מִמֶּנּוּ עַד־בֹּקֶר וְהִנֵּתוּ מִמֶּנּוּ עַד־בֹּקֶר בָּאֵשׁ תִּשְׂרְפוּ:

וְכָכָה תֹּאכְלוּ אוֹתוֹ מִתְּנִיכֶם חֲגֻרִים גְּעִלִּיכֶם בִּרְגִלִיכֶם וּמִקְלָכֶם בְּיָדְכֶם וְאָכַלְתֶּם אוֹתוֹ בַּחֲפִזּוֹן פֶּסַח הוּא לִיהוָה:

וְעִבְרָתִי בְּאֶרֶץ־מִצְרַיִם בְּלִילָה הַזֶּה וְהִכִּיתִי כָל־בְּכוֹר בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם מֵאָדָם וְעַד־בְּהֵמָה וּבְכָל־אֱלֹהֵי מִצְרַיִם אֲעֲשֶׂה שְׁפָטִים אֲנִי יְהוָה:

וְהִיָּה הַדָּם לָאֵת עַל הַבָּתִּים אֲשֶׁר אַתֶּם שֹׂם וְרֵאִיתִי אֶת־הַדָּם וּפִסַּחְתִּי עֲלֵיכֶם וְלֹא־יִהְיֶה בָכֶם נֶגֶף לְמִשְׁחִית בְּהִכִּיתִי בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם:

וְהִיָּה הַיּוֹם הַזֶּה לָכֶם לְזָכְרוֹן וְחֻגְתֶּם אוֹתוֹ חֹג לִיהוָה לְדֹרֹתֵיכֶם חֻגַת עוֹלָם תִּחְגְּלוּ:

שִׁבְעַת יָמִים מִצּוֹת תֹּאכְלוּ אֹךְ בַּיּוֹם הָרֵאשׁוֹן תִּשְׁבִּיתוּ שְׁאֵר מִבְּתִיכֶם כִּי ׀ כָּל־אֹכַל חֲמֵץ וְנִכְרֵתָה הַנֶּפֶשׁ הַהוּא מִיִּשְׂרָאֵל מִיּוֹם הָרֵאשׁוֹן עַד־יוֹם הַשְּׁבִיעִי:

וּבַיּוֹם הָרֵאשׁוֹן מִקְרָא־קֹדֶשׁ וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מִקְרָא־קֹדֶשׁ יִהְיֶה לָכֶם כָּל־מְלָאכָה לֹא־יַעֲשֶׂה בָהֶם אֹךְ אֲשֶׁר יֹאכַל לְכָל־נֶפֶשׁ הוּא לִבְדּוֹ יַעֲשֶׂה לָכֶם:

וּשְׁמֹרְתֶם אֶת־הַמִּצּוֹת כִּי בְּעֶצֶם הַיּוֹם הַזֶּה הוֹצֵאתִי אֶת־צְבָאוֹתֵיכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם וּשְׁמֹרְתֶם אֶת־הַיּוֹם הַזֶּה לְדֹרֹתֵיכֶם חֻגַת עוֹלָם:

בְּרֵאשׁוֹן בְּאַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם לַחֹדֶשׁ בְּעָרֹב תֹּאכְלוּ מִצַּת עֹד יוֹם הָאֶחָד וְעֹשְׂרִים לַחֹדֶשׁ בְּעָרֹב:

שִׁבְעַת יָמִים שְׁאֵר לֹא יִמָּצֵא בְּבְתִיכֶם כִּי ׀ כָּל־אֹכַל מִחֲמִצָּת וְנִכְרֵתָה הַנֶּפֶשׁ הַהוּא מֵעַדְתֵּי יִשְׂרָאֵל בָּגֵר וּבְאִזְרָח הָאֶרֶץ:

כָּל־מִחֲמִצָּת לֹא תֹאכְלוּ בְּכָל מוֹשְׁבֵתֵיכֶם תֹּאכְלוּ מִצּוֹת: (פ)

וַיִּקְרָא מֹשֶׁה לְכָל־זִקְנֵי יִשְׂרָאֵל וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם מִשְׁכּוֹ וּקְחוּ לָכֶם צֹאן לְמִשְׁפַּחְתֵּיכֶם וּשְׁחֲטוּ הַפֶּסַח:

וְלָקַחְתֶּם אֶגְדַּת אִזּוֹב וּטְבַלְתֶּם בָּדָם אֲשֶׁר־בִּסְף וְהִגַּעְתֶּם אֶל־הַמִּשְׁקוֹף וְאֶל־שְׁתֵּי הַמְּזוֹזוֹת מִן־הַדָּם אֲשֶׁר בִּסְף וְאַתֶּם לֹא תִצָּאוּ אִישׁ מִמִּפְתַּח־בֵּיתוֹ עַד־בֹּקֶר:

וְעִבְרִי לִנְגֹף אֶת־מִצְרַיִם וְרָאָה אֶת־הַדָּם עַל־הַמִּשְׁקוֹף וְעַל שְׁתֵּי הַמְּזוֹזוֹת וּפִסַּח יְהוָה עַל־הַפֶּתַח וְלֹא יִתֵּן הַמִּשְׁחִית לָבֹא אֶל־בְּתִיכֶם לִנְגֹף:

וּשְׁמֹרְתֶם אֶת־הַדָּבָר הַזֶּה לְחֻק־לָכֶם וּלְבִנְיֶיךָ עַד־עוֹלָם:

וְהָיָה כִּי־תִבְאוּ אֶל־הָאֶרֶץ אֲשֶׁר יִתֵּן יְהוָה לָכֶם כְּאֲשֶׁר דִּבֶּר וּשְׁמֹרְתֶם אֶת־הָעֲבֹדָה הַזֹּאת:

וְהָיָה כִּי־יֵאמְרוּ אֲלֵיכֶם בְּנֵיכֶם מָה הָעֲבֹדָה הַזֹּאת לָכֶם:

וְאָמַרְתֶּם זִכְרֹנָה פֶּסַח הוּא לַיהוָה אֲשֶׁר פָּסַח עַל־בְּתִי בְּנֵי־יִשְׂרָאֵל בְּמִצְרַיִם בְּנִגְפוֹ אֶת־מִצְרַיִם וְאֶת־בְּתִינִי הִצִּיל וַיִּקַּד הָעָם וַיִּשְׁתַּחֲוּ:

וַיִּלְכוּ וַיַּעֲשׂוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל כַּאֲשֶׁר צִוָּה יְהוָה אֶת־מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן כֹּן עָשׂוּ: (ס)

וַיְהִי | בַּחֲצִי הַלַּיְלָה וַיְהִי הַחֹהַךְ כָּל־בְּכוֹר בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם מִבְּכוֹר פְּרֹעֶה הַיֹּשֵׁב עַל־כִּסְאוֹ עַד בְּכוֹר הַשְּׂבִי אֲשֶׁר בְּבֵית הַבּוֹר וְכָל בְּכוֹר בְּהֵמָה:

וַיָּקָם פְּרֹעֶה לַיְלָה הוּא וְכָל־עַבְדָּיו וְכָל־מִצְרַיִם וַתְּהִי צַעֲקָה גְדֹלָה בְּמִצְרַיִם כִּי־אֵין לָבִית אֲשֶׁר אֵין־שֵׁם מֵת:

וַיִּקְרָא לַמֶּלֶךְ וּלְאַהֲרֹן לַיְלָה וַיֹּאמֶר קוּמוּ צֵאוּ מִתּוֹךְ עַמִּי גַם־אַתֶּם גַּם־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וּלְכוּ עִבְדוּ אֶת־יְהוָה כְּדִבְרֵכֶם:

גַּם־צִאנְכֶם גַּם־בְּקֹרְכֶם קָחוּ כַּאֲשֶׁר דִּבַּרְתֶּם וּלְכוּ וּבִרְכַּתֶּם גַּם־אֹתִי:

וַתִּחַזַּק מִצְרַיִם עַל־הָעָם לַמָּהָר לְשַׁלְחָם מִן־הָאָרֶץ כִּי אָמְרוּ כָלֵנוּ מֵתִים:

וַיֵּשֶׂא הָעָם אֶת־בִּצְקוֹ טָרִם יַחֲמֹץ מִשְׁאֲרֵתָם צָרַחַת בְּשִׁמְלָתָם עַל־שִׁכְמָם:

וּבְנֵי־יִשְׂרָאֵל עָשׂוּ כַּדְּבַר מֹשֶׁה וַיִּשְׁאָלוּ מִמִּצְרַיִם כְּלִי־כֶסֶף וְכָלִי זָהָב וּשְׁמֶלֶת:

וַיְהִי־וְהָיָה נָתַן אֶת־חֹן הָעָם בְּעֵינֵי מִצְרַיִם וַיִּשְׁאָלוּ וַיִּנָּצְלוּ אֶת־מִצְרַיִם: (פ)

וַיִּסְעוּ בְּנֵי־יִשְׂרָאֵל מִרַעְמֶסֶס סִכְתָּה כֶּשֶׁשׁ־מֵאוֹת אֶלֶף רַגְלֵי הַגִּבֹּרִים לְבַד מִטָּרִי:

וְגַם־עָרַב רַב עָלָה אִתָּם וְצֵאוּ וּבָקְרוּ מִקְנֵה כֶּבֶד מְאֹד:

וַיֹּאמְרוּ אֶת־הַבָּצֵק אֲשֶׁר הוּצִיאוּ מִמִּצְרַיִם עֲגֹת מִצּוֹת כִּי לֹא חֲמֹץ כִּי־גִרְשׁוֹ מִמִּצְרַיִם וְלֹא יָכֻלוּ לְהַתְמַהֲמֶה וְגַם־צִדָּה לֹא־עָשׂוּ לָהֶם:

וּמוֹשֵׁב בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֲשֶׁר יָשְׁבוּ בְּמִצְרַיִם שְׁלֹשִׁים שָׁנָה וָאַרְבַּע מֵאוֹת שָׁנָה:

וַיְהִי מִקֵּץ שְׁלֹשִׁים שָׁנָה וָאַרְבַּע מֵאוֹת שָׁנָה וַיְהִי בַּעֲצֹם הַיּוֹם הַזֶּה יָצְאוּ כָל־צִבְאוֹת יְהוָה מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם:

לֵיל שְׁמֵרַיִם הוּא לַיהוָה לְהוּצִיאָם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם הוּא הַלַּיְלָה הַזֶּה לַיהוָה שְׁמֵרַיִם לְכָל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל לְדוֹרֵתָם: (פ)

וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל־מֹשֶׁה וְאַהֲרֹן זֹאת חֻקַּת הַפֶּסַח כָּל־בֹּרֵךְ לֹא־יֵאֱכַל בּוֹ:

וְכָל־עֶבֶד אִישׁ מִקְנֵת־כֶּסֶף וּמִלְתָּה אֹתוֹ אִזַּיִם יֵאֱכַל בּוֹ:

תּוֹשֵׁב וְשֹׁכֵר לֹא־יֵאֱכַל בּוֹ:

בְּבֵית אֶחָד יֵאֱכַל לֹא־תוּצִיא מִן־הַבֵּית מִן־הַבֶּשֶׂר חוּצָה וְעֶצֶם לֹא תִשְׁבְּרוּ־בּוֹ:

כָּל־עֲדַת יִשְׂרָאֵל יַעֲשׂוּ אֹתוֹ:

וְכִי־יִגְוֹר אֶתְךָ גֵּר וְעָשָׂה פֶּסַח לַיהוָה הַמּוֹלֵל לּוֹ כָּל־זָכָר וְאַזַּיִם יִקְרַב לַעֲשֹׂתוֹ וְהָיָה כְּאִזְנֹחַ הָאָרֶץ וְכָל־עַרְל לֹא־יֵאֱכַל בּוֹ:

תּוֹנֶה אֶחָת יְהִיָּה לְאַזְרַח וּלְגֹר הָגֹר בְּתוֹכָכֶם:

וַיַּעֲשׂוּ כָל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל כַּאֲשֶׁר צִוָּה יְהוָה אֶת־מֹשֶׁה וְאֶת־אַהֲרֹן כֹּן עָשׂוּ: (ס)

וַיְהִי בַּעֲצֹם הַיּוֹם הַזֶּה הוּצִיא יְהוָה אֶת־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם עַל־צִבְאוֹתָם: (פ)

8. *Shemos* 12

בְּבֵית אֶחָד יֵאָכֵל לֹא־תוֹצִיא מִן־הַבַּיִת מִן־הַבֶּשֶׂר חוּצָה וְעַצֵּם לֹא תִשְׁבְּרוּ־בּוֹ:

It shall be eaten in one house: you shall not take any of the flesh outside the house; nor shall you break a bone of it.

9. *Chizkuni*
1250-1310

בבית אחד יאכל לפי הפשט בבית שכל אחד ואחד בית אב יהא נאכל ולא ישלחו ממנו מנות איש לרעהו שאין זה דרך חפזון אלא דרך בני אדם הקבועים על הסעודה, אי נמי פן יפגע בהם המשחית. וכן כתוב ואתם לא תצאו איש מפתח ביתו עד בוקר.

בבית אחד יאכל, "it (all of it) must be consumed in one house;" according to the plain meaning this means that the Passover lamb must be consumed in the house of the owner. No parts of it may be sent to friends or acquaintances. When one consumes something in a hurry one does not have time to attend to such niceties. These considerations are only in place when one sits down to a meal that has been carefully prepared and is consumed at one's leisure. This is also one of the reasons why the Torah forbade any Israelite to leave his home during that night until morning.

10. *R' Don Yitzchak*
Abarbanel
1437-1508

העם תמיד נמשך במעשיו בדרך הגדולים. והזהירם עוד שעם היותם בוטחי' בה' בזה הגנה לא יעצרו כח בלילה ההוא לצאת מביתם וללכת בתוך העיר וזה לא תצאו איש מפתח ביתו עד בקר רוצה לומר שלא יצאו מהבתים מפני המצריים כדי שלא יראו אותם בעת קלקלתם ומות בכוריהם ויחרחרו ריב עמהם לאמר אתם המיתם את עמנו לכן לא יצאו מן הבית עד הבקר שיצאו לדרכם כדי שלא ירשיעו המצריים עמהם וגם צוה כדי שאותו לילה יתעסקו כולו במצות הפסח ולא יפנו אל דבר אחר וכפי דעת חז"ל (ש"ר פ"ז) שנמולו באותו לילה תהיה הסבה כדי שלא יזיקם האויר כי הנמול בצאתו לאויר הלילה ביום המילה יסתכן מאד. ואמר ועבר ה' לנגוף

11. Meshech Chochma
R' Meir Simcha of Dvinsk
1843-1926



זרה ועבודתם, כמו שכתב רבינו בפרק ג' מהלכות עכו"ם¹⁰. ומורה אשר השי"ת רוצה בקיום הנמצאים, ובהיותם על צד היושר והחסד, וחברה האנושית, אשר מטעם זה נאכל לחבורות¹¹. ואין שוחטין על היחיד¹². ולא חפץ ה' בהשחתת נפש המדבר¹³ בהקריבם אליו — חלילה לאל מוזרות כאלה! — וכמו שאמר במדרש (דברים רבה ב, לג) "ירא ה' בני ומלך (משלי כד, כא) — ואל למולך¹⁴. פירוש, שהעובדי מולך אומרים כי השי"ת חפץ בקרבנות האדם, וזה הוא התכלית לאדם כי ישרף על מוקד האליל או את בנו אשר אהב. לכן אמר כי השי"ת כמו מלך, אשר חפץ בקיום עמו — כי אין מלך בלא עם — כן השי"ת חפץ בקיום הנמצאים המפרסמים מציאותו ומכירים שמו. לכן אמר: אם כי תירא את ה', ירא אותו מלך, אבל לא כעובדי המולך.

אף משריש בלבב ישראל כי כולם שוים ועם קדוש לה' אלהיו, וכל אדם ראוי לבא להשגחה האלהית, לכן אין חזה ושוק בפסח¹⁵. ומורה על רצון השי"ת כי יבטל השעבוד מהאדם להאדם, "ועבדי הם" (ויקרא כה, נה) — ולא עבדים לעבדים (בבא קמא קטז, ב), וכולם בני חורין. וכאשר רצונו שהאדם לא יעבוד זולתו כן ברא אשר האדם לא יעמוד תחת נמצא אחר — יהיה גלגל או רוחני או כח טבעי — רק כולם כאחד המה מושפעים ומושגחים בפרטיות מהשי"ת, וכולם כאחד רחוקים ממנו בתכלית ובהשויה. כי המלאך הרוחני אינו קרוב להבורא יתברך משלשול קטן שבים, כי כולם הם אפשרי המציאות¹⁶ האמיתי, וחיותם תלוי בהשי"ת המחויב המציאות האמיתי. כל זה מורה עשיית הפסח!

ט, ז למה נגרע לבלתי הקריב וכו' בתוך בני ישראל⁵.

יתכן דתנא דבי ר' ישמעאל: כל מקום שנאמר "ביאה" — לאחר ירושה וישיבה הכתוב מדבר¹. אם כן לא היו מצווים על הפסח, ומשום הכי לא הקריבוהו כל ימי היותם במדבר. והא דהקריבו כשנה ב' ובגלגל — על פי הדיבור היה, תוספות סוף פרק קמא דקידושין². והטעם שנצטוו נראה: דמצאנו בכמה מקומות שהובדלו מעבודה זרה לעבודת השם יתברך לשמו המיוחד היה על ידי פסח³, כמו שמצאנו בחזקיה אחרי שביערו כל הטומאה, והוציאו הנדה והביאו קרבנות לכפר על שגגת עבודה זרה, עשה פסח לה⁴. [ולכן אמרו (בספרי לפסוק יד להלן) "וכי יגור אתכם גר ועשה פסח לה", יכול מיד⁵? — שהוא לטהר מעבודה זרה — תלמוד לומר (שם שם) "כחוקת הפסח וכמשפטו יעשה". וזה נאמר בפסח מדבר הבא לטהר ישראל מחטא של עגל⁶]. כי⁷ הפסח מורה על ההשגחה הפרטית, אשר מצוינים בה ישראל מכל העמים, אשר הבדיל בין עמו בני ישראל למצרים⁸, והבדיל בין בכור לאינו בכור⁹. ומורה על היותו בעצמו יתברך, הפועל בלי שום אמצעי ומסוכב, ושלא כהאומרים אשר מסר השגחתו — לרום מעלתו — לכוחות הגלגלים, גרמי השמים אשר הם מנהיגים את הטבע, אשר על זה נוסדו כל דרכי העבודה

8 וַיֹּשֶׁב אֶת־מֹשֶׁה וְאֶת־אַהֲרֹן אֶל־פַּרְעֹה וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם לְכוּ עֲבֹדוּ אֶת־יְהוָה
אֱלֹהֵיכֶם מִי וּמִי הֵהָלָכִים:

12. Shemos 8

So Moses and Aaron were brought back to Pharaoh and he said to them, "Go, worship the LORD your God! Who are the ones to go?"

9 וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה בְּנֹעַרֵינוּ וּבְזָקְנֵינוּ נֵלֶךְ בְּבָנֵינוּ וּבְכַנּוֹתֵנוּ בְּצֹאנֵנוּ וּבְבָקָרֵנוּ נֵלֶךְ כִּי
חַג־יְהוָה לָנוּ:

Moses replied, "We will all go, young and old: we will go with our sons and daughters, our flocks and herds; for we must observe the LORD's festival."

10 וַיֹּאמֶר אֲלֵהֶם יְהִי כֵן יְהוָה עִמָּכֶם כַּאֲשֶׁר אִשְׁלַח אֶתְכֶם וְאֶת־טַפְכֶם רְאוּ כִי
רָעָה נִגַּד פְּנֵיכֶם:

But he said to them, "The LORD be with you the same as I mean to let your children go with you! Clearly, you are bent on mischief."

11 לֹא כֵן לְכוּ־נָא הַגִּבֹּרִים וְעֲבֹדוּ אֶת־יְהוָה כִּי אַתָּה אַתָּם מִבְקָשִׁים וַיַּגִּרֶשׁ אֹתָם
מֵאֶת פְּנֵי פַרְעֹה: (פ)

13. Shema

וְאֶהְבֶּתָּ אֶת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בְּכָל־לֵבְךָ וּבְכָל־נַפְשְׁךָ וּבְכָל־מַאֲדְךָ: וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְךָ הַיּוֹם
עַל־לֵבְךָ: וְשִׁנַּנְתָּם לְבִנְיָהּ וְדִבַּרְתָּ בָם בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבִלְכֹתְךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְכְךָ וּבְקוֹמְךָ: וְקִשְׁרָתָם לְאוֹת
עַל־יָדְךָ וְהָיוּ לְטֹטְפוֹת בֵּין עֵינֶיךָ: וְכִתַּבְתָּם עַל־מַזְזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ:

15.

הגרש"י בורנשטיין שליט"א אמר לי
בשם הגאון רבי אהרן לוי' זצ"ל הי"ד
רבה של ריישא: בית של גוי זה פאר
והדר. כשגוי יכנס לבית יהודי מה הוא
רואה? ספרים, שולחן סטנדר, תמונות
של גדולי ישראל וכו', נדמה לו שזה בית
כנסת. המליץ הרב מריישא על כך את
הפסוק: כי ביתי - בית תפילה יקרא לכל
העמים... הבית היהודי נראה להם כבית
תפילה. אבל באמת כך צריך להיות. חוס
של בית יהודי. שמירה של הבית מה
שפחות להסתובב מחוץ לבית וכך
לשמור על הקדושה והחמימות בבית
ולא לחפש תענוגים במקומות אחרים.

14. Yeshaya 56:7

וְהֵבִיאֹתִים אֶל־הָר קֹדְשִׁי וְשִׁמְחֹתִים בְּבֵית תַּפְלִיתִי עוֹלֵתֵיהֶם
וּזְבָחֵיהֶם לְרָצוֹן עַל־מִזְבְּחִי כִּי בֵיתִי בֵּית־תַּפְלָה יִקְרָא לְכָל־הָעַמִּים:

I will bring them to My sacred mount And let them rejoice in My house of prayer. Their burnt offerings and sacrifices Shall be welcome on My altar; For My House shall be called A house of prayer for all peoples."

The Gemara returns to its discussion of prophecies of consolation that are related to those in the book of Hosea. And [Rabbi Elazar](#) said: What is the meaning of that **which is written**: “**And many peoples shall go and say: Go and let us go up to the mountain of the Lord, to the house of the God of Jacob**; and He will teach us of His ways, and we will walk in His paths” ([Isaiah 2:3](#))? The Gemara notes that Jacob is the only Patriarch mentioned and asks: Is **He the God of Jacob and not the God of Abraham and Isaac?**

Rather, the verse specifically mentions Jacob to allude to the fact that the Temple will ultimately be described in the same way that Jacob referred to it. It will **not** be referred to **as** it was referred to by **Abraham**. **It is written of him** that when he prayed at the location of the Temple mountain, he called it **mount**, as it is stated: “**As it is said on this day: On the mount where the Lord is seen**” ([Genesis 22:14](#)). And it will **not** be referred to **as** it was referred to by **Isaac**. **It is written of him** that he called the location of the Temple **field** when he prayed there, as it is stated: “**And Isaac went out to meditate in the field**” ([Genesis 24:63](#)). **Rather**, it will be described **as** it was referred to by **Jacob**, who called it **house**, as it is stated: “**And he called the name of that place Beth-El**” ([Genesis 28:19](#)), which means house of God.

16. Pesachim 88a

ובבלאי עסקי באורייתא ואמר ר' אלעזר מאי דכתיב ^(א) והלכו עמים רבים ואמרו לכו ונעלה אל הר ה' אל בית אלהי יעקב וגו' אלהי יעקב ולא אלהי אברהם ויצחק אלא לא כאברהם שכתוב בו הר שנאמר ^(ב) אשר יאמר היום בהר ה' יראה ולא ^(ג) כיצחק שכתוב בו שדה שנאמר ^(ד) ויצא יצחק לשוח בשדה אלא כיעקב שקראו בית שנאמר ^(ה) ויקרא את שם המקום ההוא בית אל א"ר

17. Barchina

קְרַחֲמֵנוּ הוּא יְבָרֵךְ אֶת־(אָבִי מוֹרִי) בְּעַל הַבַּיִת הַזֶּה, וְאֶת־(אִמִּי מוֹרֶתִי) בַּעֲלַת הַבַּיִת הַזֶּה, אוֹתָם וְאֶת־בֵּיתָם וְאֶת־זִרְעָם וְאֶת־כָּל־אֲשֶׁר לָהֶם

May the Merciful One bless my father, my teacher, the master of this house,
and my mother, my teacher, the mistress of this house; them, their household,
their children and all that is theirs.

שִׁמּוֹר אֶת־חֹדֶשׁ הָאָבִיב וְעִשִׂיתָ פֶּסַח לַיהוָה אֱלֹהֶיךָ כִּי בַחֹדֶשׁ הָאָבִיב הוֹצִיאָךְ יְהוָה אֱלֹהֶיךָ מִמִּצְרַיִם לַיְלָה:

וְזָבַחְתָּ פֶּסַח לַיהוָה אֱלֹהֶיךָ צֹאן וּבָקָר בַּמָּקוֹם אֲשֶׁר־יִבְחָר יְהוָה לְשָׁכֹן שְׁמוֹ שָׁם:

לֹא־תֹאכַל עָלָיו חֶמֶץ שִׁבְעַת יָמִים תֹּאכַל־עָלָיו מִצּוֹת לֶחֶם עֲנִי כִי בַחֲפִזּוֹן יֵצְאתָ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְמַעַן תִּזְכֹּר אֶת־יוֹם צֵאתְךָ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם כָּל יְמֵי חַיֶּיךָ:

וְלֹא־יֵרָאֶה לְךָ שְׁעָר בְּכָל־גְּבֻלְךָ שִׁבְעַת יָמִים וְלֹא־יָלִיו מִרֹּהֲבֶשֶׁת אֲשֶׁר תִּזְבַּח בְּעֶרֶב בַּיּוֹם הָרִאשׁוֹן לַבֹּקֶר:

לֹא תִּזְבַּח אֶת־הַפֶּסַח בְּאֶחָד שְׁעָרֶיךָ אֲשֶׁר־יְהוָה אֱלֹהֶיךָ נָתַן לָךְ:

כִּי אִם־אֶל־הַמָּקוֹם אֲשֶׁר־יִבְחָר יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְשָׁכֹן שְׁמוֹ שָׁם תִּזְבַּח אֶת־הַפֶּסַח בְּעֶרֶב כִּבּוֹא הַשֶּׁמֶשׁ מוֹעֵד צֵאתְךָ מִמִּצְרַיִם:

וּבִשְׁלֹתָ וְאָכַלְתָּ בַּמָּקוֹם אֲשֶׁר יִבְחָר יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בּוֹ וּפְנִיתָ בַּבֹּקֶר וְהִלַּכְתָּ לְאֹהֲלֶיךָ:

שִׁשֶּׁת יָמִים תֹּאכַל מִצּוֹת וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי עֲצַרְתָּ לַיהוָה אֱלֹהֶיךָ לֹא תַעֲשֶׂה מְלָאכָה: (ס)

שִׁבְעָה שָׁבַעַת תִּסְפֹּר־לָךְ מִהַחֵל חֹרֶמֶשׁ בְּקֶמָה תִּחַל לִסְפֹּר שִׁבְעָה שָׁבַעַת:

מכילתא דרבי ישמעאל י"ב:מ"א'

בבית אחד יאכל בחבורה אחת הכתוב מדבר. אתה אומר בחבורה אחת, או אינו אלא בבית אחד כמשמעו. כשהוא אומר על הבתים אשר יאכלו אותו בהם, שומע אני שהוא נאכל בבתים הרבה. הא מה תלמוד לומר בבית אחד יאכל – בחבורה אחת. (ומה אני מקיים על הבתים אשר יאכלו אותו בהם,) מכאן אמרו, הפסח נאכל בשני מקומות ואין נאכל בשתי חבורות. (רבי שמעון בן יוחאי אומר,) בשני מקומות כיצד? היו בבית אחד ובקעה עליהם הקורה ויוצאים לחוץ. היו בחצר וירדו גשמים עליהם, ונכנסו בתוך הבית. נמצא אוכלים אותו בשני מקומות.

19. Midrash Mechilta D'Rebbe Yishmael

Mekhilta d'Rabbi Yishmael 12:46:1

(Exodus 12:46) "In one house shall it be eaten": R. Shimon b. Yochai says: In one group. You say in one group, but perhaps (the intent is) "in one house," literally? (This is not so, for) from (Ibid. 12:7) "of the houses where they eat it" I learn that it may be eaten in many houses." How, then, am I to understand "In one house shall it be eaten"? In one group — whence he ruled: The Pesach may be eaten in two places, but not in two groups. R. Shimon b. Yochai says: "in two places" — How so? If they were in one house and the roof fell in, they (as one group) go outside. If they were in the yard and it started to rain, they go into the house — so they are found to eat (as one group) in two places.

20. Rambam
Hilchos Korban Pesach
Perek 9

כל האוכל מן הפסח אינו אוכל אלא בחבורה אחת ואין מוציא ממונו מן החבורה שיאכל בה. והמוציא ממונו כזית בשר מחבורה לחבורה בליל חמשה עשר לוקה שנאמר (שמות יב מו) "לא תוציא מן הבית מן הבשר חוצה". והוא שניחנו בחוץ. שהוצאה כתובה בו כשבת לפיכך צריך עקירה והנחה כהוצאת שבת. ואין מוציא אחר מוציא בפסח שכיון שהוציאו הראשון נפסל. מן האגף ולפנים כלפנים מן האגף ולחוץ כלחוץ והאגף עצמו שהוא עבי הפתח כלחוץ. החלונות ועבי הכתלים כלפנים. הגגים והעליות אינן בכלל הבית

בשר הפסח שיצא חוץ לחבורתו בין בזדון בין בשגגה נאסר באכילה והרי הוא כבשר קדשי קדשים שיצא חוץ לעזרה או בשר קדשים קלים שיצא חוץ לחומות ירושלים שהכל כטרפה. ולוקין על אכילתו כמו שבארנו במעשה הקרבנות. איבר שיצא מקצתו חותך הבשר ויורד עד שמגיע לעצם וקולף את הבשר כל שבפנים יאכל וכל שבחוץ ישרף. כשהוא מגיע לעצם חותך בקופיץ אם היה שאר קדשים. ואם היה פסח שאסור לשבר בו עצם קולף עד הפרק ומפרק האיבר שיצא מקצתו מן הפרק ומשליכו לחוץ

שתי חבורות שהיו אוכלות בבית אחד צריכה כל חבורה מהן לעשות לה הקף שנאמר (שמות יב מו) "מן הבשר חוצה". מפי השמועה למדו שצריך לתן לו חוצה למקום אכילתו. ואלו הופכין את פניהן אילך ואוכלין ואלו הופכין את פניהן אילך ואוכלין כדי שלא יראו מערבים

והסוג הרביעי קרבן יחיד כעין קרבן צבור.
והוא קרבן פסח ששוחט כל אדם בימים ארבעה
עשר בניסן כמו שנתבאר בפסחים⁸⁵. וכן ער

21. Rambam
Introduction to Zevachim

Rav Huna, son of Rav Yehoshua, said to **Rava**: And according to the *tanna* of the aforementioned *baraita*, concerning the dispute between **Rabbi Meir** and **Rabbi Ya'akov**, what is different with regard to the Paschal offering, that he calls it the offering of an individual? And what is different with regard to the Festival peace-offering, which is eaten with the Paschal offering, that he calls it a communal offering? If this distinction is because the Festival peace-offering is brought by a multitude, i.e., the entire nation brings it, the Paschal offering is also brought by a multitude, not as an individual offering. **Rava** replied: There is the second *Pesah*, which is not brought by a multitude, and therefore the *tanna* does not call the Paschal offering a communal offering.

22. Yuma 51a

ועושה תמורה דקרבן יחיד הוא קסבר⁸⁶ אין שוחטין הפסח על היחיד ונוקמיה בפסח שני מי דחי מומאה אמר ליה רב הונא בריה דרב יהושע לרבא ותנא מ"ש פסח דקרי ליה קרבן יחיד ומ"ש חגיגה דקרי ליה קרבן⁸⁷ ציבור אי משום דאתי בכנופיא פסח נמי אתי בכנופיא איכא פסח שני דלא אתי בכנופיא אמר ליה אם כן יהא דוחה את

Rabba said: The reason of Rabbi Shimon is not based upon: "You shall not do," as Reish Lakish claims, but upon another verse. **As it is taught** in a *baraita* that **Rabbi Shimon says:** From where is it derived that one who slaughters his Paschal offering on a private altar at a time when it is prohibited to sacrifice offerings on private altars violates a prohibition? The verse states: "You may not sacrifice the Paschal offering within any of your gates; but at the place that the Lord your God shall choose to cause His name to dwell in, there you shall sacrifice the Paschal offering" (Deuteronomy 16:5-6).

One might have thought that even at a time when it is permitted to sacrifice offerings on private altars this is so. Therefore, the verse states: "Within any [*be'ahad*] of your gates," which indicates that I said this prohibition to you only when all of the Jewish people enter the Temple through one [*ehad*] gate in order to sacrifice their offerings. When there is no permanent communal altar, it is permitted to slaughter the Paschal offering on a private altar.

אומר מנין לזוהב * פסח בבמות יחיד בשעת איסור הבמות שהוא בלא תעשה ת"ל * לא תוכל לזבוח את הפסח יכול אף בשעת היתר הבמות כן ת"ל * באחד שעריך לא אמרתי לך אלא בשעה שכל ישראל נכנסין בשער אחד אימת אי נימא אחר הצות כרת נמי * מחייב אלא לאו קודם הצות * לעולם לאחר הצות * ובשעת היתר הבמות קאי והא בשעת איסור הבמות קאמר איסור במה לו היתר במה לחבירו: מחוסר זמן כו': והני בני

קרבן פסח כקרבן ציבור

24. *Ner L'Maor Haggadah*
R' Moshe Zvi Neria
1913-1995



שנינו במכילתא פ' בא פרשה ה' ש"אם אין להם לישראל אלא פסח אחד, כולן יוצאין בו ידי חובתם, למדנו מכאן כי קרבן הפסח, אף על פי שחובתו היא על כל יחיד מישראל, בעיקרו קרבן ציבור הוא - "כל עדת ישראל יעשו אותו". ונראה לבאר הדבר על פי הבחנה מיוחדת בפרשת קרבן פסח, הרמוזה בדברי קדמונים ונתבארה מפי אחרונים, והיא: כשם שיש מצווה על הצבור להקריב קרבן תמיד, כך מצווה עליהם להקריב קרבן פסח (נ"י סמורנו שמות י"ב, כ"ז: "יהיה כי יאסרו אליכם בניהם וכו' - למה לא יספיק קרבן אחד לכל ישראל כמו בשאר קרבנות ציבור"). אלא שבקרבן פסח נוספה גם מצוות-אכילה, ולכן כל יחיד חייב בפרשת קרבן הפסח.

והבהיר הגר"א לנדא ז"ל בספרו "בירורי המצוות" על המכילתא, (וויילנא תר"ד). והגאון ר' מנחם זמבא הי"ד הרחיב דבריו וכתב: "נראה מלשונו שכמו שיש חובת ציבור בתמידים ומוספים... כך יש חובת ציבור בפסח, שכל הציבור יביאו פסח - ומכל מקום לא מצינו שיהיה חיוב להביא פסח אחד ביחד, מלבד הפסחים שמביאים כל אחד ואחד, משום שכיוון שהפסח אתי בכנופיא הוי כמו קרבן ציבור (יומטא נ"א, א') יוצאים הצבור בזה" (יועזר אברהם, וורשא תרפ"ג, סי' ד').

ועל פי זה נתבאר דעתו של רבי יהודה, הסובר ש"אין שוחטין את הפסח על היחיד" (פסחים נ"א, א') ודריש לה מקרא, ברם טעמא דמילתא לא נתבאר. אכן מה שסתם לנו התנא במסכת פסחים, נתגלה על ידי אמורא במסכת יומא, וזה ששנינו שם (נ"א, א'): "ולוקמה (רב ששת) בפסח וכו' דקרבן יחיד הוא!" ומתוצאת הגמ': "קסבר אין שוחטין את הפסח על היחיד", משמע שרב ששת, שסבירא ליה כרי יהודה מפרש טעמו של דבר, ש"פסח אינו קרבן-יחיד" ורי"ח שם, ואף על פי שכל יחיד חייב בו, הרי ביסודו קרבן-צבור הוא. העמיק הגר"י הוטנר ז"ל וכתב: "בעוד אשר כל קרבנות הציבור, תורת הציבור היא העושה אותם לקרבנות הציבור, הנה קרבן פסח הוא העושה את הציבור ע"י תורת הקרבן שבו" (נחמד יצחק פסח, מאמר ל"ג אות ב').

ואף הרמב"ם בפ"ב מהלי קרבן פסח ה"ב, שפסק כרי יוסי שבדיעבד כשר, הוסיף: "ומשתדלין שלא ישחוט (יחיד) לכתחילה, שנאמר: (כל עדת ישראל) יעשו אותו" (נ"י שפת אמת זכאים צ"ט, בי הואיל ופסח קרבן ציבור הוא, שחל מביאים אותו בכלל קרבנו).

איסור אכילה של חבורת גרים

שנינו לעניין קרבן פסח הקרב בחבורה: "אין עושין חבורה שכולה גרים" (מסכת צ"א, ב"י). הטעם מפורש בבבלי הוא: "שמא ידקדקו בו ויביאו לידי פסול" (משום שאינם בני תורה יחמירו עליו לדקדק, ויפסלוהו על חינוכ. רש"י). והטעם המפורש בירושלמי שם (פ"ה, ה"ז) הוא הפוך: "מתוך שהן מקולקלין אין מדקדקין בו, והם מביאים אותו לידי פסול". נראה שיש לומר בזה גם טעם פנימי, והוא - שלא יבדלו הגרים לעצמם דווקא בקרבן פסח שהוא קרבן-הברית, שעיקרו הוא חידוש הברית שבין הקב"ה לכלל ישראל בכל שנה, וכשם שלכתחילה "אין שוחטין את הפסח על היחיד", מפני שקרבן ברית צריך להיות בציבור - יכל עדת ישראל יעשו אותו - הוא הדין שהגרים הבאים להתקהל ביעקב, חובתם להבליט ולהדגיש הצטרפותם והתכללותם ביקהל עדת ישראל. על יסוד זה עמדו גם "האנשים אשר היו טמאים לנפש אדם", שהוסיפו למשאלתם "למה נגרע לבלתי הקריב את קרבן ד' במועדו", את המלים "**בתוך בני ישראל**" (במדבר טו, ז) - הבינו והדגישו שיש משמעות מיוחדת להקרבת קרבן זה **יחד עם כלל ישראל**. ונראה להוסיף שהנה מצות קרבן-פסח דוחה שבת למרות שבשבת מקריבים רק קורבנות ציבור משום שגם אם היא נעשית על ידי כל יחיד, במהותה היא עניין הקשור עם הכלל, כמו שאמרו ביומא (נ"א, א') אף על גב דקרבן-יחיד הוא הרי "אתי בכנופיא", וברור שהכוונה היא שישודו הוא ציבורי. ומהלכה ששנה לנו ר' יהודה ש"אין שוחטין את הפסח על היחיד" (מסכת צ"א, א') ולפי ג' הנ"ל במכילתא זו גם דעת ר' עקיבא למדנו את חובת ההבלטה של קרבן-פסח (ע"י עולת ראיה ח"א, עמ' קע"ח, ובמועדי ראיה עמ' צח"ד בחערק). כי קרבן פסח בעיקרו הוא קרבן ברית בין ד' לבין עמו, ובכל שנה ושנה מתחדשת ברית זו בליל "ברית בין הבתרים" (ע"י רש"י טמאת י"ב, ט"ב).

ביאור הדברים, כל הניסים שאירעו לישראל היו כבר לאחר היותם לעם אחד, ואזי הקדוש ברוך הוא דאג להם ושמר עליהם כעם, מה שאין כן בפסח, עדיין לא היו ישראל לעם אחד, רק ביציאת מצרים יצר אותם ה' להיותם לו עבדים ועם אחד, ככתוב (ישעיהו מג. כא): "עם זו יצרתי לי", שהקדוש ברוך הוא יצר אותם לעם, אבל קודם לכן עוד לא היו עם שלם רק יחידים, אם כן נס ההצלה והגאולה ממצרים נעשה לכל יחיד ויחיד בפני עצמו, שהקדוש ברוך הוא גאל אותו משם, ולאחר מכן כאשר גאל אחד אחד מבני ישראל, נתקבצו והיו לעם אחד.

מתבאר בזה כי נס יציאת מצרים איננו נס כללי כי אם נס פרטי, ועל כן כל יחיד ויחיד צריך לעשות קרבן פסח בפני עצמו, כי הגאולה היתה גאולה פרטית שלו, ומאחר שעל ידי גאולה פרטית של כל אחד ואחד נעשו יחידים לעם, על כן לכל קרבן יחיד יש דין של קרבן ציבור.

זו הסיבה שנקבע שמו של החג ל"חג הפסח", מה שפסח הקדוש ברוך הוא על בתי בני ישראל במצרים, אין זה רק אירוע אחד מתוך כל האירועים הרבים שאירעו להם שם, אלא זהו הדבר הגדול והמהותי ביותר שאירע במצרים עוד יותר מעצם היציאה, כי בכך שהקדוש ברוך הוא פסח על הבתים, זה היה הביטוי לגאולת כל אחד ואחד, כל בית שה' פסח עליו, הוא כאומר לו הריני רוצה לגאול אותך באופן אישי, זו הסיבה המיוחדת שהראה הקדוש ברוך הוא לכל יחיד ויחיד מישראל בחג הפסח ועל כן שמו זה של החג ראוי לו בהחלט.

לא כן חג הסוכות למשל, שם נאמר כי ראויים כל ישראל לישב בסוכה אחת, רוצה לומר שכל ענין החג הוא לישראל כעם אחד, על כן גם הקרבן ציבור שמביאים מספיק אחד עבור כולם, אבל בפסח היתה התייחסות מיוחדת ופרטית באופן אישי לכל אחד.

שְׁפַחַת הַקֶּדֶשׁ בְּרוּךְ הוּא עַל בִּתְּי אֲבוֹהֵינוּ בְּמִצְרַיִם, שְׁמֵאמֶר: וְאֶמְרָתֶם זֶכֶח פֶּסַח הוּא לָהּ, אֲשֶׁר פֶּסַח עַל בִּתְּי בְּנֵי יִשְׂרָאֵל בְּמִצְרַיִם בְּגֹפֹ אֶת מִצְרַיִם, וְאֵת בִּתְּנוֹ הָעִזִּי.

שמו של חג הפסח ניתן לו על שם מעשה זה של דילוג וקפיצה, שפסח הקדוש ברוך הוא על בתי בני ישראל במצרים.

נשאלת השאלה, הן אמנם שזה היה נס הצלה לישראל שלא ניגפו באותו לילה, אבל מדוע שם החג שהוא דבר מהותי נקבע על המעשה הזה, הלא ראוי היה יותר אילו היה נקבע השם על הדברים המהותיים יותר, כמו גאולה, יציאת מצרים או חירות, מדוע שמו של החג ניתן לו על שם הפסיחה, אשר נראה מזה כי הוא ענין שורשי ומהותי בכל החג, צריך ביאור.

בפסח כל יחיד מקריב קרבן ציבור

הספורנו בפרשת בא על פסוק זה "ואמרתם זבח פסח", נתקשה מדוע חג הפסח הינו החג היחיד שכל אחד ואחד מקריב בו קרבן, ועם כל זה יש לכל אחד דין של קרבן ציבור, מה נשתנה משאר המועדים שמקריבים קרבן ציבור אחד, ואילו כאן כל יחיד ויחיד אומר הספורנו בזה הלשון "והוצרך כל אחד להקריב כי הנס נעשה לכל יחיד בפני עצמו ולא לציבור בכלל".

יחידו גדול למדנו בדברי הספורנו, בכל שאר המועדים נעשה הנס לכל הכלל ישראל באופן כללי, כמו בחג הסוכות שזכו כולם לעניי הכבוד, ובשבועות זכו כולם לקבל תורה, לא כן בפסח, לא היה זה נס כללי שנפדו כל ישראל משיעבוד לגאולה, אלא הנס היה לכל יחיד ויחיד.

26. *Rashi (Shemos 12)*

ושחטו אתו וגו'. וכי כלן שוחטין? אלא מכאן ששלוחו של אדם
במותו (קידושין מלכים א):

AND THEY SHALL SLAUGHTER IT etc. — But did they all slaughter it (one alone did this on behalf of the company formed to eat that particular lamb; cf. Chullin 29b)? But we derive from this statement the legal principle that a man's agent is as himself (this is derived from the fact that although one alone slaughtered the lamb on behalf of many, Scripture still states: they shall slaughter it) (Mekhilta d'Rabbi Yishmael 12:6:2; Kiddushin 41b).

27. *Sefer Ha'Chinuch*
Mitzvah #13

משרשי מצוה זו, כמו שכתוב בשחטתו, לזכר נסי מצרים, ועל כן ראוי
שלא יאכל בו מומר (משמד), מאחר שאנו עושין אותו ולזכרון
שבאנו באותו הזמן לחסות תחת כנפי השכינה ונכנסנו בברית התורה
והאמונה, אין ראוי שנאכל ממנו למי שהוא הפך מזה שיצא מן הכלל
וכפר באמונה. ועל כיוצא בזה נאמר בגמרא לפעמים: סברא הוא, כלומר
ואין צריך ראייה אחרת (פ"ט מהלכות קרבן פסח)

From the roots of this commandment is like that which is written about its slaughter (Sefer HaChinukh 5) - that it is to remember the miracles of Egypt. And therefore it is fitting that a habitual sinner (apostate) not eat from it. Since we are doing it as a sign and as a memory device that we came at that time to take refuge under the wings of the Divine Presence and that we entered into the covenant of Torah and faith, it is not fitting that we feed him - someone who is the opposite of this and went out from the group and denied the faith - of it. And sometimes it is said in the Gemara about things similar to this, "It is logical" - meaning to say that there is no need for a [further] proof (Mishneh Torah, Laws of Paschal Offering 9).

28. *Ha'Seder Ha'Aruch*

כל דכפין ייתי ויכול

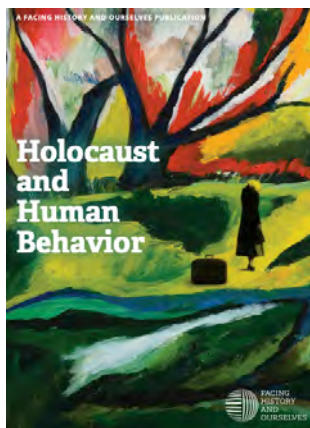
בקרן פסח מצינו שיש חיוב מיוחד לבעל הבית שישתף עמו אחרים באכילת
הפסח, כמו שנאמר (שמות יב, ד): "ולקח הוא ושכנו הקרוב אל ביתו". ומשתדל
שלא ישחט לכתחילה על יחיד, שנאמר (שמות יב, מז) "יעשו אותו" (רמב"ם קרבן פסח
פ"ב ה"ב). וזכור לקרבן פסח אומרים בליל פסח "כל דכפין ייתי ויכול" (רשימות הגר"מ
שורקין בשם הגר"ד סלוביציץ מבוססות).

עוד טעמים בענין זה, ראה לעיל פרק קלא ולהלן בעיונים בהגדה ד"ה כל דכפין
ייתי ויכול.

ואכלו את הבשר בלילה הזה עלי אש על מצות ומרורים יאכלוהו (שמות י"ב): כבר נתבאר לך כי הפסח מורה על שהוא יתברך אחר, ולכן נצטוו שאסור לאכול הפסח בשני חבורות (מכילתא פרשת בא) שאם כן היה זה חלוק ופרוד וכל עבודת הפסח מורה שהוא

יתברך יחיד. וזה נודע ביציאת מצרים שהרי עשה הקדוש ברוך הוא עם ישראל נסים ונפלאות במצרים כרצונו ואין מי יאמר לו מה תעשה. וכל הנסים ונפלאות במצרים להודיע שהוא יתברך יחיד בעליונים ובתחתונים. כמו שאמר יתרו (שמות י"ח) עתה ידעתי כי גדול ה' מכל האלהים וגו' ועוד יתבאר זה לקמן. ומפני זה היה קרבן פסח מורה על אחדותו יתברך, וצוה לאכול הפסח על מצות ומרורים, להורות כי מאתו שהוא אחד יבאו פעולות מחולקות. ולא נאמר כי אחד שהוא אחד פעולותיו אחדים, שלא ימשך מדבר שהוא אחד רבוי פעולות. כי האש שיש בו טבע אחד אינו פועל רק פעולה אחת לחמם, והמים שיש בהם טבע אחד אין פעולתם רק לקרר. ואין הדבר הזה בעליון יתברך כמו שהיו סוברים המינים שאמרו מפי עליון לא תצא הרעות והטוב, כלומר מן אחד לא יבא דברים מחולקים. אבל האמת אינו כך אבל הוא יתברך אחד ומיוחד כמו שהורה לנו בהוציא אותנו ממצרים ונודע אחדותו בעולם. מכל מקום הוא פועל פעולות הפכיות שהוא הגואל ומביא השעבוד כמו שגאלנו ממצרים והוא הביא השעבוד על ישראל. ולפיכך צוה לאכול הפסח הנה המורה על האחדות על מצות ומרורים, המצת מורה על הגאולה כאשר ידוע והמרורים על השעבוד לומר כי הכל בכחו שהוא המוחץ והוא הרופא. ובעזרתו בענין הזה נאריך לקמן. ואל תאמר הרי המצת אינה מורה על הגאולה, רק בשביל שלא הספיק בצקת של אבותינו להתחמץ כי גרשו ממצרים וזה לא היה בלילה קודם שיצאו. בשלמא המרורים שפיר מורה על שעבוד ישראל אבל מצה שהוא מורה על הגאולה איך היה מורה על הגאולה ועדיין לא היה זה שלא הספיק בצקת של אבותינו להתחמץ. אם תרצה תוכל לומר כמו שפירוש הרמב"ן שהיה גלוי וידוע לפני הקב"ה שעתידין לצאת בחסותו. שכן אמר (שמות י"א) בשלחו כלה גרש גרש אתכם בעל כרחו, וכמו שגלה להם שיגרש אותם בעל כרחם, כך גלה להם שלא יספיק בצקת

שלחם להתחמץ שכל כך יגרש אותם. אמנם לקמן יתבאר דלא קשיא מידי והוא נכון כאשר אמרנו שפיקר המצת מורה על הגאולה כמו המרורים שמורה על שעבוד, כי המרירות מורה שעבוד, לפי שהאדם מתפעל מן המרירות כמו שמתפעל המשועבד לכך המרורים מורים על השיעבוד. וכן המצת שנקראת מצה בשביל שאין בה טעם כלל והאוכלה לא יקבל שום התפעלות. ודו"ל שמשו בלשון מצה על דבר שאין בה טעם כלל לקרא אותו בשם מצה שקראו (שבת פ"ט ע"א) שלא מליח ולא קמית ולא עפיץ מצה. בשביל שאין בו דבר כלל, לפיכך המצת היא על חירות שכך הוא ענין החירות שאין בו התפעלות כלל. וכמו שהשעבוד נרמז במרור על שם המרירות המופלג המורה על שעבוד כי כל מרור האוכלו מתפעל מן מרירתו. כך מורה המצת על חירות שאין בה התפעלות וזה ענין החירות בעצמו: ועוד דע כי אי אפשר שיצאו ישראל מן השעבוד כי אם על ידי הקב"ה בעצמו. ולא מצד המזל ולא בשום צד זולת זה כמו שיתבאר בעזרת השם יתברך. ולפיכך לא יצאו ישראל במדרגה שיש בה זמן רק במדרגה שאין בה זמן, כי כל הדברים נוסלים תחת הזמן ונבראים בזמן זולת השם יתברך שאינו נוסל תחת הזמן. ולכן אסר להם החמץ שהיו נעשה בזמן וצוה על המצת שהיו בלא זמן. ולפיכך היה אכילתם ביציאתם לחירות המצת שאין לה המשך זמן כלל ואסר להם החמץ שנעשה בזמן. כי ישראל יצאו לחירות במדרגה אלהית שאין בה זמן. ולפיכך נתן הכתוב הסבה באכילת מצה שלא הספיק בצקת אבותינו להתחמץ עד שנגלה עליהם מלך מלכי המלכים וגאלם. זכר מלך מלכי המלכים אצל זה, וביאור זה כאשר היו רוצים להכין עצמם אל הדרך לצאת והתחילו לעסוק בבצק, לא הספיק בצקתם להתחמץ שגאולתם חיתה בלא זמן. להודיע כי הגאולה שלחם במדרגה גבוהה לא מצד המזל שהוא גשמי פועל בזמן. וכך היה גואל אותם הקדוש ברוך הוא בלי המשך זמן כלל כאשר אמרנו. לפי שיצאו לא על



30.

Wednesday March 11, 1942

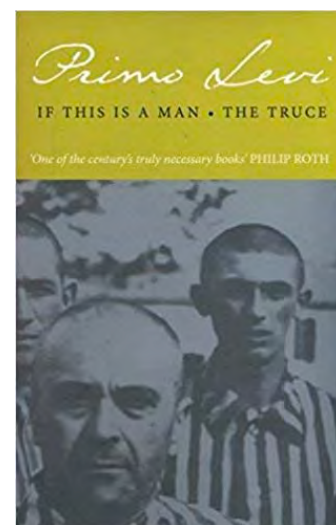
This ration is much worse than the previous one. Terrible hunger is awaiting us again. I got the vegetable ration right away. There is only vinegar and ice in the beets. There is no food, we are going to starve to death. All my teeth ache and I am very hungry. My left leg is frostbitten. I ate almost all the honey. What have I done? I'm so selfish. What are they going to put on their bread now, what will they say? Mom, I'm unworthy of you. You work so hard. Besides working in the workshop, she also moonlights for a woman who sells clothes in the street. My mom looks awful, like a shadow. She works very hard . . .

Today I had a fight with my father. I swore at him, even cursed him. It happened because yesterday I weighed twenty decagrams of *zacierki* [egg noodles] and then sneaked a spoonful. When my father came back, he immediately noticed that some *zacierki* were missing. My father started yelling at me and he was right. But since the chairman [Mordechai Chaim Rumkowski, the head of the Jewish Council of Łódź] gave out these *zacierki* to be cooked, why can't I have some? I became very upset and cursed my father. What have I done? I regret it so much, but it can't be undone. My father is not going to forgive me. How will I ever look him in the eyes? He stood by the window and cried like a baby. Not even a stranger insulted him before. The whole family witnessed this incident. I went to bed as soon as possible, without dinner. I thought I would die of hunger, because we have our meal only in the evening. I fell asleep and woke at twelve. My mom was still working at the sewing machine. I couldn't stand the hunger, so I got up and took a piece of meal. We would be a happy family, if I didn't fight with everybody. All the fights are started by me. I must be manipulated by some evil force. I would like to be different, but I don't have a strong enough will. There is nobody I can talk to. Why isn't there anybody who would guide me, why can't anyone teach me? I hate my sister. She is a stranger to me. God, show me what is right. Today there was a ration of eight kilograms of briquettes for those who don't get provisions in the kitchen.

31. Primo Levi

When the broken window was repaired and the stove began to spread its heat, something seemed to relax in everyone, and at that moment Towarowski (a Franco-Pole of twenty-three, with typhus) proposed to the others that each of them offer a slice of bread to us three who had been working. And so it was agreed.

Only a day before this would have been inconceivable. The law of the camp said: "Eat your own bread, and if you can, that of your neighbor." To do otherwise would have been suicidal. The offer of sharing bread was the first human gesture that occurred among us. I believe that that moment can be dated as the beginning of the change by which we who had not died slowly changed from *Haftlinge* [prisoners] to men again.



The Seder and the Hessed Community

The meal as the medium through which the individual, breaking out of his encasement, finds the “thou” and begins to address himself to him was introduced by God in Egypt on the night of the fifteenth of Nisan prior to the miraculous exodus. The ceremonial of the Passover meal, centered around the paschal lamb, aims at the emergence of the new *hessed* community, for *hessed* is the characteristic mark of the free man. The bondsman is not spiritually capable of joining the *hessed* community, because he is too much concerned with himself, too insecure, too fearful as regards the morrow, too humiliated to think of someone else, too frightened and too meek.

People who spent time in the concentration camps during the Holocaust tell me that something similar, something dehumanizing, happened to most of them. All emotions were extinguished, no compassion, no sympathy, no *hessed*, no concern for the “thou” stirred in their bosom. Every human instinct, every noble emotion was nipped in the bud by grisly fear and horror. When they came back to the gates of the camp after twelve or fifteen hours of work, the Nazi doctor used to look at them and classify them as right or left; right meant back into the cold barracks on an empty stomach, and left meant straight to the crematorium. There was no time to practice *hessed*; there was no time to experience the need for *hessed*; there was no time to be concerned about anyone else. There was only one fright, one horror, one fear: perhaps the doctor will send me to the left. And once the doctor said “Right,” the prisoner did not care about anyone else. This is exactly what happens to a slave. Only free and proud people think of others and share with others.

The birth of the *hessed* community—of a nation within which people unite, give things away, care for each other, share what they possess—is symbolized by the paschal sacrifice. God did not need the paschal lamb; He had no interest in the sacrifice. He simply wanted the people—slaves who had just come out of the house of bondage—to emerge from their isolation and insane self-centeredness into the *hessed* community, where the little that man has is too much for himself, where whatever he possesses transcends his ability to enjoy. Let us read a few verses in the Book of Exodus dealing with this ceremonial:

32. Rav Yosef Dov Soloveitchik
1903-1993



The Lord said unto Moses and Aaron: This is the ordinance of the paschal sacrifice; no stranger shall eat thereof. . . . In one house shall it be eaten; you shall not carry any of the flesh outside, out of the house. . . (12:43, 45).

If the household is too little for a lamb, let him and his neighbor next to his house take it according to the number of the souls. . . (12:4).

A new fellowship was formed around the paschal lamb; a new community sprang into existence. Being together, living with each other, sharing something many possess in common was made possible by the ceremonial of the paschal lamb. The Halakhah coined the term *havurah* with reference to the group gathering together for this ceremonial (e.g., Mishnah *Pesachim* 8:7). Eating together is a great medium of communication between individuals. Therefore, everything is shared.

The slave suddenly realizes that the little he has saved up for himself, a single lamb, is too much for him. The slave spontaneously does something he would never have believed he was capable of doing, namely, he knocks on the door of his neighbor, whom he had never noticed, inviting him to share the lamb with him and to eat together. No wonder our Seder commences with the declaration, “*Ha lahma anya*, This is the bread of poverty.” Whatever we possess, even if it is just the bread of the poor, or poor bread, is too much for us, and we invite all to come and share with us: “Let all who are hungry come and eat.”

What unites people partaking together of a common meal? Not the physical act of eating, but a sense of solidarity and sympathy. People who happen to meet in a dining car or in a restau-

rant will never feel drawn to each other because of their coincidental sitting around the same table, even if this event may repeat itself often. The social motif in dining together is discernible only when the people meet intentionally, not accidentally. Planned meals in which many participate are the mold in which togetherness, community-mindedness, and relatedness are fashioned.

The reason for this is obvious, as we have already indicated. An invitation extended to an acquaintance to join me at a meal is indicative of the sense of responsibility and sympathy I feel with respect to the invited guests. I want the thou to share my joy and the pleasure I derive from partaking of the food given to me by the Almighty. In the invitation, there is sympathetic understanding for and response to the other self's needs and cravings. It demonstrates that I think not exclusively of myself, that while I am driven by a biological impulse to some action, I refuse to take this action alone. Rather, I take it in community with others, who either do not have the means necessary for gratifying their physical needs or hate to be alone and quest for sociability and togetherness.

When man is engaged in a carnal pursuit such as eating, and his own need presses the most, insisting upon immediate remedial action that is insanely centered about himself, the Torah expects of him attentiveness to the need of the other self. The norm of charity comes to the fore. Invite not the rich, the one upon whom God has showered His blessings in abundance, but the poor, the destitute, the lonely and abandoned who crave food and companionship. While answering the call of the *physis*, man must obey the summons of the *ethos*. Eat not your food alone, share with others, form a community of "haves" and "have-nots," since the bread of which you partake is not yours but God's; it is out of His hand that you eat. When you are hungry, even though you have garnered in your storehouses enough grain to last you for many years, a new reality is laid bare before you, the one of pain and discomfort. A new challenge rises

out of this reality, one to which you must respond quickly and unhesitatingly. Your own travail summons you to sympathetic action with regard to the other self; you must share your meal with him. You and he must join a new community, where the small and the great meet and the servant is equal to his master. If the flavor of a delicious dish has excited your appetite, you must hallow this excitement by letting the other self sit at your table and form a fellowship with you. Every physical excitement contains a challenge, a demand, which you must meet courageously. Thus, the meal is transposed into a sacrificial institution, into an act of *caritas*.

But you must eat them before the Lord your God in the place which the Lord your God shall choose: you, your son, your daughter, your manservant, your maidservant, and the Levite who is within your gates (Deut. 12:18).

You shall rejoice before the Lord your God: you, your son, your manservant, your maidservant, the Levite . . . , the stranger, the orphan, and the widow that are in your midst (Deut. 16:11).

Inability to Marry

The third norm pertaining to a slave is his inability to effect a marriage. Judaism apparently considers marriage not only a sociological institution but also a metaphysical existential community. To marry means to cut down the barriers that separate individuals from each other, to substitute for egocentricity and self-concern the bright spaces of joy and spiritual experience. Marriage is supposed to precipitate the transition from an individual to a communal existence. Only people who recognize themselves as created in God's image, people who transcend themselves, who are capable of thinking in terms of others, in terms of an existence above and beyond their natural one—only they are able to perform the forward movement, to surge toward another person, extend their concerns, and create a covenantal community. The slave is in fear of his life and always ready to flee—and that fright extinguishes every moral feeling within his person. He cannot give of himself to others; he does not care for them and considers everyone his enemy. He protects himself; he cannot think about others or be concerned with them.

Interestingly, the symbol of redemption in the Torah is the *korban pesah*, the paschal offering, which is a very strange sacrifice. The concept of *havurah*, community, is completely nonexistent regarding other offerings: *shelamim*, *hatat*, *olah*, and *asham*. Pesah has been linked up by the Torah with *havurah* to such an extent that one sage is of the opinion that an individual cannot offer the paschal lamb; only a group may do so (*Pesachim* 91a). The *pesah* differs from all other sacrifices because it is a symbol of *herut*, freedom. The Torah calls the paschal lamb, "*seh le-veit avot*, *seh la-bayit*, a lamb according to the house of their fathers, a lamb for a household" (Ex. 12:3), because freedom expresses itself in the realm of *bayit*, of community, of being together. *Bayit* is a new category which was revealed to the Jews as they gained their freedom.

It is for this reason that, although on all holidays one must rejoice together with those less fortunate (see Rambam, *Hilkhot*

Yom Tov 6:18), Pesah has been singled out to express the precept of *tzedakah*, of *hesed*, of sharing. This *hesed* is based on the feeling of Jewish solidarity, which is rooted in the events of the Egyptian servitude and exodus. When the Jews came to Egypt, they were not yet a people; they were merely a clan. "Every man came with his household" (Ex. 1:1). But when God addressed Moses before the redemption, He used a term which signifies a people: "I have surely seen the affliction of My people (*ammi*) who are in Egypt, and have heard their cry because of their taskmasters; for I know their sorrows" (Ex. 3:7). The term *ammi* denotes togetherness—*am* is derived from *im*, "being with." A group cannot be called *am* if there is no solidarity. *Am* is indicative of a readiness to share, a sense of compassion. The Jews were taken out of Egypt and were freed not because of their spiritual grandeur, but simply because they were charitable to one another; there was a feeling of solidarity among them. The sense of mutual responsibility, and the devotion of the individual to the people as such, has always been the most beautiful characteristic trait of the Jewish people. They have never lost it, whether they are assimilated or observant.

Look at the solidarity of Diaspora Jews with our brethren in Israel. It is not so easy; there are many problems involved, and our sympathies have been misinterpreted by our enemies. Nevertheless, the sense of solidarity has never been suppressed. I will be frank with you. If in the 1940s we had responded to the call for help that came across the ocean from the ghettos in Poland, Lithuania, and the Baltic lands, we might have saved hundreds of thousands of Jews. We did not respond to that call.

I thought at the time that the Jewish community was falling apart, that there was no sense of solidarity, of being together, of suffering together. It was a terrible crime on our part; that is why I do not like to criticize Roosevelt or Churchill—we have sinned as well, and we have not purged ourselves from the great crime we committed, tolerating the destruction of six million

Jews. But nowadays, with regard to the State of Israel, we have responded in a manner which is worthy—like proud members of a proud nation, without cowardice and without reservations. The sense of solidarity still prevails among the Jews.

Pesah is the holiday of solidarity. Not all the Jews in Egypt were slaves. Slavery was neither uniform nor homogenous; there were various degrees of slavery. *Hazal* tell us that the tribe of Levi was never enslaved. The Jewish aristocracy, the people who were wealthy, those who paid high taxes, did not have to do physical labor. Still, there was unity of purpose, solidarity, and responsibility. Each one felt the pain of his neighbor, and that helped bring about the *ge'ulah*.

Therefore, on Pesah, before we sit down to read the Haggadah, we declare, "This is the poor bread that our forefathers ate in the land of Egypt. Let all who are hungry enter and eat; let all who are in need come and celebrate the Passover." I interpret "in the land of Egypt" as referring to the time when they were slaves. They not only ate this bread but shared it with each other. One had a matzah, and another had none; the former split the matzah in two and passed half to his unfortunate brother. Therefore, we eat the "poor bread" as does a pauper, *she-darko bi-prusah*, who eats a broken piece.

Although they may initially seem redundant, the two invitations we issue—"Let all who are hungry enter and eat; let all who are in need come and celebrate the Passover"—in reality

are not. *Kol ditzrikh* means those who are in need—but not in need of bread. Whoever is in need of bread, *dikhfin*, is hungry. *Kol ditzrikh* refers to one who is alone, who has a lot of matzah and wine but no home or family. There are indeed many ways to be included among the *kol ditzrikh*. The invitation to "all who are in need" is not *yeitei ve-yeikhul*, to eat with us; rather, it is to spend the Pesah with us, *yeitei ve-yifsakh*, to celebrate with us. It is an invitation addressed to unfortunate and lonely people. They might be millionaires; it is completely irrelevant.

Ha lahma anya is the renewal of a pledge of solidarity among the Jewish people—solidarity between individual and individual, and between the individual and the Jewish community as a whole. It is a proclamation that we are one people, and that we are ready to help one other. Pesah night is a time of sharing; if the sense of solidarity, responsibility, unity, and readiness to share and to participate are not manifested and demonstrated, the whole Seder becomes meaningless.

We have arrived at the definition of the slave as a typological category and, by contrast, the definition of the *ben horin*, the free person. The slave is a frightened personality living in time without experiencing the movement of time, one who is imprisoned within himself, unable to share his existential experience with others. The *ben horin* is the opposite, and on Pesah, we all strive to be *benei horin*.

COVID-19 Is Making America's Loneliness Epidemic Even Worse

TIME

BY JAMIE DUCHARME

MAY 8, 2020 8:30 AM EDT

33.

Driving around her Kearney, Missouri neighborhood is both respite and torture for Kathie Hodgson. She likes seeing other people out and about; it reminds her what life was like before COVID-19. But Hodgson, a 41-year-old teacher who lives alone after a recent divorce, says seeing happy families playing in their yards or walking their dogs can also send her plunging deep into a spiral of loneliness.

"You know, as much as I have valued my independence in the past year, it's finally hitting me that I would like to curl up on the couch with somebody at night," Hodgson says.

The irony, Hodgson says, is she was thrilled to live alone before the coronavirus pandemic hit, enjoying her "me time" and the newfound ability to date and see friends whenever she wanted—not long ago, she lived with her kids (who recently grew up and moved out) and a partner (who she recently divorced). But now that she's confined to her apartment almost 24 hours a day, she is feeling the emptiness of her home acutely.

"Some days I smile and feel okay," Hodgson says. "And other days I curl up in a ball and wonder if this goes on too much longer, will I be able to take it mentally? Can I last sanely living alone for months—a year?"

Even before the COVID-19 pandemic, public-health experts were concerned about an epidemic of loneliness in the U.S. The coronavirus has exacerbated that problem, with most face-to-face socializing for people still under lockdown orders indefinitely limited to members of their own households. For the 35.7 million Americans who live alone, that means no meaningful social contact at all, potentially for months on end.

Experts are rightly concerned about the mental health ramifications of this widespread isolation, especially since there's no agreed-upon tipping point at which acute loneliness transitions into a chronic problem with long-term consequences. A group of doctors from Boston Children's Hospital and Harvard Medical School warned in an April 22 [commentary](#) published in the *Annals of Internal Medicine* that physical distancing and stress caused by the pandemic, combined with rising firearm sales, could worsen the suicide crisis the U.S. has already been weathering for more than a decade.

On the other hand, some mental health advocates are optimistic that COVID-19 will finally give loneliness the mainstream recognition it deserves—possibly paving the way for a more socially connected future.

For such a common experience, loneliness is surprisingly slippery to define clinically. Loneliness is not included in the DSM-5, the official diagnostic manual for mental health disorders, but it goes hand-in-hand with many conditions that are. It's often lumped together with social isolation, but the two concepts are different. Social isolation is an objective indicator of how much contact somebody has with other people, whereas loneliness is "the subjective feeling of isolation," says Dr. Carla Perissinotto, a geriatrician at the University of California, San Francisco who studies loneliness. Being alone doesn't necessarily mean you're lonely, nor does being around people mean you're not, Perissinotto says. Loneliness is a feeling only the person experiencing it can truly identify.

It can also be difficult to untangle whether loneliness is a symptom or a cause of a larger health issue: does someone withdraw socially because they're depressed, or do they become depressed because they're lonely? In any case, studies show chronic loneliness has clear links to an array of health problems, including dementia, depression, anxiety, self-harm, heart conditions and substance abuse. People without social support also have lower chances of full recovery after a serious illness than people with a strong network, studies show. The health consequences of loneliness are [often likened](#) to the effects of smoking 15 cigarettes a day—and far more common. While the most recent data show just 14% of American adults and about 5% of high school teenagers smoke cigarettes, a January [report](#) from health-insurer Cigna suggested around 60% of American adults felt some degree of loneliness, even before the COVID-19 pandemic hit.

Since lockdowns and stay-at-home orders were instated, roughly a third of American adults report feeling lonelier than usual, according to [an April survey](#) by social-advice company SocialPro. Another survey, also in [April](#), for financial research group ValuePenguin, put the number even higher, at 47%. If the stereotype of a lonely person is a frail, elderly adult who lives alone, the coronavirus pandemic has exposed the truth that was there all along: anyone, anywhere, of any age can experience loneliness.

SocialPro's survey of 1,228 people ages 18 to 75 predominantly living in English-speaking countries found that at least 20% of respondents from each age group polled were lonelier than usual as a result of

coronavirus. Millennials were among the most likely age groups to feel lonely before COVID-19, research shows, and that's no different now; 34% of millennials in the survey said they were "always or often" lonelier due to the pandemic.

Gender wasn't a predictor, either: about 25% of women and 30% of men said they felt coronavirus-related loneliness. Nor does living situation necessarily dictate feeling. Caitrin Gladow, 41, has spent the last two months at home in New Orleans with her husband and three young kids—but she says she's never felt more alone. She says she has zero emotional energy for self-care, since she's juggling work, home-schooling and regular parenting while dealing with "paralyzing" stress and anxiety and the grief of losing people in her community to coronavirus. On top of that, she says, there's the guilt for feeling overwhelmed when so many people are worse off.

"Even in a house full of screaming children who I love more than anything, I find that I feel especially vulnerable," Gladow says. She feels an unspoken pressure "to be the glue of the family, and I'm trying not to let them down, but in the process I'm crumbling."

And of course, elderly adults remain at high risk of loneliness. Given their susceptibility to serious COVID-19 infections, older adults are likely to be even more cut off from outside life. [NORC](#) at the University of Chicago found the coronavirus pandemic has made about a third of adults 70 and older lonelier than usual.

In other words, loneliness is everywhere, especially now. "This is a huge topic, but it's been kind of sidelined," Perissinotto says. "Now everyone is forced to look at this in a different way. We can't keep ignoring this."

Technology has emerged as an imperfect solution. Video-chat platforms like Zoom are surging in popularity, and nearly every social media network is billing itself as a way to stay connected with friends virtually. Instagram [in March introduced](#) a new feature that lets friends view posts together over video chat, specifically to foster bonding during COVID-19 isolation. Telecom companies [like Samsung](#) have donated smart devices to help people in quarantine stay connected.

There are also community groups attempting to make digital communication more meaningful. Some existed before COVID-19 but have expanded to meet surging demand, like [Let's Be Authentic](#), a Philadelphia-area social group that pairs up members for weekly video chats and communication exercises. It has seen a noticeable uptick in use of its online programs, a company representative says. And in Maryland, the state's Department of Aging has adapted a program that provided daily automated wellness checks for seniors so that any elderly person who signs up also gets a personalized phone call from a volunteer at least once a week. "They know someone is there for them should they need it, and that alone makes you feel good," says department secretary Rona Kramer.

Other groups have popped up in direct response to the crisis. A group of Cornell students built the platform [Quarantine Buddy](#) to match up users with similar interests for virtual conversations, and has so far attracted 8,000 people in 64 countries, ranging in age from 18 to 80.

But research suggests not everyone benefits equally from digital interactions. Several [studies](#) have found that tools like video chats and instant messages may help elderly adults feel less lonely, especially if they're physically isolated from others and cannot otherwise socialize. But, interestingly, [research shows](#) that loneliness may subside for younger adults when they reduce their social media usage. In regular life, that may be because endless scrolling through other people's social-media posts makes young people feel left out, or it may be because it's replacing valuable in-person moments; under COVID-19 lockdown, social media may simply serve as a painful reminder of their loved ones' physical absence. In ValuePenguin's recent survey, 10% of respondents said video chats only make them feel lonelier.

Jessica Pflugrath, a 27-year-old freelance writer and editor who lives alone in Brooklyn, New York, has been relying on video chats to stay connected with her friends, but she says they bring a nagging feeling of unease. The ebb and flow of an in-person conversation doesn't always translate to video, and she doesn't like the pressure of having to be "on" all the time; she also doesn't like how easily digital conversations lend themselves to distraction. "There's a lack of feeling present with people, in general," she says.

But with few other options available, people should probably make the best of virtual platforms, says Rudolph Tanzi, vice chair of neurology and director of the genetics and aging research unit at Massachusetts General Hospital. Stress related to loneliness can trigger inflammation in the body, he says, which in turn is linked to a host of chronic conditions. In the current context, social interaction is just as important for quelling that stress response as physical behaviors like getting enough sleep, exercising, practicing yoga or meditation, and following a balanced diet, he says.

“We use the term ‘social distancing’ but it’s completely the wrong term,” Tanzi says. “You want ‘physical distancing.’ That doesn’t exclude social interaction via some of these internet platforms.”

How much emotional benefit you get from virtual communication may come down to your mindset, says Jenny Taitz, an assistant clinical professor of psychiatry at the University of California, Los Angeles. “If we write off a friend texting us,” she says, “we’re not going to be able to enjoy or savor the dose of connection that they’re offering us.” [Studies have shown](#) that *feeling* socially supported can make a measurable difference for mental health, regardless of how much socializing you’re actually doing.

Christine-Marie Liwag Dixon, 30, has had years of practice communicating virtually. Most of Dixon’s family are in the Philippines, but she and her husband live in the New York suburbs, so extended family gatherings are rare. “I have more than a dozen cousins, and we’ve never all been in the same room,” she says. For years, Dixon has had to get by on small gestures of love, like a text or a picture of an especially good meal. That can be enough, if you frame it right, she says. “Even little, sporadic reminders like that remind us that no matter how far apart we are, even if we don’t see each other regularly...we still love each other, we’re still connected and we’re still a family.”

But for truly lasting change, the health care system also needs to buy in. A [February report](#) from the National Academy of Sciences, Engineering and Medicine concluded that health professionals should be screening seniors for loneliness, and entering warning signs into patients’ medical records just like any other condition. In the wake of COVID-19, that may become best practice for patients of all ages. The report’s authors also [called on the government](#) and health insurers to fund research into loneliness’ causes, effects and cures, and pushed for awareness campaigns about the scope of the problem among people of all ages. What can help now? Mindfulness training and cognitive behavioral therapy can be valuable anti-loneliness tools for people young or old, since reframing the way one perceives social support can make an appreciable difference in feelings of loneliness, Taitz says. And these techniques can be easily taught by a mental health professional over telehealth platforms, she adds.

At the very least, COVID-19 is making loneliness easier to talk about, which could encourage people who struggle with it to seek help or reach out to connections they do have, Perissinotto says. There’s a certain amount of stigma attached to any mental illness, but loneliness can be uniquely uncomfortable to talk about. It can feel like a personal failing to admit you don’t have the social network you want, and there’s a tendency for others to blame the victim, Perissinotto says. In [one 1992 Personality and Social Psychology Bulletin study](#), for example, participants rated a fictional lonely person as less likable, social, competent and attractive than a non-lonely person. Experts hope that the fact that loneliness is now mainstream and easier than ever to talk about will finally change that perception.

Claire Lejeune, a 24-year-old photographer who lives in Los Angeles, says she’s not a lonely person by nature; her job, after all, involves being around people, and she’s active and social in her personal life. But when two of her roommates left her apartment to shelter in place elsewhere and the third began keeping mostly to himself, she says she found herself truly lonely for the first time she can remember—and somewhat uncomfortable with that realization.

“I’m privileged and I’m not doing as terribly as some people are in quarantine. I felt kind of bad to even say that I’m lonely because it’s like, ‘Oh, woe is she,’” Lejeune says. But when she decided to tweet about her feelings, she says she was met with a wave of support from people going through the same thing.

“There was definitely a sense of community within the loneliness,” Lejeune says. “Everyone can relate to it.”

The Pandemic Has Erased Entire Categories of Friendship

The Atlantic

34.

There's a reason you miss the people you didn't even know that well.

AMANDA MULL

JANUARY 27, 2021



The Atlantic

A few months ago, when millions of Americans were watching the Netflix series *Emily in Paris* because it was what we had been given that week, I cued up the first episode and was beset almost immediately by an intense longing. Not for travel, or for opportunities to wear beautiful clothes—two commonly cited high points in an otherwise charmless show—but for sports. Specifically, watching sports in a packed bar, which is what the titular character's boyfriend is doing when the viewer meets him.

The scene is fleeting, and it's also pretty bad. It doesn't come close to capturing the sweaty intensity of a horde of nervous fans, poised to embrace each other in collective joy or drink through despair. I know this because I am, sometimes unfortunately, a person who has spent a good chunk of her adult social life watching sports in bars, both with my actual close friends and with 500 or so fellow travelers at the New York City bar that hosts expatriated University of Georgia alumni during college-football season.

During the pandemic, I've been able to maintain, on an outdoor TV, the ability to watch a game with a couple of my closest buddies, which is a balm. But the other experience—the one *Emily in Paris* was trying to portray—has been lost entirely. In noticing all the ways the show misunderstood its joys, I realized how much I missed it, and especially how much I missed all of those people I only sort of know. Of the dozens of fellow fans and bar employees I'd greet with a hug on a normal fall Saturday, I follow only a handful of them on social media; for most of the others, I know only their first name, if that. But many comforted me through mutual, bone-deep disappointment, or sprayed champagne at me in exhilaration.

In the weeks following, I thought frequently of other people I had missed without fully realizing it. Pretty good friends with whom I had mostly done things that were no longer possible, such as trying new restaurants together. Co-workers I didn't know well but chatted with in the communal kitchen. Workers at the local coffee or sandwich shops who could no longer dawdle to chat. The depth and intensity of these relationships varied greatly, but these people were all, in some capacity, my friends, and there was also no substitute for them during the pandemic. Tools like Zoom and FaceTime, useful for maintaining closer relationships, couldn't re-create the ease of social serendipity, or bring back the activities that bound us together.

Understandably, much of the energy directed toward the problems of pandemic social life has been spent on keeping people tied to their families and closest friends. These other relationships have withered largely unremarked on after the places that hosted them closed. The pandemic has evaporated entire categories of friendship, and by doing so, depleted the joys that make up a human life—and buoy human health. But that does present an opportunity. In the coming months, as we begin to add people back into our lives, we'll now know what it's like to be without them.

American culture does not have many words to describe different levels or types of friendship, but for our purposes, sociology does provide a useful concept: weak ties. The term was coined in 1973 by the Stanford sociologist Mark Granovetter, and it comprises acquaintances, people you see infrequently, and near strangers with whom you share some familiarity. They're the people on the

periphery of your life—the guy who’s always at the gym at the same time as you, the barista who starts making your usual order while you’re still at the back of the line, the co-worker from another department with whom you make small talk on the elevator. **They’re also people you might have never directly met, but you share something important in common—you go to the same concerts, or live in the same neighborhood and frequent the same local businesses. You might not consider all of your weak ties friends, at least in the common use of the word, but they’re often people with whom you’re friendly. Most people are familiar with the idea of an inner circle; Granovetter posited that we also have an outer circle, vital to our social health in its own ways.**

During the past year, it’s often felt like the pandemic has come for all but the closest of my close ties. There are people on the outer periphery of my life for whom the concept of “keeping up” makes little sense, but there are also lots of friends and acquaintances—people I could theoretically hang out with outdoors or see on videochat, but with whom those tools just don’t feel right. In my life, this perception seems to be largely mutual—I am not turning down invites from these folks for Zoom catch-ups and walks in the park. Instead, our affection for each other is in a period of suspended animation, alongside indoor dining and international travel. Sometimes we respond to each other’s Instagram Stories.

None of the experts I spoke with had a good term for this kind of middle ground—the weaker points of Granovetter’s proposed inner circle and the strongest of the weak ties—except for the general one. “*Friend* is a very promiscuous word,” William Rawlins, a communications professor at Ohio University who studies friendship, told me. “Do we have a word for this array of friends that aren’t our close friends? I’m not sure we do, and I’m not sure we should.”

The extent to which individuals are separated from their moderate and weak ties during the pandemic varies by their location, employment, and willingness to put themselves and others at risk. But even in places where it’s possible to work out in gyms and eat inside restaurants, far fewer people are taking part in these activities, changing the social experience for both patrons and employees. And even if your job requires you to come in to work, you and your colleagues are likely adhering to some kind of protocol intended to reduce interaction. Masks, though necessary, mean you can’t tell when people smile at you.

Friends are sometimes delineated by the ways we met or the things we do together—work friends, old college buddies, beer-league-softball teammates—but they’re all friends, and Rawlins thinks that’s for the best. “Living well isn’t some cloistered retreat with just a few folks,” he told me. “The way worlds are created is by people sharing with and recognizing each other.” Many different kinds of relationships are important, he says, and man does not thrive on close friendships alone.

This realization, new to me, is also somewhat new in the general understanding of human behavior. Close relationships were long thought to be the essential component of humans’ social well-being, but Granovetter’s research led him to a conclusion that was at the time groundbreaking and is still, to many people, counterintuitive: Casual friends and acquaintances can be as important to well-being as family, romantic partners, and your closest friends. In his initial study, for example, he found that the majority of people who got new jobs through social connections did so through people on the periphery of their lives, not close relations.

Some of the most obvious consequences of our extended social pause could indeed play out in the professional realm. I started hearing these concerns months ago, while writing a story on how working from home affects people’s careers. According to the experts I spoke with, losing the incidental, repeated social interactions that physical workplaces foster can make it especially difficult for young people and new hires to establish themselves within the complex social hierarchy of a

workplace. Losing them can make it harder to progress in work as a whole, access development opportunities, and be recognized for your contributions. (After all, no one can see you or what you're doing.) These kinds of setbacks early in professional life can be especially devastating, because the losses tend to compound—fall behind right out of the gate, and you're more likely to stay there.

The loss of these interactions can make the day-to-day realities of work more frustrating, too, and can fray previously pleasant relationships. In a recent study, Andrew Guydish, a doctoral candidate in psychology at UC Santa Cruz, looked at the effects of what he calls conversational reciprocity—how much each participant in a conversation talks while one is directing the other to complete a task. He found that in these situations—which often crop up between managers and employees at work—pairs of people tended to use unstructured time, if it were available, to balance the interaction. When that happened, both people reported feeling happier and more satisfied afterward.

Now Guydish worries that reciprocity has been largely lost. “Zoom calls usually have a very defined goal, and with that goal comes defined expectations in terms of who's going to talk,” he told me. “Other people sit by, and they don't get their opportunity to give their two cents. That kind of just leaves everybody with this overwhelming sense of almost isolation, in a way.”

This loss of reciprocity has extended to nondigital life. For example, friendly chats between customers and delivery guys, bartenders, or other service workers are rarer in a world of contactless delivery and curbside pickup. In normal times, those brief encounters tend to be good for tips and Yelp reviews, and they give otherwise rote interactions a more pleasant, human texture for both parties. Strip out the humanity, and there's nothing but the transaction left.

The psychological effects of losing all but our closest ties can be profound. Peripheral connections tether us to the world at large; without them, people sink into the compounding sameness of closed networks. Regular interaction with people outside our inner circle “just makes us feel more like part of a community, or part of something bigger,” Gillian Sandstrom, a social psychologist at the University of Essex, told me. People on the peripheries of our lives introduce us to new ideas, new information, new opportunities, and other new people. If variety is the spice of life, these relationships are the conduit for it.

The loss of these interactions may be one reason for the growth in internet conspiracy theories in the past year, and especially for the surge in groups like QAnon. But while online communities of all kinds can deliver some of the psychological benefits of meeting new people and making friends in the real world, the echo chamber of conspiracism is a further source of isolation. “There's a lot of research showing that when you talk only to people who are like you, it actually makes your opinions shift even further away from other groups,” Sandstrom explained. “That's how cults work. That's how terrorist groups work.”

Most Americans were especially ill-prepared for the sudden loss of their weak ties. The importance of friendship overall, and especially friendships of weak or moderate strength, is generally downplayed in the country's culture, while family and romantic partners are supposed to be the be-all and end-all.

The physical ramifications of isolation are also well documented. Julianne Holt-Lunstad, a psychologist and neuroscientist at Brigham Young University, has found that social isolation increases the risk of premature death from any cause by almost 30 percent. “The scientific evidence suggests that we need a variety of kinds of relationships in our lives, and that different kinds of relationships or social roles can fulfill different kinds of needs,” she told me. People maintain hygiene, take their medication, and try to hold themselves together at least in part because those behaviors are socially necessary, and their repetition is rewarded. Remove those incentives, and some people fall into despair, unable to perform some of the crucial tasks of being alive. In people at risk for illness, lack of interaction can mean that symptoms go unnoticed and arrangements for medical

care aren't made. Humans are meant to be with one another, and when we aren't, the decay shows in our bodies.

The small joys of running into an old co-worker or chatting with the bartender at your local bar might not be the first thing you think of when imagining the value of friendship—images of more intentional celebrations and comforts, such as birthday parties and movie nights, might come to mind more easily. But Rawlins says that both kinds of interactions meet our fundamental desire to be known and perceived, to have our own humanity reflected back at us. “A culture is only human to the extent that its members confirm each other,” he said, paraphrasing the philosopher Martin Buber. “The people that we see in any number of everyday activities that we say, *Hey, how you doing?* That’s an affirmation of each other, and this is a comprehensive part of our world that I think has been stopped, to a great extent, in its tracks.”

Rawlins describes the state of American social life as a barometer for all that is going on in the country. “Our capacity for—and the possibilities of—friendship are really a kind of measure of the actual freedom we have in our lives at any moment in time,” he told me. Friendship, he says, is all about choice and mutual agreement, and the broad ability to pursue and navigate those relationships as you see fit is an indicator of your ability to self-determine overall. Widespread loneliness and social isolation, on the other hand, are usually indicative of some kind of larger rot within a society. In America, isolation had set in for many people long before the pandemic, making it one of the country’s many problems both exacerbated and illuminated by extended disaster.

In some senses, that means there’s cause for optimism. As more Americans are vaccinated in the coming months, more people will be able to return confidently to more types of interactions. If the best historical analogue for the coronavirus outbreak is the 1918 flu pandemic, the Roaring ’20s suggest we’ll indulge in some wild parties. In any case, Rawlins doubts that many of the moderate and weak ties people lost touch with in the past year will be hurt that they didn’t get many check-in texts. Mostly, he predicts, people will just be so happy to see one another again.

All of the researchers I spoke with were hopeful that this extended pause would give people a deeper understanding of just how vital friendships of all types are to our well-being, and how all the people around us contribute to our lives—even if they occupy positions that the country’s culture doesn’t respect very much, such as service workers or store clerks. “My hope is that people will realize that there’s more people in their social networks that matter and provide some kind of value than just those few people that you spend time with, and have probably managed to keep up with during the break,” Sandstrom said. America, even before the pandemic, was a lonely country. It doesn’t have to be. The end of our isolation could be the beginning of some beautiful friendships.



35. Ayn Aya - Shabbos
R' Avraham Yitzchak Ha'Kohen Kook
1865-1935

שם ואמר רבא בר מחסיה א"ר חמא בר גוריא אמר רב כל עיר שגגותיה גבוהים מבהכ"נ לסוף חרבה, שנאמר (עזרא ט) "לרומם את בית אלהינו ולהעמיד את חרבותיו". וה"מ בבתי אבל בקשקושי ואברורי לית לן בזה. אמר רב אשי אנא עבדא למתא מחסיה דלא חרבה. והא חרבה. מאותו עון לא חרבה.

לרומם את בית אלהינו. ועל ידי כן זכינו לתת לנו גדר ציהול: קשקושי ואברורי. ציהולות ומגדלים (פירוש צניהים העשויים לנו): רב אשי ראש ישיבה היה במתא מחסיה ומנעם מלהגביה ביתם יותר מבהכ"נ:

עין איה

כ"א צריכה היא שתסדר את עצם החיים הישראליים מיד ד' אלהים חיים. ע"כ להשריש זה בקשקושי ואברורי, שהם בנינים של יופי וקישוט לבד, לא באה הקפידא שלא יהי' הביהכ"נ גבוה מהם, להורות שמושגי' בביהכ"נ שהוא המכון לקיבוץ עבודת השי"ת והרמת כח האמונה ויראת ד' בלבבות, אינו ממינס של הקשקושי ואברורי שהם שימושים של קישוט ויופי לבד, שהוא רק בערך טפל וחיצוני לחיים, ואין לתן לביהכ"נ יחס נעדר להם עד שיהי' קפידא בגבהם יותר. אמנם בית הכנסת נעדר בערך עומק גוף החיים הישראליים, כערך הבתים העקריים, מקומות החיים בעצמם, ועליהם הוא מתרומם, להורות שמטרת כלל החיים ופרטיהם ישובו לתכלית עבודת ד' ושם ד' שנקרא עלינו בכלל האומה, ומסתעף לפרטיה. ע"כ מדקדקת תוה"ק בכל פרטי החיים, "מי מנה עפר יעקב"⁴, "כי אני ד' רופא"⁵, כרופא שמדקדק עם החולה על כל פרטי תהלכותיו מפני שהוא מסדר לו את עיקר חייו, לא כמו פדגוג שמלמד לנער הליכות נימוסיות חיצוניות, שלא יפגע במקומות המכוסים שבחיים. והיחש לביהכ"נ עם קשקושי ואברורי עם ברניות עומדות רק לנוי ולפאר, הוא דבר משחית כל יסוד חיי האומה הישראלית, שבנויה להיות דבקה בד' אלהים חיים בכל דרכיה והליכותיה, לא ע"י פרחים של ציצים נובלים, "יבש חציר נבל ציץ ודבר אלהינו יקום לעולם"⁶. והיופי וההידור יבאו רק לערך נטפל, להגדיל את ההתעוררות הפנימית לאהבת הדברים העקריים, אהבת ד' ודעת דרכיו ושמירת תורתו, כערך נועם הטעם לעומת תכלית המזון להחיות בו נפש כל חי.

כו. אר"א אנא עבדי למתא מחסיה דלא חרבה. והא חרבה, מאותו עון לא חרבה. על כל חכם בעדתו להשתדל ראש לכל דבר, שתהי' הפניה הראשית של כלל עם ד' לקדושת שם ד' ויסוד התורה בחיים, שלא להניח לשאיפות אחרות לרשת חלילה מקום הקודש, אז תתקיים העדה בצביונה הרוחני. ואם חלילה דברים פרטיים, שגם הם יוכלו להפסיד כח הקיום של איזה עדה, יגרמו להחריבה, הנה יסוד החיים הישראליים יהי' תמים עמם. ע"כ בכל מקום שיבאו וידחו יהי רוח ד' עמם, ואין

כה. וא"ר ב"מ אר"ח ב"ג א"ר, כל עיר שגגותיה גבוהין מביהכ"נ לסוף חרבה, שנאמר לרומם את בית אלהינו וגו', וה"מ בבתי אבל בקשקושי ואברורי ל"ל בה. עמוד העולם מתקיים בההשרשה של הדעת האמתית שהמרכז היותר גבוה ונשא שבחיים הוא קדושת החיים לשם השם ית', כל מעשיך יהיו לשם שמים¹, זהו המקום היותר נשגב שאליו צריכים כל עניני החיים לפנות. ע"כ אם באומה הישראלית, ששם השם ית' שנקרא עלינו הוא כל קיומינו והצטיינותינו בתור סגולה אלהית בעולם, אם נקודות חילוניות יעשו חלילה בלב האומה רמים ונשגבים יותר מהשאיפה של קדושת ברית ד' שעמנו, שע"ז מורה בנין בית הכנסת בתור מקדש מעט גם בארץ גלותנו, הרי נוטל בזה כל יסוד המקיים והמחיה את האומה בחיות האלהית שלה, ותושלך אמת ארצה. ע"כ כל עיר שגגותיה גבוהין מביהכ"נ [לסוף] חרבה, להורות שהתעודה של ביהכ"נ, שהיא עבודת השם ית', הוא המקום היותר גבוה שבחיים, שכל פינות החיים הפרטיים כולן אליו יפנו וע"י יתעלו ויתרוממו. ובה מתמשכת תכלית החיים, לקדושה ולצדק בכל ארחותיהם, והם נבנים ומתקיימים, "קדוש לעולם קיים"². "והיה הנשאר בציון והנותר בירושלים קדוש יאמר לו"³. והנה היסוד העקרי הנצרך להורות על גדולת ערך התורה ועבודת ד' ומצבם הרם בחיי האומה הישראלית בכללה ובפרטיה, צריך שיהי' בולט שאין הוקרתנו את קדושת ברית ד' אשר עמנו וקדושת תוה"ק, באה אלינו מפני חפצנו לקשט את החיים בקישוט החיצוני של האמונה והדת, כמו שישנן אומות וכתות כאלה שלא יוכלו להתעלם מפעולת רגשי הדת על לבות הכלל וערכם בסדרי החברה האנושית, ע"כ יחזיקו את עניני האמונה ותוכן עבודת ד' במדרגה גבוהה אבל לא בעצם החיים, כ"א במדרגת קישוט ותכשיט חיצוני לחיים. וזאת ההדרכה היא רעה מאד ומביאה נזק והפסד נורא למצב קדושתם של ישראל, שיסוד תורת ד' אשר אתנו הוא כולה מלאה חקי חיים ונקראת תורת חיים. ע"כ לא בתור תכשיט חיצוני לחיים צריך לכבדה ולהוקירה, שבוה לא תמצא מקום כ"א בעיתים מזומנות ומקומות של פומבי והליכות סדרים מקושטים בפארים חיצונים,