

**JEWISH SOURCES THAT PROMOTE COMPASSION FOR ANIMALS
AND GOING VEGAN IN OUR WORLD TODAY**

| | |
|---|--|
| <p>Genesis 1:28</p> <p>God blessed them and God said to them, “Be fertile and increase, fill the earth and master it; and rule the fish of the sea, the birds of the sky, and all the living things that creep on earth.”</p> | <p>וַיְבָרֶךְ אֹתָם אֱלֹהִים וַיֹּאמֶר לָהֶם אֱלֹהִים פְּרוּ וּרְבוּ וּמְלֵאוּ אֶת־הָאָרֶץ וּכְבֹּשׁוּהָ וּרְצוּ בַדְגַת הַיָּם וּבְעוֹף הַשָּׁמַיִם וּבְכָל־חַיַּיָּה הָרֹמֶשֶׂת עַל־הָאָרֶץ: (בראשית א:כ"ח)</p> |
| <p>Midrash Kohelet Rabbah Ecclesiastes 7:13</p> <p>“When God created Adam HaRishon, God led him around the Gan Eden and said: “Look at my works! See how beautiful they are—how excellent! For your sake I created them all. See to it that you do not spoil and destroy My world; for if you do, there will be no one else to repair it.”</p> | <p>בַּשָּׂעָה שֶׁבְּרָא הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֶת אָדָם הַרְאֵהוּ, נָטְלוֹ וְהַחֲזִירוֹ עַל כָּל אֵילָנֵי גֵן עֵדֵן, וַאֲמַר לוֹ, רְאֵה מַעֲשֵׂי כַּמָּה נְאֻיִם וּמְשֻׁבְּחֵי הֵן, וְכָל מַה שֶׁבְּרָאתִי בְּשִׁבְלֶךָ בְּרָאתִי, תֵּן דַּעְתְּךָ שְׂלֵא תַקְלַקֵּל וְתַסְרִיב אֶת עוֹלָמִי, שָׂאֵם קִלְקַלְתָּ אִין מִי שְׂיִתְקַן אַחֲרַיִךְ</p> |

**Rabbi Samson Raphael Hirsch,
*The Nineteen Letters, Letter Four***

“The Earth was not created as a gift to you - you have been given to the Earth, to treat it with respectful consideration, as God's Earth, and everything on it as God's Creation, as your fellow creature, to be respected, loved, and helped to attain its purpose according to God's Will. To this end, your mind is able to form the right image of all that exists; to this end, your heartstrings vibrate sympathetically with every cry of distress sounding anywhere in Creation, and with every glad sound uttered by a joyful creature; to this end, you are happy when the flower blossoms and sad when it wilts.”

**Rav Avraham Yitzhak HaKohen
Kook, “A Vision of Vegetarianism
and Peace”**

אין ספק לכל איש משכיל והוגה דעות, שהרדיה
האמורה בתורה "וירדו בדגת הים ובעוף השמים
ובבהמה ובכל הארץ ובכל הרמש הרומש על
הארץ" (בראשית א, כח) איננה מכוונת לרדיה

“There is no doubt in the mind of any enlightened thinker that the "dominion" spoken of in the Torah - "They shall have dominion over the fish of the sea and the birds of the sky and over every living being that moves on the earth.” cannot refer to the dominion of a tyrannical ruler who treats both subjects and servants cruelly in order to satisfy his personal, arbitrary desires, It is unthinkable that there should be an institution of servitude as ugly as this, stamped with an eternal seal in the world of a God who is good to all, whose "compassion extends to all creatures; as it is said, "a world built on lovingkindness".

של מושל עריץ המתעמר בעמו ועבדיו רק להפיק חפצו הפרטי ושרירות לבו; חלילה לחק עבדות מכוער כזה שיהיה חתום בחותם נצחי בעולמו של ד', הטוב לכל ורחמיו על כל מעשיו (תהלים קמה,ט), שאמר "עולם חסד יבנה" (תהלים פט, ג)

Genesis 1:29

God said, “See, I give you every seed-bearing plant that is upon all the earth, and every tree that has seed-bearing fruit; they shall be yours for food.

וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים הִנֵּה נֹתְתִי לָכֶם אֶת־כָּל־יִצְעָב וְזֶרַע זֶרַע אֲשֶׁר עַל־פְּנֵי כָל־הָאָרֶץ וְאֶת־כָּל־הָעֵץ אֲשֶׁר־בּוֹ פְרִי־עֵץ זֶרַע זָרַע לָכֶם וְהָיָה לְאֹכְלָה: (בראשית א:כ"ט)

| | |
|--|--|
| <p>Rashi (Rabbi Shlomo ben Yitzhak)</p> <p>God didn't permit Adam and his wife to kill a living creature and to eat meat.</p> | <p>וְלֹא הִרְשָׁה לְאָדָם וּלְאִשְׁתּוֹ לְהַמִּית בְּרֵיהּ וּלְאָכֹל בְּשָׂר (רש"י)</p> |
| <p>Rabbi Avraham Yitzhak HaKohen Kook</p> <p>“Is it possible to conceive that a highly valued moral virtue, which had already existed as a part of the human legacy, should be lost forever? It was already established, from the point of view of "the intellectual prompting" which is hidden in the depths of the Torah, that the very same permission to eat meat, granted after the Flood, was not intended to be the actual practice for all time, For how is it possible for a lofty and enlightened moral condition, once instituted, to vanish (as though it had never been)?”</p> | <p>ומעתה, האפשר הוא לצייר שתהיה נאבדת לנצח טובה מוסרית רבת ערך שכבר היתה במציאות נחלה לאנושות?</p> <p>א"כ אותו ההיתר שיצא אחר המבול להתיר בשר לאכילה כבר הוכן שמצד ההערה השכלית הגנוזה בעמקי תורה לא יהיה נוהג בפועל לעד ולעולם, כי איך אפשר למצב מוסר נכבד ונאור שיהיה חולף כולו ומתבטל אחרי שכבר היה נוהג?</p> <p>ובבא האנושות למטרת אשרה וחופשה השלם, בבאה עד מרום פסגת ההשלמה של דעת אלהים צרופה, אל קדושת החיים המלאים בצביונם, אז יגיע תור "הערת השכל" שהוא בבנין נוסד על יסוד "הערת התורה" שקדמתה לכלל האנושיות, ויכיר אז האדם את יחשו אל חבריו ביצירה בעה"ח כולם, איך הוא ראוי להיות מצד המוסר הטהור שאיננו נזקק עוד לויתורים של דוחק, לצירוף של מדת הרחמים עם מדת הדין ביחש</p> |

"When humanity arrives at its goal of happiness and complete freedom, when it reaches that high peak of wholeness which is the pure knowledge of God and the sanctification of life fulfilled according to its nature, then the age of "the prompting of the intellect" will arrive, like a structure built on the foundation of "the prompting of the Torah," which is prior for the whole of humanity. Then human beings will recognize their relationship with all the animals, who are their companions in creation, and how they should properly be able, from the standpoint of pure morality, to combine the standard of mercy with the standard of justice in particular relation to (the animals, and they will no longer be in need of extenuating concessions, like the concessions (referred to in the Talmud by the phrase:) "The Torah

אליו הפרטי, לויתורים שלא דברה בהם תורה אלא כנגד יצר הרע (קדושין כא.) כי אם ללכת באורח טוב מוחלט, "וכרתי להם ברית ביום ההוא עם חית השדה ועוף השמים ורמש האדמה, וקשת וחרב ומלחמה אשבור מן הארץ" (הושע ב, כ).

ובזה יבא האדם להרחיב את גבול המישרים, שמכיון ששערי צדק מתפתחים, האור הולך ושואף, הולך ואור עד נכון היום (משלי ד, יח), עד אשר בגבול הצדק האנושי תעלה ג"כ תביעה קיימת ומתמדת, לטכס עצה במה ואיך להיטיב את גורלם של אלה בעה"ח הנמוכים הנשפלים במעלת היצירה בחמריותם ומוסריותם, ואז תתקיים הרדיה האמורה בתורה, לפי תכלית מובנה וערכה המכוון.

ובודאי שבגמר החזון הטוב הזה, בצאת ההכרה כולה אל הפועל ע"י אלה הרשמים שבאו בחוקי התורה ומצותיה, המצרפים את הבריות (בראשית רבה, פמ"ד. ויק"ר פי"ג. תנחומא מ"ב, שמיני. לא נתנו המצות אלא לצרף בהן את הבריות.) על ידי פעולתם התכופה בחיי דור ודור, האדם המתמלא דעת אלהים, מצויורי התמצית של המוסר העליון שיוצא ונובע מהאור

speaks only of the evil inclination;" rather, they will walk the path of absolute good. "I will make a covenant for them with the beasts of the field, the birds of the air, and the creeping things of the ground; I will also banish bow, sword, and war from the land. (Hosea 2:20)"

"Thus will humanity expand the limits of righteous behavior. Once the gates of righteousness are opened, the light will continue to spread, "ever brightening until the height of noon," until within the parameters of human righteousness the demand will arise, valid and enduring, to take counsel in seeking ways to improve the lot of these animals, who exist at a lowly and humble level of creation in terms of their material and moral status. Then the "dominion" of which the Torah speaks of will be established according to its purpose and its

הגנוז של אלה האיסורים והחוקים, לא יוכל כלל להניף חרבו על החי היושב לבטח אתו ונהנה מזיו החיים.

| | |
|--|---|
| <p>value, as it was intended to be understood.”</p> <p>“And certainly, when this noble vision is fulfilled; when this recognition is put into effect in its entirety by means of these impressions left by the Torah, its laws and mitzvot, then humanity will no longer be able to in any way brandish its sword over (animal) life, but they will dwell in safety together, and savor the splendor of life.”</p> | |
| <p>Genesis 2:15</p> <p>“God settled the human in the garden of Eden, to serve it and to guard it.”</p> | <p>(בראשית 2:15)</p> <p>וַיִּקַּח יְהוָה אֱלֹהִים אֶת־הָאָדָם וַיִּנְחֵהוּ בְּגַן־עֵדֶן לְעֹבְדָהּ וּלְשִׁמְרָהּ:</p> |
| <p>Rabbi Jonathan Sacks</p> <p>Humans have consistently been more mindful of the ability to “subdue” and “rule” than of the</p> | |

| | |
|---|--|
| <p>responsibility to “serve” and “guard.”</p> | |
| <p>Abarbanel (Exodus 16:4)</p> <p>Meat is not a necessary food and is a question of gluttony and full of guts and increasing lust. Meat also gives rise to malicious and cruel blood in a person and because of this you will find that the carnivorous animals and birds that eat the meat are cruel and evil. But the flock and the cattle, the roosters, and the pigeons that feed on the grass of the field have no cruelty in them and no evil, and therefore the prophet's goal that at the time of the future redemption a lion like cattle will eat hay. For this reason, God didn't tell Moses that He would give Israel meat but rather bread which is adequate and necessary food for the human temperament and this is it I am raining down bread for you from</p> | <p>אברבנאל (שמות ט"ז:ד)</p> <p>ענין הבשר אינו מזון הכרחי והוא שאלת זוללות ומלוי מעים ותאוה גוברת גם שהבשר מוליד באדם דם זדוני ואכזרי ומפני זה תמצא שהחיות והעופו' הטורפות אוכלות הבשר הם אכזריות ורעות. אבל הצאן והבקר תרנגולים תורים ובני יונה שמתפרנסים מעשב השדה אין בהם אכזריו' ולא רשע ולכן יעד הנביא שבזמן הגאולה העתידה אריה כבקר יאכל תבן. הנה מפני זה לא אמר הקב"ה למשה שיתן לישראל בשר כ"א לחם שהוא מזון נאות והכרחי למזג האדם וזה הוא הנני ממטיר לכם לחם מן השמים.</p> |

| | |
|--|--|
| <p>heaven.</p> | |
| <p>Exodus 16:8</p> <p>And Moses said, “When God gives you flesh to eat in the evening and bread in the morning to the full—because God has heard the grumblings you utter—what is our part? Your grumbling is against God not against us!”</p> | <p>וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה בְּתַת יְהוָה לָכֶם בְּעָרֵב בֶּשֶׂר לֶאֱכֹל וְלֶחֶם בַּבֹּקֶר לְשֹׂבַע בְּשִׂמְעַי יְהוָה אֶת־תְּלַנְתְּיכֶם אֲשֶׁר־אַתֶּם מְלִיגִים עָלָיו וְנִחַנְנוּ מָה לֹא־עָלִינוּ תְּלַנְתִּיכֶם כִּי עַל־יְהוָה:</p> |
| <p>Rashi (Rabbi Shlomo ben Yitzhak)</p> <p><i>But not to be satiated. The Torah [here] teaches us a rule of behavior: we should not eat meat to satiety. What did He see [what reason did He have] to bring down bread in the morning and meat in the evening? Because they requested bread appropriately, since it is impossible for a person to get along without bread, but they requested meat inappropriately, because they had many animals, and furthermore, it was possible for them to get along</i></p> | <p>רש"י:</p> <p>בשר לאכל. ולא לשבע; למדה תורה דרדו ארץ שאין אוכלין בשר לשבע. ומה ראה להוריד להם בבקר ובשר בערב? לפי שהלחם שאלו פהגון, שאי אפשר לו לאדם בלא לחם, אבל בשר שאלו שלא פהגון, שהרבה בהמות היו להם, ועוד שהיה אפשר להם בלא בשר, לפיכך נתן להם בשעת טרה שלא פהגון (יומא ע"ה):</p> |

without meat. Therefore, He gave it to them at a time when it would be a burden for them to prepare it, [at an] inappropriate [time].

Rabbi Yosef Albo, "Sefer HaIkkarim", Part III, Chapter 15

In the killing of animals there is cruelty, rage, and the accustoming oneself to the bad habit of shedding innocent blood, but the eating of the flesh of some animals produces besides, coarseness, ugliness and stupidity, as is stated in the Bible. After prohibiting the food of certain animals to Israel, the text ends up, "Ye shall not make yourselves detestable ... neither shall ye make yourselves unclean with them, that ye should be defiled thereby." The word translated "defiled" (ונטמתם) is written without an aleph, thus indicating that the forbidden food produces mental

מלבד מה שיש בהריגת בעלי חיים אכזריות חמה ושטף אף ולמוד תכונה רעה אל האדם לשפוך דם חנם, עוד יוליד אכילת בשר קצת הבעלי חיים עובי ועכירות ואטימות בנפש, כמו שבאר הכתוב זה כשאסר לישראל קצת בעלי חיים, אמר בסוף ולא תשקצו את נפשותיכם וגו', ולא תטמאו בהם ונטמתם בם חסר אל"ף להורות על שהם מולידיים עובי ואטימות בלב, וכן אמרו רבותינו ז"ל על זה הפסוק, עבירה מטממת נפשו של אדם, שנאמר ונטמתם בם אל תקרי ונטמאתם אלא ונטמתם, ובעבור זה אף על פי שבשר קצת הבעלי חיים מזון טוב ונאות אל האדם, רצה השם להסיר ממנו הטוב המועט הזה שיש באכילת הבשר בעבור הרע היזק המרובה שאפשר שימשך מזה אליו, ולזה אסר אכילת הבעלי חיים לאדם.

| | |
|---|---|
| <p>coarseness and obtuseness. The Rabbis also say, in reference to the verse in question, “Transgression of a law stupefies the person, as is said, ‘that ye should be defiled thereby.’ Read not ‘defiled’ (ונטמאתם), but ‘stupefied’ (ונטמתם).” This is the reason why, though the flesh of certain animals is good food and suitable for man, God chose to deprive him of the slight good of eating the meat, in order to prevent the much greater evil which might result therefrom. This is why he forbade Adam the eating of animal food.</p> | |
| <p>Talmud, Pesachim 49b</p> <p>“It is taught, Rebbe says that an <i>am ha’aretz</i> (ignoramus) is forbidden to eat the meat of an animal, as it says, “This is the Torah of the animal and the bird.” Anyone who engages (osek) in Torah study is permitted to eat meat. Anyone who does not</p> | <p>תלמוד פסחים 49ב</p> <p>תנא, רבי אומר: עם הארץ אסור לאכול בשר, (בהמה) שנאמר: "זאת תורת הבהמה והעוף": כל העוסק בתורה מותר לאכול בשר בהמה ועוף, וכל שאינו עוסק בתורה אסור לאכול בשר בהמה ועוף</p> |

| | |
|---|--|
| <p>engage in Torah is forbidden to eat meat.”</p> | |
| <p>Rabbi Yosef Chaim, Ben Ish Chai</p> <p>Our teacher, Rabbi Yitzhak Luria tz”l, explains the reason why it is proper to hold back an ignoramus from eating meat, because he is unable to to fix and uplift the sparks of holiness from the meat while eating it.</p> | <p>בן איש חי (הרב יוסף חיים, איראק, 1832-1909)</p> <p>רבינו האר"י ז"ל בשער טעמי המצות פרשת עקב, פירש הסיבה שראוי למנוע לעם הארץ מאכילת הבשר מפני שאינו יכול לתקן לברר ניצוצות קדושה מן הבשר באכילתו אותו</p> |
| <p>Rabbi Yosef Chaim, Ben Ish Chai, Numbers 11:22</p> <p>Meat is only made permissible for eating through <i>shechitah</i>; therefore an ignorant person is not fitting to eat meat (Pesachim 49b). Since meat is in the secret of judgment, he is not able to sweeten it or fix it, to extract the holy sparks that were reincarnated into it. When Moshe Rabbeinu (our teacher) saw that the Jews had sinned a great sin through</p> | <p>"בן איש חי" על במדבר 11:22 -</p> <p>ולכן אין לבשר תקנה לאכלו, אלא רק על-ידי שחיטה; ולכן עם-הארץ, אין ראוי לאכול בשר (פסחים מט, ב), כי כיוון שהוא בסוד הדינים, אינו יכול למתקו ולתקנו, להוציא ניצוצי הקדושה המגולגל בו. ולכן משה רבנו עליו השלום, כשראה דחטאו ישראל חטא גדול בתאוה זו ששאלו בשר, אמר: ודאי יש יכולת ביד השם יתברך להביא להם בשר כדי ספוקן; אך אם יביא להם בשר צאן ובקר שהוא דין,</p> |

| | |
|--|--|
| <p>lust, that they asked for meat, he said, “For sure Hashem is able to bring them enough meat, but if He will bring them meat of all kinds, which is the aspect of judgment, I fear that maybe they will not be able to elevate the sparks found in them, since they have sinned.”</p> | <p>חושש שמא לא יהיו יכולים לברר ולהוציא ניצוצי הקדושה מן הבשר הזה, כיוון דחטאו</p> |
| <p>Deuteronomy 12:20</p> <p>When God widens your territory, as promised, and you say, “I shall eat some meat,” for you have the urge to eat meat, you may eat meat whenever you wish.</p> | <p>(דברים י"ב: כ)</p> <p>כִּי־יִרְחִיב יְהוָה אֶתְּחִיב אֶת־גְּבֻלְךָ כַּאֲשֶׁר דִּבַּרְתָּ וְאָמַרְתָּ אֲכַלָּה בָּשָׂר כִּי־תֵאָנֶה נַפְשְׁךָ לֶאֱכֹל בָּשָׂר בְּכָל־אַנְתָּ נַפְשְׁךָ תֹאכַל בָּשָׂר:</p> |
| <p>Rabbi Yaakov ben Asher, Ba'al Ha'Turim</p> <p>“You shall eat meat” is next to “When Hashem widens” to teach that a person should distance himself from eating meat.</p> | <p>בעל הטורים:</p> <p>תאכל בשר וסמך ליה כי ירחק לומר שיתרחק האדם מלאכול בשר כדאיתא בפ' כיסוי הדם:</p> |

**Rabbi Shlomo Efraim Luntschitz,
Kli Yakar**

If a person accustoms himself to eat from the animals that are provided with him in a house, an ox or a goat or a goat, then all day long he will crave and accustom himself to eating it every day, but if he does not eat until he hunts in the forests and deserts for game or fowl that is dangerous and takes great pains to approach them, then his craving will subside. Because eating is not equal to the amount of sorrow and trouble.

כלי יקר:

ביאור הדבר הוא, שאם ירגיל האדם את עצמו לאכול מן הבהמות המצויין אתו בבית שור או כשב או עז אז כל היום יתאוה תאוה וירגיל עצמו באכילתו דבר יום ביומו, אבל אם לא יאכל עד אשר יצוד ביערות ובמדברות ציד חיה או עוף שיש לו סכנה וטורח גדול לצודם אז תשקוט תאותו כי אין האכילה שוה בגודל הצער והטורח.

Talmud, Pesachim 109a

The Rabbis taught: a person is obligated to bring joy to his children and household on the 3 pilgrimage festivals, as it says, "And you shall be happy on your holidays."

תנו רבנן: חייב אדם לשמח בניו ויבני ביתו ברגל, שנאמר: "ושמחת בתעגד"

תנא, רבי יהודה בן בתירא אומר: בזמן שביית המקדש קיים אין שמחה אלא בכשר, שנאמר: "וזבחת שלמים ואכלת שם ושמחת לפני ה' אלהיך", ועכשיו שאין בית המקדש קיים, אין שמחה אלא ביין, שנאמר: "ויין ישמח לבב

It is taught: Rabbi Yehuda son of Beteira says: At the time the Temple stood (in Jerusalem) there was no joy (on the holidays) without meat (from the holiday sacrifice), as it says: "And you shall offer sacrifices and eat there and be joyous before God."

And now that there is no Temple, there is only joy through drinking wine, as it says: "And wine gladdens the heart of man."

אָנוּשׁ

Talmud, Hullin 84a

The Rabbis taught about the verse (Deut. 12:20): "When God will widen your borders...", the Torah teaches proper behavior that a person should only eat meat out of desire. One may think that he should purchase an animal from the market and eat it. Therefore it says (Deut. 12:21): "And sacrifice it from your herd and your flock."

ת"ר (דברים יב, כ) כי ירחיב ה' אלהיך את גבולך למדה תורה דרך ארץ שלא יאכל אדם בשר אלא לתאבון

יכול יקח אדם מן השוק ויאכל ת"ל (דברים יב, כא) וזבחת מבקרך ומצאנך

רש"י-

מבקרך - אם יש לו בעדרו יקח ואם לאו לא יקנה בשוק

Rashi (Rabbi Shlomo ben Yitzhak)

“From your herd”- If you have (animals) in your flock, take (for eating meat), and if not, don't buy from the market.”

Rabbi Avraham Yitzhak HaKohen Kook

“With the coming of the permission to eat meat...the Torah qualifies the permission, as suggested by the words, 'when you say, 'I shall eat meat,' for you have the urge to eat meat, you may eat meat whenever you wish.

There is here a wise yet hidden rebuke and a restrictive exhortation, namely, that as long as your inner morality does not abhor the eating of animal flesh, as you already abhor the eating of human flesh, then when the time comes for the human moral condition to abhor (eating) the flesh of animals,

בבא היתר התורה לאכילת בשר, אחרי קדושת המצות במתן תורה, האריכה בהצעת הדברים: (דברים יב, כ) "ואמרת אוכלה בשר, כי תאוו נפשך לאכול בשר, בכל אות נפשך תאכל בשר". יש כאן גערת-חכם נסתרת והערה גבולית. כלומר, כל זמן שמוסריותך הפנימית לא תקוץ באכילת בשר בע"ח, כמו שכבר אתה קץ מבשר אדם, שע"כ לא הוצרכה תורה לכתוב עליו איסור מפורש, שאין האדם צריך אזהרה על מה שקנה לו כבר מושג טבעי בזה, שזהו כמפורש, שבבא התור של מצב המוסרי האנושי לשקץ בשר בע"ח, מפני הגעל המוסרי שיש בו, הלא אז לא תאוו כלל נפשך לאכול בשר ולא תאכל, שהרי "דברי תורה נדרשים מכלל לאו הן ומכלל הן לאו" (נדרים יא. וירושלמי שם פ"א ה"ד. מכילתא, יתרו, בחדש, פרשה ח', עה"כ למען יאריכון ימך, שכן דברי תורה נדרשין מכלל הן לאו ומכלל לאו הן. ומובא ברש"י שם. וע"ע

| | |
|---|--|
| <p>because of the moral loathing inherent in that act, you surely "will not have the urge to eat meat," and you will not eat it, since we know that (with regard to) "words of Torah, the positive is inferred from the negative and the negative from the positive."</p> | <p>בטללי אורות ד' - גערה באכילת בשר)</p> |
| <p>Rabbi Joseph Soloveitchik, "The Emergence of Ethical Man"</p> <p>"There is a distinct reluctance, almost an unwillingness on the part of Torah, to grant man the privilege to consume meat. Man as an animal-eater is looked at askance by the Torah. There are definitive vegetarian tendencies in the Bible."</p> <p>"Animal hunters and flesh-eaters are people that lust. Of course it is legalized, approved. Yet it is classified as <i>ta'avah</i>, lust, repulsive and brutish."</p> | |

Rabbi Isaac Abarbanel

“When God gave permission to Noah and his children to eat meat, He said, “However, your blood which belongs to your souls, I will demand” because God was concerned that due to the cruelty and hostility that will be born in them as a result of eating meat, they will kill each other.

Rabbi Avraham Yitzhak HaKohen Kook

“The act of slaughter (shechita) must be sanctified in a unique manner – "as I have commanded you" – with a minimum of pain to the animal. Thus, the person will take to heart the fact that this is a sentient being; he is not involved with a random object that moves about like an automaton, but with a living, feeling creature. He must become attuned to its senses, even

על כן השחיטה עצמה צריכה להתקדש כתכונה מיוחדת דוקא "כאשר ציויתך" (דברים יב, כא) במיעוט צערו של החי, למען השריש על ידי זה בלבו של אדם, כי הוא נגש לא להיות לו עסק עם דבר של הפקר, שאין בו אלא תנועה אבטומטית, כ"א גם בריה חיה ומרגשת, שצריך להתחשב עם חושיה, ואפילו עם רגשי לבה, עם רגש חיי המשפחה שלה וחמלתה על צאצאיה, באיסור אותו ואת בנו, מחוסר זמן ושילוח הקן.

| | |
|--|--|
| <p>to its emotions, to the feeling it has for the life of its family members, and to its compassion for its own offspring.</p> <p>Thus, it is biblically forbidden to kill the mother bird with her children on the same day, or to slaughter a calf before it is eight days old; and it is a positive precept to send away the mother bird before taking her young."</p> | |
| <p>Rabbi Avraham Yitzhak HaKohen Kook</p> <p>Covering the blood of the beast and fowl is a kind of divine protest against the permission to eat meat, which is fundamentally conditional upon the corrupt state of the human soul.</p> <p>The Torah, however, declares, "Cover the blood", hide your shame and your moral weakness, even though humanity has not yet</p> | <p>כיסוי דם החיה והעוף היא כמו מחאה אלהית, לעומת ההיתר התלוי ביסודו במצב הנפש המקולקלת של האדם "כי יצר לב האדם רע מנעוריו" (בראשית ה, כ"א) ונפשו זאת אומרת אוכלת בשר כי תאוה לאכל בשר (דברים יב, כא), וגם אוכלת בשר בכל אוות נפשה, באין שום רעיון של התנגדות פנימית, מצד רגש הטוב והצדק, אמרה תורה: כסה הדם, הסתר בושתיך ורפיון מוסריותך, אע"פ שלא הגיע האדם עדיין למדרגתו הראויה לו, לתן למוסר נשגב כזה מהלכים בחיים המעשיים בפועל, ולא בא עדנה עד גבול החסידות של ההערה השכלית הזאת, להשכיל ולחוש יפה שאין ראוי לטול חייה של</p> |

reached the level which it is capable of reaching...of understanding that one should not take the life of any living, sentient being out of necessity or craving."

It was not deemed necessary to cover the blood of a domestic animal because it is slaughtered in an area where people are commonly found. Thus it is preferable to leave the blood of the animal in plain sight, that it may remind others that slaughtering an animal is like murder.

Rabbi Avraham Yitzhak HaKohen Kook

"Humanity will (come to) acknowledge the principle of the existence of the milk of the mother, who does not live so that people, simply by their right of ownership, can exploit the milk for their own purposes, but rather so that she can

כל נפש חיה ומרגשת מפני צרכו ותאותו.

אבל הבהמה הביתית סדר הפעולה היא הפכית: על פי רוב ישחוט אותה האדם סביב למשכנותיו, במקום שרגליו מצויות, אז ההפך ראוי להנהיג לבל יכסה את הדם, למען תראינה עיניו בכל פינותיו כי דם שפך, כי דמים צועקים עליו מן האדמה. ואת הקול ההוא, העולה בקול דממה דקה מאד, יאזין האדם רק בבא עתו להשמע, בעת תפקחנה עיני עורים ואזני חרשים תפתחנה, לעת ההבטחה הנעימה של "והסירותי לב האבן מבשרם ונתתי להם לב בשר" (יחזקאל יא, יט).

על פי ההשקפה השלמה, המלאה חסד ד' וטובו על כל יצוריו, יכיר האדם את יסוד מציאות החלב בשדי האם החיה לא למען יוכל הוא בחזקתו לעשוק אותו לעצמו, כ"א למען תוכל להניק את ילדה הרך, את הגדי שלה האהוב לה מחלב שדיה. הגדי הזה ראוי הוא שיתענג גם הוא על אהבת שדי אמו לפי תכונתו וטבעו, ואבירות לב האדם היוצאת מחולשתו החמרית והמוסרית שנתה ועושה את ההשקפות הישרות הללו, הגדי הרך לא יעמוד לפי ערך מוסרו השפל להתרפק

suckle her tender young, the kid which is dear to her, with her milk.

The kid, by virtue of its character and its nature, is also entitled to the love of its mother's milk. But the cruelty in the human heart, which emerges from physical and moral weakness, changes and distorts these principled views. Thus the tender kid, according to the evaluation of humanity's lower morality, is entitled neither to nestle against its loving mother, nor to enjoy the wonder of life, but only to be slaughtered and to be food for the stomach of gluttonous humanity, for its debased soul which says, "I will eat meat" (Deuteronomy 12:20).

This being the case, what then is the purpose of the milk if not to cook in it the slaughtered kid? For does not the combining of these two essentials, the milk and the

גם הוא על אהבת אמו ולשמח גם הוא בזיו החיים, כ"א ישחט ויהיה לאכלה לקבת האדם הזוללה לנפשו הנשפלת האומרת "אוכלה בשר".

ומעתה מה תהיה תעודת החלב אם לא לבשל בהם את הגדי הנשחט שכ"כ טבעית היא ההרכבה של שני אלה העצמים, החלב והגדי הרך, העומד להיות ניזון דוקא ממנו? אבל, בן אדם! אזניך תשמענה דבר מאחר־ך קול אלהים בכח הקורא לך: "לא תבשל גדי בחלב אמו" (שמות כג, יט. שמות לד, כו. דברים יד, כא).

לא, תעודת הגדי איננה דוקא להיות לברות לשיניך החדות שהוחדו אמנם גם מורטו לרגלי השפלתך וזוללותך באכילת בשר, והחלב ממילא לא נועד להיות לתבלין לך למלאות את תאותך השפלה.

תכיר בבא מועד כי חיי החי לא נוצרו בעבור קיבתך התאונית, והחלב עקרו נועד להיות למזון למי שעבורו בא הטבע למלא את תפקידו, כמו שחלב שדי אמך היה לך למבטח בימי הנקתך.

ראוי אמנם להכיר שאין כאן פגם מוסרי אם יוקח הצמר מהכבש, בשעה שגם לבעל הצמר, הכבש עצמו, יקל ע"י זה משאו, ועכ"פ לא יצר לו ולא יזיק לו, אבל מגונה הוא כשנוטל אותו להנאתו,

tender kid which is entitled to be nourished precisely from it, seem so natural?

But humanity, let your ears hear something close behind you, the voice of God which forcefully calls out to you: "You shall not boil a kid in its mother's milk." No, the purpose of the kid is certainly not to be food for your sharp teeth, which are sharpened and polished as a result of your baseness and your gluttony in eating meat; and the milk is not intended to be a condiment for you with which you satisfy your base craving."

"You will know, when the time comes, that the life of the animal was not created in order to satisfy your lustful appetite, and that the milk was principally intended to be nourishment for the one whom nature conceived to fulfill its role, just as the milk of your mother's

בשעה שהבעלים האמתים הטבעיים, הכבש עצמו צריך לו, אז ראוי מצר ההערה השכלית להכיר הדבר בתור גזל משפט הבא רק מתגרת יד התקיף על החלש. וכן הדין עם החלב הנחלב, ראוי ג"כ לתן מקום שתצא במועדה הרשימה הראויה שיש יחש אמנם ללקיחת החלב מבעלי החיים עם לקיחת חייו ובשרו ממנו, דהיינו בשעה ואופן המצער והמונע ממנו טובה ותועלת עצמית טבעית נאותה לו.

breasts was vouchsafed for you when you were nursing.”

“For then not only will it be fitting that the eating of meat will be prevented, from the lofty standpoint of pure morality, when it arises into consciousness, but also (it will be understood that) there is a measure of sin and robbery, morally speaking, even in the extraction of the milk, when it is taken in a manner similar to the taking of meat: by causing suffering or loss to the animal by means of preventing the enhancement of its offspring's well-being.

TZAAR BAALEI CHAYYIM

Talmud, Baba Metzia 32b

“From the statements of both of these sages it can be learned that **the requirement to prevent**

בבא מציעא ל"ב:ב

מדברי שניהם נלמד צער בעלי חיים דאורייתא

| | |
|--|---|
| <p>suffering to animals is by Torah law.”</p> | |
| <p>Maimonides, Guide for the Perplexed (III:48)</p> <p>It is also prohibited to kill an animal with its young on the same day, in order that people should be restrained and prevented from killing the two together in such a manner that the young is killed in the sight of the mother, for the pain of the animals under such circumstances is very great. <i>There is no difference in this case between the pain of human beings and the pain of other living beings, since the love and tenderness of the mother for her young ones is not produced by reasoning but by imagination, and this faculty exists not only in man but also in most living beings.</i></p> | <p>רמב"ם</p> <p>וכן אסר לשחוט 'אותו ואת בנו' 'ביום אחד' - להשמר ולהרחיק לשחוט משניהם הבן לעיני האם כי צער בעלי חיים בזה גדול מאד אין הפרש בין צער האדם עליו וצער שאר בעלי חיים כי אהבת האם ורחמיה על הולד אינו נמשך אחר השכל רק אחר פועל הכח המדמה הנמצא ברוב בעלי חיים כמו שנמצא באדם.</p> |

Rabbi Samson Raphael Hirsch

(Horeb, 60, 415-416)

There are probably no creatures that require more the protective Divine word against the presumption of man than the animals, which like man have sensations and instincts, but whose body and powers are nevertheless subservient to man. In relation to them man so easily forgets that injured animal muscle twitches just like human muscle, that the maltreated nerves of an animal sicken like human nerves, that the animal being is just as sensitive to cuts, blows, and beatings as man. Thus man becomes the torturer of the animal soul, which has been subjected to him only for the fulfillment of humane and wise purposes.

Here you are faced with God's teaching, which obliges you **not**

| | |
|---|---|
| <p>only to refrain from inflicting unnecessary pain on any animal, but to help and, when you can, to lessen the pain whenever you see an animal suffering, even through no fault of yours.</p> | |
| <p>Yad Ephraim, Rav Ephraim Zalman Margalit:</p> <p>It is necessary to warn slaughterers on this matter... [the slaughter of a chicken in front of other chickens waiting to be slaughtered] is not [acceptable] as it entails <i>tsa'ar ba'alei haim</i>...[animal suffering] and there is no greater form of <i>tsa'ar ba'alei haim</i>.</p> | <p>ששחטו אחרת לפנייה. עיין בתשובת בית אפרים חיו"ד סי' כ"ו שכתב שלא נכון מה שהרבה בני אדם באים אל השוחט ואוחזים עופות בידיהם ועומדים סביב בכדי שמיד שיגמור שחיטת עופות של זה יתחיל בשלו ובפרט בערב יו"כ בשחיטת הכפרות ואין זה נכון כי יש בזה משום צער ב"ח (יורה דעה ל"ז:ט"ז)</p> |
| <p>Rabbi Moshe Cordovero, Tomer Devorah, Ch. 2</p> <p>One should respect all creatures, recognizing in them the greatness of the Creator, Who formed man with wisdom. All creatures are</p> | <p>הַאֲחֵד - הוּא לְכַבֵּד כָּל הַנְּבְרָאִים כָּלָם, אַחַר שְׂיִפִּיר מַעֲלַת הַבּוֹרָא אֲשֶׁר יָצַר הָאָדָם בְּחֻמְהָ, וְכֵן כָּל הַנְּבְרָאִים חֻמַּת הַיּוֹצֵר בָּהֶם, וְיִרְאֶה כְּעֶצְמוֹ שְׁהָרִי הֵם נִכְבְּדִים מְאֹד מְאֹד, שְׁנִטְפֵּל יוֹצֵר הַכֹּל הַחֻמָּם הַנִּעְלָה עַל כָּל בְּבְרִיאָתָם, וְאֵלּוּ יִבְנֶה אוֹתָם חֵס וְשְׁלוֹם נוֹגֵעַ בְּכַבוֹד יוֹצְרָם.</p> |

| | |
|--|--|
| <p>imbued with the Creator’s wisdom, which itself makes them greatly deserving of honor. The Maker of All, the Wise One who transcends everything, is associated [with all His creatures] in having created them. If one were to disparage them, G-d forbid, this would reflect upon the honor of their Maker.</p> | |
| <p>Rabbi Moshe Cordevero, Tomer Devorah, Ch. 3</p> <p>One’s compassion should extend to all creatures and he should not disparage or destroy them, for Divine wisdom extends to all Creation: “silent” things [such as dust and stones], plants, animals, and humans. For this reason our sages warned us not to treat food disrespectfully. Just as Divine wisdom despises nothing- since everything proceeds from it, as the verse states, “You have made them all with wisdom” (Psalms 104:24)- so</p> | <p>לרחם על כל הנבראים: עוד צריך להיות רחמיו פרושים על כל הנבראים, לא יבזם ולא יאבדם. שְׁהָרִי הַחֲכָמָה הָעֲלִיּוֹנָה הִיא פְּרוּשָׁה עַל כָּל הַנְּבִרָאִים דּוֹמֵם וְצוֹמֵחַ וְחַי וְמְדַבֵּר. וּמִטַּעַם זֶה הִזְהַרְנוּ מִבְּזוּי אוֹכְלִים. וְעַל דָּבָר זֶה רָאוּי, שְׁכַמוּ שְׁהַחֲכָמָה הָעֲלִיּוֹנָה אֵינָה מְבַזָּה שׁוֹם נִמְצָא וְהַכֹּל נַעֲשֶׂה מִשֵּׁם כְּדַכְתִּיב "כֹּלֵם בְּחֲכָמָה עֲשִׂיתָ", כֵּן יִהְיֶה רַחֲמֵי הָאָדָם עַל כָּל מַעֲשָׂיו יִתְבָּרַךְ.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>should a person show compassion to all of G-d's works.</p> | |
| <p>Rabbi Yehuda ben Shmuel, Sefer Hasidim (666)</p> <p>All actions that a person causes pain to his fellow, he is punished, even if he causes unnecessary pain to an animal, for example he places upon it a weight that it cannot carry, and it's unable to walk, or he hits it...in the future he will have to answer for it, since not causing pain to animals is from the Torah.</p> | <p>כל מעשה גרמות שאדם גורם צער לחבירו נענש ואף אם יעשה צער על חנם לבהמה כגון שמשים עליה משאוי יותר מאשר יכולה לשאת ומכה אותה ואינה יכולה ללכת עתיד ליתן את הדין שהרי צער בעלי חיים דאורייתא.</p> |
| <p>Talmud, Pesachim 49b</p> <p>“It is taught, Rebbe says that an am ha'aretz (ignoramus) is forbidden to eat the meat of an animal, as it says, “This is the Torah of the animal and the bird.” Anyone who engages (osek) in Torah study is permitted to eat meat. Anyone who does not</p> | <p>תנא, רבי אומר: עם הארץ אסור לאכול בשר, (בהמה) שנאמר: "זאת תורת הבהמה והעוף": כל העוסק בתורה מותר לאכול בשר בהמה ועוף, וכל שאינו עוסק בתורה אסור לאכול בשר בהמה ועוף.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>engage in Torah is forbidden to eat meat.”</p> | |
| <p>Rabbi Moses Cassuto (1883-1951)- A Commentary on the Book of Deuteronomy</p> <p>“Apparently the Torah was in principle opposed to the eating of meat. When Noah and his descendants were permitted to eat meat this was a concession conditional on the prohibition of the blood. This prohibition implied respect for the principle of life [“for the blood is in the life”] and an allusion to the fact that in reality all meat should have been prohibited. This partial prohibition was designed to call to mind the previously total one.”</p> | |
| <p>Genesis 9:4</p> | <p>אֶדְ-בֶּשֶׂר בְּנִפְשׁוֹ דָּמוֹ לֹא תֹאכְלוּ:</p> |

| | |
|--|---|
| <p>“You must not, however, eat flesh with its life-blood in it.”</p> | |
| <p>Exodus 23:5</p> <p>When you see the donkey of your enemy lying under its burden and would refrain from raising* it, you must nevertheless help raise it.</p> | <p>כִּי־תִרְאֶה חֲמֹר שֶׁנֶּאֱמָר רִבִּיךָ תַּחַת מְשָׂאוֹ וְחִדַּלְתָּ מֵעֲזֹב לוֹ עֲזָב תֵּעָזֵב עִמּוֹ:</p> |
| <p>Deuteronomy 25:4</p> <p>“You shall not muzzle the ox when he threshes the grain.”</p> | <p>לֹא־תִקְסֵם שׁוֹר בְּדִישׁוֹ:</p> |
| <p>Deuteronomy 22:10</p> <p>“You shall not plow with an ox and donkey together.”</p> <p>Daat Zekeinim M’Baalei Tosfot</p> <p>When a donkey hears the ox regurgitating its cud and chewing it again, it mistakenly thinks that like</p> | <p>לֹא־תִתְחַרְשׁ בְּשׁוֹר־וּבַחֲמֹר יִתְּדוּ:</p> <p>דעת זקנים:</p> <p>לפי שהשור מעלה גרה ומצטער החמור כשישמע השור (והחמור) אוכל:</p> |

| | |
|--|--|
| <p>the ox was just fed, now he too will be fed.</p> | |
| <p>Deuteronomy 11:15</p> <p>“And I will give grass in your fields for your cattle, and you shall eat and be satisfied.”</p> | <p>וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשׂוּדָה לְבִהֵמְתְּךָ וְאָכַלְתָּ וְשָׂבַעְתָּ:</p> |
| <p>Leviticus 22:27</p> <p>“When an ox or a sheep or a goat is born, it shall remain under its mother for seven days, and from the eighth day onwards, it shall be accepted as a sacrifice for a fire offering to the Lord.”</p> | <p>שׂוֹר אוֹ-כֶשֶׂב אוֹ-עִז כִּי יוֹלַד וְהָיָה שְׁבַעַת יָמִים תַּחַת אִמּוֹ וּמִיּוֹם הַשְּׁמִינִי וְהִלָּאָה יִרְצָה לְקָרְבָן אִשָּׁה לַיהוָה:</p> |
| <p>Leviticus 22:28</p> <p>“An ox or sheep you shall not slaughter it and its offspring in one day.”</p> | <p>וְשׂוֹר אוֹ-יָגֵה אֹתוֹ וְאֶת-בְּנוֹ לֹא תִשְׁחָטוּ בְּיוֹם אֶחָד:</p> |

**Rabbi Samson Raphael Hirsch,
Horeb, 60, 415-416**

There are probably no creatures that require more the protective Divine word against the presumption of man than the animals, which like man have sensations and instincts, but whose body and powers are nevertheless subservient to man. In relation to them man so easily forgets that injured animal muscle twitches just like human muscle, that the maltreated nerves of an animal sicken like human nerves, that the animal being is just as sensitive to cuts, blows, and beatings as man. Thus man becomes the torturer of the animal soul, which has been subjected to him only for the fulfillment of humane and wise purposes.

Here you are faced with God's teaching, which obliges you **not**

only to refrain from inflicting unnecessary pain on any animal, but to help and, when you can, to lessen the pain whenever you see an animal suffering, even through no fault of yours.

Rabbi Moshe Feinstein, "Igros Moshe" EH 4:92

Forbid raising veal in cramped and painful conditions, and forbade feeding animals chemicals in place of food, since this would deprive them of the pleasure of eating.

Rav Ephraim Zalman Margalit, Yad Ephraim, Yoreh Deah 36:14

It is necessary to warn slaughterers on this matter... [the slaughter of a chicken in front of other chickens waiting to be slaughtered] is not [acceptable] as it entails *tsha'ar ba'alei haim*...[animal suffering] and there is

צריך להזהיר להשוחטי' בדבר ההוא ורגיל שהרבה ב"א באים אל השוחט אוחזים העופות בידיהם ועומדים סמוך לו ממש טפחו של זה בצד טפחו של זה ובפרט בעי"כ בשחיטות כפרות שמרבים העם להביא. ואין זה נכון דיש בזה משום צב"ח דיש סוברים צב"ח דאורייתא ואיסורא דרבנן אליבא דכ"ע ואין לך צב"ח גדול מזה.

| | |
|--|---|
| <p>no greater form of <i>tsha'ar ba'alei haim</i>.</p> | |
| <p>Midrash Rabbah Shemot 2:2</p> <p>“Even Moshe was only tested by the Holy One Blessed be He through the flock, as our Rabbis said, “When Moshe Rabbeinu (Moses, our Teacher), may peace be on him, lead the flock of Yitro through the wilderness, a young goat had run away and Moshe ran after it until he reached Hasit. When it reached Hasit, there appeared a pool of water and the young goat began to drink. When Moshe caught up with it, he said, ‘I didn’t know that you were running because of thirst, you must be very tired.’ He then placed it on his shoulder and walked on. Hashem said, ‘If you have mercy to lead a flock of one who is flesh and blood, then in your life you</p> | <p>וְאֵף מֹשֶׁה לֹא בָחַנוּ הַקְדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֶלָּא בְּצֹאֵן, אָמְרוּ רַבּוֹתֵינוּ, כְּשֶׁהָיָה מֹשֶׁה רִבֵּינוּ עֲלֵיו הַשְּׁלוֹם רוּעָה צֹאֵנוּ שֶׁל יִתְרוֹ בַּמִּדְבָּר, בָּרַח מִמֶּנּוּ גְדִי, וְרָץ אַחֲרָיו עַד שֶׁהִגִּיעַ לְחֶסֶת, כִּיּוֹן שֶׁהִגִּיעַ לְחֶסֶת, נִזְדַּמְנָה לוֹ בְּרִכָּה שֶׁל מַיִם, וְעָמַד הַגְּדִי לְשִׁתּוֹת, כִּיּוֹן שֶׁהִגִּיעַ מֹשֶׁה אֶצְלוֹ, אָמַר אֲנִי לֹא הָיִיתִי יוֹדֵעַ שָׂרָץ הָיִיתָ מִפְּנֵי צָמָא, עָנַף אֶתָּה, הִרְכִּיבוֹ עַל כַּתְפוֹ וְהָיָה מְהֵלָּה. אָמַר הַקְדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, יֵשׁ לָךְ רַחֲמִים לְנֶהֱגַ צֹאֵנוּ שֶׁל בְּשָׂר וְדָם כִּף תִּיָּד אֶתָּה תִרְעָה צֹאֵנִי יִשְׂרָאֵל, הָיוּ: וּמֹשֶׁה הָיָה רוּעָה.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>will shepherd my flock, the Jewish people."</p> | |
| <p>Genesis 24:14</p> <p>And it will be, [that] the maiden to whom I will say, 'Lower your pitcher and I will drink,' and she will say, 'Drink, and I will also water your camels,' her have You designated for Your servant, for Isaac, and through her may I know that You have performed loving kindness with my master."</p> | <p>וְהָיָה הַנַּעֲרָה אֲשֶׁר אָמַר אֱלֹהֵי הַטִּיבָנָא כִּדְרָהּ וְאֶשְׁתָּהּ וְאָמְרָה שְׂתָהּ וְגַם־גַּמְלֵיהָ אֶשְׁקֶה אֹתָהּ הַכֹּהֵן לְעַבְדְּךָ לִיצְחָק וְבָהּ אֲדַע כִּי־עָשִׂיתָ חֶסֶד עִם־אֲדֹנָי:</p> |
| <p>SHMIRAT HAGUF- PROTECTING ONE'S BODY</p> | |
| <p>Deuteronomy 4:9</p> <p>"Take heed to yourself and take care of your lives."</p> | <p>רַק הִשָּׁמֶר לָךְ וְשָׁמַר נַפְשְׁךָ מְאֹד פֶּן־תִּשְׁכַּח אֶת־הַדְּבָרִים אֲשֶׁר־רָאוּ עֵינֶיךָ וּפֶן־יִסּוּרוּ מִלְּבָבְךָ כֹּל יְמֵי תַיִךְ וְהוֹדַעְתָּם לְבָנֶיךָ וּלְבָנֵי בָנֶיךָ:</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Deuteronomy 4:15</p> <p>“Be extremely protective of your lives...”</p> | <p>וּנְשַׁמְרֶתֶם מְאֹד לְנַפְשֵׁיכֶם כִּי לֹא רְאִיתֶם כָּל־תְּמוּנָה בַּיּוֹם דְּבַר יְהוָה אֲלֵיכֶם בְּחֶרֶב מִתּוֹךְ הָאָשׁ:</p> |
| <p>Shulchan Aruch, Yoreh Deah, 116:6</p> <p>It is prohibited to foods and drinks that humans are grossed out by, like drinks and foods that have vomit or feces or mucus mixed into them.</p> | <p>אָסוּר לֵאכֹל מֵאֲכָלִים וּמִשְׁקִים שֶׁנִּפְשׁוּ שֶׁל אָדָם קִצָּה בָהֶם, כְּגוֹן מִשְׁקִים וְאֲכָלִים שֶׁנִּתְעַרְבוּ בָהֶם קִיא אוֹ צוּאָה וְלִחָה סְרוּחָה וְכִיּוּצָא בָהֶם.</p> |
| <p>Maimonides, Hilchot Deot, 4:1</p> <p>Seeing that the maintenance of the body in a healthy and sound condition is a God-chosen way, for, lo, it is impossible that one should understand or know of the divine knowledge concerning the Creator when he is sick, it is necessary for man to distance himself from things which destroy the body, and</p> | <p>הוֹאִיל וְהָיִית הַגּוּף בְּרִיא וְשָׁלֵם מְדַרְכֵי הַשֵּׁם הוּא. שְׁהָרִי אֵי אֶפְשָׁר שְׂיָבִין אוֹ יִדַע דְּבַר מִיִּדְעֵת הַבּוֹרָא וְהוּא חוֹלָה. לְפִיכֹךְ צָרִיךְ לְהִרְחִיק אָדָם עֲצָמוֹ מִדְּבָרִים הַמְּאַבְדִּין אֶת הַגּוּף.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>accustom himself in things which are healthful and life-imparting.</p> | |
| <p>Rabbi Judah ben Shmuel, Sefer Hasidim</p> <p>A father who asks his son to give him a specific food or drink that is unhealthy, the child shouldn't give it to him. Even though the father gains a temporary pleasure from the eating, nonetheless the pleasure is not worth the bodily harm that comes as a result. If the child gives the food to his father, he loses out more than he thinks he gains by doing his will and doesn't fulfill the mitzvah of honoring his father at all. Even more so, if the food is likely to bring him to danger.</p> | |
| <p>Rabbi Chaim Luzatto, Mesilat Yesharim</p> | |

| | |
|---|---|
| <p>A person who takes his/her health lightly is considered a complete fool.</p> | |
| <p>Rabbi Samson Raphael Hirsch, Horeb 62, 427</p> <p>Limiting or arrogance toward our own body, God's word calls to us: 'Do not injure yourself!', 'Do not ruin yourself!', 'Do not weaken yourself!'</p> | |
| <p>Maimonides, Mishneh Torah, Hilchot Rotzeach 11:4</p> <p>Any impediment that is potentially dangerous, there is a mitzvah to remove it and beware from it, as it says, "Watch your health very well" (Deut. 4:9). If one does not remove dangerous obstacles but allows them to remain, he disregards a positive commandment and</p> | <p>וְכֵן כָּל מְכַשֵּׁל נְשִׂישׁ בּוֹ סִכָּנַת נַפְשׁוֹת מִצְוֹת עֲשֵׂה לְהַסִּירוֹ וּלְהִשָּׁמַר מִמֶּנּוּ וּלְהִזָּהֵר בְּדַבָּר יִפָּה יִפָּה. שְׁנֵאמַר (דְּבָרִים ד ט) "הִשָּׁמֶר לָךְ וּשְׁמֹר נַפְשֶׁךָ". וְאִם לֹא הִסִּיר וְהִנִּיחַ הַמְּכַשּׁוּלוֹת הַמְּבִיאִין לְיָדֵי סִכָּנָה בְּטַל מִצְוֹת עֲשֵׂה וְעֵבֵר בְּ(דְבָרִים כב ח) "לֹא תַשִּׁים דָּמִים":</p> |

transgresses the prohibition: “Bring not blood” (Deut. 22:8)

Rabbi Moshe Isserles, Shulchan Aruch

One should avoid all things that might lead to danger because one is obligated to be stricter about danger to life than about a prohibition...It is prohibited to rely on a miracle or to put one’s life in danger.

Rabbi Avraham ben David, HaRavad

It is not necessary to say that a man should guard himself from foods that he recognizes damage him. For the man who eats things that damage him and he is able to be without them, behold he rebelliously sins with his body and with his soul. For he goes after his desire and he does not concern

| | |
|---|--|
| <p>himself with the loss of his body and this is the pathway of the Evil Inclination and the advice of fools, to turn him away from the path of life to the path of death.</p> | |
| <p>Rabbi Moshe Shatzkes, Divrei Malchiel 2:53</p> <p>“Certainly it is forbidden to eat anything that leads to any disease because of ‘Watch yourselves very carefully.’”</p> | |
| <p>BAL TASHCHIT</p> | |
| <p>Maimonides, Mishneh Torah, Kings and Wars 6:10</p> <p>And not only regarding trees, but even one who destructively breaks vessels or rips up clothing or tears down a building or seals up a spring or wastes food violates the negative commandment of “Do not destroy”.</p> | <p>ולא האילנות בלבד. אלא כל המשפר פלים. וקורע בגדים. והורס בגין. וסותם מעין. ומאבד מאכלות דרך השחתה. עובר בלא תשחית. ואינו לוקה אלא מפת מרדות מדבריהם:</p> |

Talmud, Shabbat 67b

One who covers an oil lamp [causing the flame to burn inefficiently] or uncovers a kerosene lamp [allowing the fuel to evaporate faster] violates the prohibition of Bal Tashchit.

אמר רב זוטרא: האי מאן דמכסי שרגא דמשחא ומגלי נפטא קעבר משום "בל תשחית".

Sefer Ha-Hinuch, 529:2

The root reason for this Mitzvah [*bal tashchit*] is known: for it is in order to train our souls to love what is good and beneficial and to cling to it; and as a result, good fortune will cling to us, and we will move away every evil thing and from every matter of destructiveness. This is the way of kindly men of piety and the observant; they love peace and are happy at the good fortune of people, and bring them near the Torah. **They will not destroy even a mustard seed in the world and they are distressed at**

שרש המצוה ידוע, שהוא כדי ללמד נפשנו לאהב הטוב והתועלת ולהדבק בו, ומתוך כך תדבק בנו הטובה, ונרחיק מכל דבר רע ומכל דבר השחתה, וזהו דרך החסידים ואנשי מעשה אוהבים שלום ושמחים בטוב הבריות ומקרבים אותן לתורה, ולא יאבדו אפילו גרגיר של חרדל בעולם, ויצר עליהם בכל אבדון והשחתה שיראו, ואם יוכלו להציל יצילו כל דבר מהשחית בכל כחם.

every ruination and spoilage they see; and if they are able to do any rescuing, they will save anything from destruction, with all their power.

**Rabbi Samson Raphael Hirsch,
Horeb, 397-398**

“Do not destroy” is the most comprehensive warning to human beings not to misuse the position which G-d has given them as masters of the world and its matter through capricious, passionate, or merely thoughtless wasteful destruction of anything on earth.

If . . . you should regard the beings beneath you as objects without rights, not perceiving G-d who created them, and therefore desire that they feel the might of your presumptuous mood, instead of using them only as the means of wise human activity—then G-d’s

call proclaims to you, "Do not destroy anything!" Be a *mensch*! Only if you use the things around you for wise human purposes, sanctified by the word of My teaching, only then are you a *mensch* and have the right over them which I have given you as a human . . . However, if you destroy, if you ruin, at that moment you are not a human . . . and have no right to the things around you. I lent them to you for wise use only; never forget that I lent them to you. As soon as you use them unwisely, be it the greatest or the smallest, you commit treachery against My world, you commit murder and robbery against My property, you sin against Me! . . . In truth, there is no one nearer to idolatry than one who can disregard the fact that all things are the creatures and property of G-d, and who then presumes to have the right, because

| | |
|---|--|
| <p>he has the might, to destroy them according to a presumptuous act of will. Yes, that one is already serving the most powerful idols—anger, pride, and above all ego, which in its passion regards itself as the master of things.</p> | |
| <p>Talmud, Shabbat 140b</p> <p>Rav Chisda said, if one eats barley but is able to eat wheat, he has broken the rule of <i>bal tashchit</i>. Rav Papa, said If one is able to drink beer but drinks wine, he has broken the rule of <i>bal tashchit</i>.</p> | <p>וְאָמַר רַב חֲסִידָא: הָאֵי מַאֲן דְּאֶפְשָׁר לֵיהּ לְמִיכַל נְהָמָא דְשְׁעָרֵי וְאָכַל דְּחֵיטֵי קַעֲבַר מְשׁוּם "בֵּל תְּשַׁחֲיִת". וְאָמַר רַב פָּפָא: הָאֵי מַאֲן דְּאֶפְשָׁר לְמִשְׁתֵּי שְׂיִכְרָא וְשְׁתֵּי חֲמָרָא — עוֹבֵר מְשׁוּם "בֵּל תְּשַׁחֲיִת".</p> |
| <p>Talmud, Shabbat 54b</p> <p>Anyone who had the capability to effectively protest the sinful conduct of the members of his household and did not protest, he himself is apprehended for the sins of the members of his household and punished. If he is in a position</p> | <p>כָּל מִי שְׂאֶפְשָׁר לְמַחֲוֹת לְאַנְשֵׁי בֵּיתוֹ וְלֹא מִיָּחָה — נִתְפָּס עַל אֲנֻשֵׁי בֵּיתוֹ. בְּאַנְשֵׁי עִירוֹ — נִתְפָּס עַל אַנְשֵׁי עִירוֹ. בְּכָל הָעוֹלָם כּוּלוֹ — נִתְפָּס עַל כָּל הָעוֹלָם כּוּלוֹ.</p> |

to protest the sinful conduct of the people of his town, and he fails to do so, he is apprehended for the sins of the people of his town. If he is in a position to protest the sinful conduct of the whole world, and he fails to do so, he is apprehended for the sins of the whole world.