

סימן ל.

בענין כפרת "תענית הראב"ד"

הימנה. ואל תשהה עצמך בשעה שאתה צריך
לנקב"ך."

א.

ופירש רש"י ז"ל: "בטיבול, לטבול בחומץ או
פת ביין: שהנאתך, שערבה לך: משוך
ידך הימנה, שלא תמלא את כריסך". נומדברי

גיטין (ע' א'): "תני רבי חייא הרוצה שלא יבוא
לידי חולי מעיים, יהא רגיל בטיבול קיץ
וחורף. סעודתך שהנאתך ממנה – משוך ידך

"כאילו", כוונת לשונו מורה דהוי כתענית ממש, וכדכתב בספר בית הלל הנ"ל.

והגאון חיד"א ז"ל בספר עבודת הקודש בצפורן שמיר (סימן ה' אות ס"ה) כתב: "אם מאכל אחד ערב לו, ומסלק ידו מלאכול לסגף עצמו על חטאתיו, הוא חשוב לפניו יתברך, ועביד ומהני להיות לו כפרה, ואם יתמיד בזה הוא פיקח שאוכל ומתענה בבת אחת, כי מעט סיגוף זה שמסלק ידו מאכילת הערב לחיכו, נרצה לו כעין תענית".

וכאן החיד"א ז"ל רק כתב דנרצה לו כעין תענית, ולא כתב דהוי כתענית ממש וכמפורש בשו"ת בית הלל הנ"ל, ומצאתי בספר מגיד מישרים (פרשת ויקרא) שכה אמר המלאך הדובר במרן ז"ל: "וזכור דברי יונה קדישי, כי בעוד שהאדם מאכלו ערב עליו יסלק ידו ממנו לעבודת בוראו, וזה חשוב יותר מתענית", דוק ועיין.

עוד כתב החיד"א ז"ל שם במורה באצבע (אות קי"ב): "אם מאכל אחד מתוק לחיכו וערב אליו, ובעודנו נהנה ממנו, מושך ידו לסגף עצמו, נחשב לו כקרבן ומזבח כפרה".

וכן בספר משנה ברורה (ר"ס תקע"א אות ב') כתב: "אם באמצע אכילתו בעוד שהוא מתאוה לאכול – מושך ידו ממנו, גם זה נחשב לסיגוף, ומתכפרים עווונותיו".

וראיתי למו"ז הגאון ז"ל בכף החיים (שם אות ז') שכבר הביא זאת מספר מגיד מישרים וכה כתב: "בספר מגיד מישרים למרן הבית יוסף ז"ל (כאזהרות שבראש הספר אות ט"ז) כתב: "כשאתה תאב ביותר לאכול, או לשתות, תסלק ירך, ואם כה תעשה בכל סעודה, יהיה כאילו אתה מקריב קרבן בכל סעודה, ושלחנך יהיה מזבח ממש, לזבוח עליו יצר הרע" ע"ש. ואני נכדו הקטן יעקב, מוסיף עוד מדברי מגיד מישרים (לפרשת זכור) שכתוב שם: "ובעת

רש"י ז"ל שלא פירש "משוך ירך הימנה" כפשוטו, דהיינו שיפסיק לאכול כלל ועיקר, אלא רק פירש שלא ימלא כרסו, שומע אתה שכל שהסעודה ערבה לו ואוכל ממנה, אבל לא בכדי שימלא כרסו, לית לן בה, ועיין לקמן בזה ודוק].

והחסיד רבינו יונה גירונדי ז"ל בספרו יסוד התשובה כתב: "אל ימלא כל תאוותיו לא במאכל ולא במשקה, וכן אמר הראב"ד ז"ל, שהיה אחד מחסידי עולם: "הגדר הגדול המעולה המופלא – מניעת המאכלות", וכך פירש דבריו, אל יעזוב לגמרי מלאכול בשר ולשתות יין, כי דיין מה שאסרה תורה, אלא בעת מאכלו ועודנו תאב לאכול, יניח ממנו לכבוד הבורא ית"ש, ואל יאכל כפי תאוותו, ודרך זו תמנענו מחטוא, ותזכירנו אהבת הבורא, יותר מתענית אחד בשבוע, כי זה בכל יום תמיד, מדי אכלו ומדי שתותו, יניח מתאוותו לכבוד הבורא ית"ש".

וכתב הגה"צ רבי הלל מקאלמיה ז"ל בתשובות בית הלל (ס"ס פ"ב): "יקיים תשובת הראב"ד ז"ל מאכל שהנאתך ממנה משוך ירך הימנה, וזה נחשב כתענית ממש, ומרויח בכפליים, שמקריב את עצמו קרבן לה', וגם יזכה לאריכות ימים ושנים, וזה יכול לעשות בכל אכילתו ושתייתו, ובכל תענוגיו" ע"ש.

ומפורש בדברי קדשו דהמושך ידו בסעודתו יזכה לאריכות ימים ושנים, וכן שדבר זה נחשב לו כתענית ממש, ושדבר זה נוהג לא רק באכילה ושתייה, אלא בכל המנעות והפסקה מכל תענוג ודוק.

ובספר יסוד ושורש העבודה (שער המים פ"ד דף רצ"ג) כתב: "וכתבו ספרי יראים מי שמפסיק באמצע אכילה בעודו בגבורת התאוה לאכול, וכובש תאוותו, וכוונתו למען השי"ת, נחשב לו כאילו התענה יום שלם", ואף שכתב

מלמיכל ומלמישתי בדרך הנאה ועונג, אף בשבתות וימים טובים".

ובזה מובן בפשיטות מדוע המושך ידו מאכילתו זוכה לאריכות ימים כנ"ל, אחר שתדיר ובכל יום ויום מתכפרין לו עוונותיו, אם כן מיתה מנין, שהרי לא הערוד ממית אלא החטא ממית (ברכות ל"ג א'), ועיין עוד בחיבורי ויחי יעקב (סימן מ') ובפתיחה לחיבורי שנות חיים עיין שם. [ויש להוסיף כעין זה דכיון דהוא יצר הרע הוא מלאך המוות, וכשמושך ידו מסעודתו נכיס ליצר הרע וכנ"ל, ממילא כשהוא נמשך אחר תאותו אזי יצר הרע נכיס ליה לההוא גברא, וכאשר מושך ידו מתאותו אז מקיים הוא הבא להרגך השכם להרגו, והוא ממית למלאך המוות, ובזה מאריך הוא ימים ושנים. עמנואל].

ושמעתי מגברא רבה ז"ל, והוא כהן לאל עליון, דמה שאמרו שמושך ידו מהסעודה והוי כתענית, אין הכוונה שמפסיק לגמרי מלאכול כלל ועיקר, אלא בזה שמהשה ומעכב עצמו מלאכול בשעה שרעב ותאב לאכול, זה עצמו הסיגוף והתענית, אבל אחר שפסק מלאכול איזה זמן, כגון שקרא פרק תהלים, או שלמד משנה, יכול להמשיך לאכול, וזיל בתר טעמא, עד כאן שמעתי, ואולי זה מרומז בדברי החיד"א ז"ל הג"ל ש"הוא פיקח שאוכל ומתענה בבת אחת" ודוק.

ולגאון רבי אליהו הכהן ז"ל בעל שבט מוסר בספרו מדרש האתמרי (דרוש ט' לתשובה דט"ל ע"ג) ראיתי שכתב: "כשאוכל לא תהיה כוונת אכילתו להרבות בשר להיות שמן ודשן, רק יכוין באכילתו להיות בריא לעבודת בוראו, ונמצא עם זה שגם בשעה שאוכל עובד את השי"ת, בהיות כוונתו זאת כדרך בכל דרכיך דעהו (עיין שלחן ערוך או"ח סימן רל"א), ובזה אף שאוכל יותר ממנהגו – לא הפסיד" עכ"ל ודוק היטב.

מאכלך כשאתה תאב ביותר לאכול או לשתות, תסלק ידך, ואם כה תעשה בכל סעודה כאילו אתה מקריב בכל סעודה קרבן, ושולחןך יהיה מזבח ממש לזבוח עליו יצר הרע".

ושם בספר מגיד מישרים (פרשת משפטים) כתב: "בעי בר נש כד איהו על פתוריה, ומתאוה למיכל ולמשתי יתיר, דלא ישלים תאותיה, והאי הוא קורבנא לקב"ה דנכיס יצריה, והיינו דאמור רבנן דשולחנו של אדם מכפר כמזבח, דבהאי גוונא הוא מזבח ממש".

ולבאורה מדבריו כאן שומע אתה חידוש ד"תענית הראב"ד" במשיכת ידו מסעודתו, היא כשהוא מתאוה למיכל ולמשתי יתיר, ופשוטו דהיינו בריבוי מהנצרך לו כדי חייו, כנזכר בדבריו, אבל כל שרק אוכל כצרכו וכמידתו – לא אמרו, ודוחק לפרש "יתיר" במשמעות עוד.

ושמא יש לפרש ומתאוה למיכל ולמשתי יתיר, שאין הכוונה שרוצה ותאב לאכול הרבה, אלא קאי על התאוה, כלומר כשהוא מתאוה ותאב ביותר לאכול ולשתות, וכדכתב במגיד מישרים פרשת זכור כנ"ל, אלא שלפי זה כך היה לו לומר "ומתאוה יתיר למיכל ולמשתי", כדכתב שם בפרשת זכור "בעת מאכלך כשאתה תאב ביותר לאכול או לשתות", וצ"ע.

ועוד שם בספר מגיד מישרים (פרשת ויקרא) כתוב: "בני ידידי שמע בקולי ולא תאכל ולא תשתה בדרך הנאה כלל, כמא דאוליפתך, וזכור דברי יונה קדישי כי בעוד שהאדם מאכלו ערב עליו יסלק ידו ממנו לעבודת בוראו, וזה חשוב יותר מתענית, ולהכי איקרי שולחנו של אדם מזבח, דכמו דמזבח מתנכיס ההוא סיטרא, הכי נמי מתנכיס בשולחנו של אדם, כד מסלק בר נש ידיה ממיכליה וממשתיה כד ערב ליה, בהכי מתעבר יצר הרע ומתנכיס, ובכן אזדהר

ודע דרבינו בחיי ז"ל בספר כד הקמח (עך תענית דצ"ו וע"ד) כתב: "ידוע כי עינוי הנפש עיקר ולא עינוי הגוף, ואם יענה האדם את גופו בצום ובתענית, ולא יענה את נפשו מן הרהור הרע הזה, הנה זה חוטא, ואין לו זכות מאותו התענית" ע"ש. ואתה דע לך.

עוד דע כי יסוד גדול ונפלא לימדנו אדמו"ר הגאון רבי צדוק הכהן ז"ל מלובלין בסוף ספרו פרי צדיק ח"א קונטרס עת האוכל (אות ח'): "על ידי מאכל אחד וסעודה אחת בשבוע [או סעודת שבת] שאוכל בכוונה הראויה לכבוד שמים, ולהעלות כחות נפש הבהמית להשי"ת, מתעלים כל המאכלים והסעודות שלו, כדרך שאמרו חכמי האמת בתפילה, שעל ידי תפילה אחת מעלה כל התפילות הפסולות של כל השנה. ותפילה הוא דוגמת הקרבנות, וכן האכילה. [שהאכילה באופן הראוי והנכון הוי כקרבן והשלחן כמזבח, כן הוא בדברי המגיד מישרים ושאר רבותינו שנזכרו לעיל וכלשונם: "ואם כה תעשה בכל סעודה כאילו אתה מקריב בכל סעודה קרבן, ושולחנך יהיה מזבח ממש לזבח עליו יצר הרע". עמנואל. א"ה יח"ס גר"ו: מה שכתב שתפילה אחת מעלה כל התפילות הפסולות עיין בחיבורי שנות חיים (עך תפילה בציבור) שהבאתי בזה דברי הרב שערי אורה ז"ל והארכת עש"ב].

וגדולה מעלת האכילה כשהיא על טהרת קודש מן התפילה, כמו ששמעתי ממה שאמרו רז"ל (ילקוט שמעוני בראשית רמז קט"ו) גבי יצחק אם לקרבנך הזמין הקב"ה, למאכלך על אחת כמה וכמה וכו', וכן כל שמתעורר פעם אחת – יוכל להעלות כל מעשיו של היתר ודברי הרשות שעשה מקודם, ואין צריך לומר מעשה המצות בלא כוונה וחיות, על ידי שעושה אותם פעם אחרת עם חיות וכוונה לשם שמים, וביותר

באכילה שהיא דוגמת הקרבנות, שבהם נוהג דין גרירה כדאיתא בשבת (ע"א א'), ואכילה גוררת אכילה להיות כמותה" עכל"ק.

ועוד לו ז"ל בספר פרי צדיק ח"ב (מאמרי ט"ו בשבט מאמר ב'): "ומועיל אכילת שבת לכל האכילות שיהיו בקדושה, וכמו שאמרנו שהוא דוגמת לחם הפנים, שהועיל לכל אכילת כהנים (זהו ח"ב דקנ"ד ע"ב), וכן על ידי כל אכילת מצוה מתקנים שיהיו כל האכילות בקדושה.

ולכן נוהגים ישראל לטעום מכל מיני פירות ביום ט"ו בשבט, והיינו שעל ידי מנהג ישראל שהוא תורה, מכניסין קדושה לאכילה, ועל ידי זה מתקנים כל האכילות שיהיו בקדושה.

ובעין שמצינו בערבה שהוא מנהג נביאים, חביט חביט ולא בריך (סוכה מ"ד ב'), והיינו שהנביאים לא ציוו לעשות כן, רק שהם נהגו לטעם שידעו, ואחר כך נהגו אחריהן כל ישראל, וזה מועיל לתקן אף ערבה שאין בו לא טעם ולא ריח ומרמז למי שאין בו תורה ולא מעשים טובים כמו שאמר (ויקרא רבה פ"ל ס"ב) דכשהן באגודה אחת מרצין אלו על אלו (מנחות כ"ז א'), וכאן ניתקן הערבה בעצמה, וזה ניתקן על ידי מנהג.

וכן מנהג ישראל תורה הוא, שאם אינן נביאים בני נביאים הם (פסחים ס"ו א') והיה מנהג נביאים, ויכולים להכניס על ידי מנהג ישראל קדושה בכל מיני פירות שיהיה רק מסטרא דעץ החיים, ויתוקן כל האכילות שיהיו בקדושה, צדיק אוכל לשובע נפשו לגמול חסד עם הדין נפשא עלובתא (ויקרא רבה פל"ד ס"ג), ואז נגאלין מכל וכל בניסן", ודוק היטב, עד כאן דבריו הנפלאים של הגאון אדמו"ר שר התורה רבינו צדוק הכהן זצ"ל זיע"א.

ב.

תשל"ב.

נסתפקתי בהא דקיימא לן "דתענית הראב"ד" מכפרת, דהיינו שבשעה שאוכל ושותה מפסיק מלאכול, והוי ליה כסיגוף וכפרה כנ"ל, אם מותר לעשות כן בשבת ויום טוב, דשמא בשבת ויום טוב דניתנו לעונג אין לעשות כזאת, ומה גם דעולה לו כתענית ואין להתענות בשבת.

ומצאתי בספר מגיד מישרים (פרשת ויקרא): "בני ידידי שמע בקולי ולא תאכל ולא תשתה בדרך הנאה כלל, כמא דאוליפתך, וזכור דברי יונה קדישי כי בעוד שהאדם מאכלו ערב עליו יסלק ידו ממנו לעבודת בוראו, וזה חשוב יותר מתענית, ולהכי איקרי שולחנו של אדם מזבח, דכמו דמזבח מתנכיס ההוא סיטרא, הכי נמי מתנכיס בשולחנו של אדם כד מסלק בר גש ידיה ממיכליה וממשתיה כד ערב ליה, בהכי מתעבר יצר הרע ומתנכיס, ובכן אזדהר מלמיכל ומלמישתי בדרך הנאה ועונג אף בשבתות וימים טובים" עכ"ל, ומפורש ש"תענית הראב"ד" נוהגת גם בשבתות וימים טובים ודוק.

וכתב בספר ראשית חכמה שער הקדושה (פט"ו ד"ה ודרך דקפ"ח ע"ד): "וכן ראוי למי שהוא רוצה להתקדש, שלא יאכל אכילתו אלא לרפואה, כדי שלא יחלה ויתבטל מהתורה ומהמצוות, לכן ראוי שלא ימלא נפשו ממאכלים גסים, ואפילו מדברים טובים לא ישלים תאותו, ואפילו בשבת, כי אכילה רבה גורם להרבות שינה", וריהוט לשונו מורה שגם בשבת לא ישלים תאותו, אם כי לא מפורש להדיא שמדובר ב"תענית הראב"ד", מכל מקום מאי שנא ודוק. [מכל מקום מדברי ראשית חכמה משמע שאין הענין להפסיק מאכילתו, ושיש מעלה במה שמענה עצמו מאכילה רבה, אלא שכשאוכל וממלא תאותו זה גורר השינה, ובזה

מבטל תורה, והענין הוא שלא יחלה או ירבה בשינה ויתבטל בעבור זה מן התורה. עמנואל]. ואחר כך ראיתי לגאון רבי חיים פאלאג'י ז"ל בספרו כף החיים (סימן כ"ד אות נ"ז) שכתב: "מה שאמרו רז"ל סעודה שהנאתך משוך ידיך ממנה, הוא אפילו בשבת, וליכא בזה משום איסור עינוי בשבת, כי הרי כבר הוא אוכל ושותה, ואינו עינוי לגמרי, כי אם בצד מה להרגיל עצמו לבטל תאותו, וכן נראה מדברי הרב ראשית חכמה שער הקדושה (פט"ו דרכ"ב ע"ב) ע"ש.

וכן ראיתי להרב אבודרהם (דס"ז ע"א) שכתב: "כתב רבינו משה הכהן שזה שחייבו לאכול שלוש סעודות בשבת, מפני שהאוכל אכילה גסה יצטרך להרחיק זמן האכילה שלאחריה, וכשיראה שהוא מצוה לאכול שלוש סעודות, לא יאכל בשום סעודה מהם, כי אם כשיעור שיוכל לאכול בהגיע זמן הסעודה שלאחריה, נמצאו כל סעודותיו לשם מצוה, ולשובע נפשו, וישאר לבו פנוי לעסוק בדברי תורה, ונמצא כובש יצרו בסלקו אוכל מלפניו בעודו תאב לו, וכשיעשה זה ביום המנוחה, כל שכן שיעשה כן ביום המלאכה, שלא יכבד עליו לבטלו ממלאכתו, עכ"ל.

ואני אומר דמלבד דצריך להתקדש עצמו במותר לו, עוד הן בה דריבוי מאכילה מעותד שיחלה, ויתבטל מהתורה והמצוות, ולכן ראוי שלא ימלא כריסו ממאכלים גסים, ובפרט כשאין מתוקנים, ואפילו לדברים טובים ודקים וקלים, לא ישלים תאותו, ואפילו בשבת, כי אכילה רבה גורם שינה, וכדאיתא ביומא (י"ח א') גבי כהן גדול, דלא היו מאכילין אותו הרבה, שהמאכל מביא את השינה, והגם דשינה בשבת תענוג, לא הכל באכילה ושינה, אלא רובו בתורה, ושליש באכילה ושינה. [והוא כדברי הרב ראשית חכמה דלעיל. עמנואל].

וכתב החיד"א ז"ל בספר מורה באצבע (סימן ג') אות קי"ב: "אם מאכל אחד מתוק לחיכו

הללו תחת ידי, וכתבתי למשמרת. נושמה יש לחלק ולומר שדברי המגיד לא נאמרו אלא למרן ז"ל וליכא למשמע מינה לכולי עלמא ועיין. עמנואל].

ובהיותי בזה ראיתי לגאון אדמו"ר ממונקאטש ז"ל בספרו דברי תורה (מהדורה תניינא אות ב') שכתב: "אמרו חז"ל גיטין (ע' א') סעודה שאתה נהנה ממנה משוך ירך הימנה, וכן כתב הרמב"ם בהלכות דעות (פ"ד הט"ו), ובכל ספרי מוסר כתבו שזה כהקרבנות קרבן כשמשבר תאותו באמצע אכילתו וכו', וזה הוא בימות החול, אמנם אם צריך לעשות כזה גם בשבת באכילתו וסעודתו, נראה מדברי סידור האר"י ז"ל שסידר הר"ר שבתי ז"ל (סדר סעודת ת"ח) שכתב ואם אוכל בחול מותרות נקרא פרש חגיכם, ומוסיף כח לחיצונים, אבל מה שאוכל בשבת וימים טובים, אף שאוכל יותר מן הצורך – הכל הוא רוחני ונבלע באיברים עכ"ל, ולפי זה אין למשוך ידו באמצע אכילתו בשבת, כיון שהוא הכל רוחני ונבלע באיברים, וגם בפשוטו הוא מקיים בזה עונג שבת באכילתו סעודה שהוא נהנה ממנו.

אמנם שם בסידור הרב רבי שבתי ז"ל (כרך שלאחרי זה) נראה כסותר את עצמו, שכתב ובעודו תאב לאכול, ישבר תאותו לאכול, ויניח מלאכול, גם בשבת וימים טובים עכ"ל, ולכאורה הני מילי סתראי נינהו עם הך דלעיל, אמנם להכריע לטובה כל ערום יעשה בדעת בעה"י בשבת קודש באכילתו לסדר כונתו ודרכו במספר כפות מרק שיאכל וכיוצא". עד כאן מספר דברי תורה.

ולא ידעתי מדוע לא הזכיר דברי המלאך הדובר במרן ז"ל בספר מגיד מישורים שמפורש אמר שגם בשבתות וימים טובים ימשוך ידיו מהסעודה כנ"ל, וכן דברי רבינו הראשית חכמה, וכל מה שהבאנו בס"ד.

וערב עליו, והן בעודנו נהנה ממנו מושך ידו לסגף עצמו, נחשב לו כקרבן, ומזבח כפרה" ע"כ, ויוסף עוד דוד בצפורן שמיר (סימן ה' אות ס"ה): "אם מאכל אחד ערב לו, מסלק ידו מלאכול, לסגף עצמו על חטאותיו, הוא חשוב לפניו יתברך, ועביד ומהני להיות לו כפרה, ואם יתמיד בזה, הוא פיקח, שאוכל ומתענה בבת אחת, כי מעט סיגוף זה, שמסלק ידו מאכילת דבר הערב לחיכו, נרצה לו כעין תענית" עכ"ל.

ולפי האמור אין ספק שיטעה האדם דבשבת אסור לעשותו, דלפום קושטא דמילתא לא יקרא זה תענית גמור, ועיין בספר חסד לאלפים (דצ"ה ע"א, ודק"ה ע"ב), ובספר עבודה ומורה דרך (דק"ג ע"ד ודק"ו ע"ד) מה שהביא מאזהרות המגיד, וזה שייך לבני קושטא יע"א, ועיין בדרך ישרה", עד כאן דברי הגאון רבי חיים פאלאגי ז"ל.

ומתבאר שדעתו ז"ל דגם בשבת וימים טובים יכול לעשות "תענית הראב"ד", ואין בזה פקפוק, ופירוש סיום לשונו דלפי האמור אין מקום שהאדם יטעה ויחשוב שאסור לעשות "תענית הראב"ד" בשבת, כיון שאין זה תענית גמור, ודוק.

והנה אין הכי נמי דעת הגאון חיד"א ז"ל ש"תענית הראב"ד" נרצה לו כעין תענית אבל לא מועיל כתענית ממש, מכל מקום לעיל הבאתי דעות רבותינו ש"תענית הראב"ד" היא ממש עולה לו כתענית, ואם כן חזר הדין אם אכן מותר לעשות "תענית הראב"ד" בשבת, ועיין.

ולא ידעתי מדוע הגאון רבי חיים פאלאגי ז"ל לא הזכיר דברים המפורשים בדברי המלאך המגיד מישורים פרשת ויקרא, שגם בשבתות וימים טובים יעשה "תענית הראב"ד" כנ"ל, ואולי בספרים שציין בסוף דבריו והם חסד לאלפים, ועבודה ומורה דרך, ודרך ישרה, הביאו דברי המגיד מישורים הללו, ואין הספרים

ודע כי לכאורה לפי מה שהבאתי מאותו גברא רבה ז"ל ש"תענית הראב"ד", אין הכוונה שמפסיק לגמרי מן האכילה, אלא שגם כשמעכב עצמו מלאכול ומשתהה ומפסיק לזמן, גם זה מיקרי "תענית הראב"ד" ומכפר לו, יעלו יפה דברי סידור הרב רבי שבתי הג"ל, שמה שכתב שגם בשבתות וימים טובים יניח מלאכול, אין

רצונו לומר שיניח ויפסוק לגמרי מכל וכל, אלא כוונתו שישתהה ויפסיק לפי שעה, ואחר כך ימשיך ויאכל, וכדכתב לעיל מינה שכל מה שאוכל בשבת וימים טובים, אף שאוכל יותר מן הצורך – הכל הוא רוחני ונבלע באיברים, דוק ועייין.