

ברכת המזון-101 Tefila

Lesson 3-The Requirement To Engage In Torah Study During Our Meals

Source 1

משנה מסכת אבות פרק ג' משנה ג' – רבי שמעון אומר שלשה שאכלו על שלחן אחד ולא אמרו עליו דברי תורה כאילו אכלו מזבחי מתים שנאמר (ישעיה כ"ח) כי כל שלחנות מלאו קיא צואה בלי מקום אבל שלשה שאכלו על שלחן אחד ואמרו עליו דברי תורה כאילו אכלו משלחנו של מקום ברוך הוא שנאמר (יחזקאל מ"א) וידבר אלי זה השלחן אשר לפני ה':

Translation: Mishnah 3. Rav Shimon said: three men who have eaten at one table and have not spoken words of Torah while eating are like a person who ate sacrifices offered to the dead. Concerning such people it is said: for all tables are full of filthy vomit, they are without G-d. However three men who have eaten at one table, and have spoken words of Torah during the meal are like men who have eaten at the table of G-d, as it is written: this is the table before G-d.

Source 2

פירוש רש"י על אבות פרק ג' משנה ג' – ולא אמרו עליו ד"ת. ורגילין בני אדם לפטור עצמן בברכת המזון.

Translation: People customarily fulfill the obligation to engage in Torah study during meals by reciting Birkat Hamazone.

Source 3

ר' עובדיה מברטנורא מסכת אבות פרק ג' משנה ג' – ולא אמרו עליו דברי תורה – ובברכת המזון שמברכים על השלחן, יוצאין ידי חובתן, וחשוב כאילו אמרו עליו דברי תורה. כך שמעתי.

Translation: In reciting Birkat Hamazone after a meal, we fulfill our obligation to be engaged in Torah study during our meal. It is considered to be an example of Torah study. So I have heard.

Source 4

תוספות יום טוב מסכת אבות פרק ג' משנה ג' – ואף על פי שהצבתי ציונים להדמות ברכות המזון לדברי תורה אי נמי מקרא משנה תלמוד מכל מקום לא נתיישבה דעתי בפסק הזה לצאת י"ח בכך דודאי דרבי שמעון לאו בהכי מיירי דאטו ברשיעי עסקינן שאינן מברכין ברכת המזון שהיא מצות עשה מן התורה.

Translation: Although I tried to find links between Torah study and Birkat Hamazone or comparing it to studying excerpts from Chumasch, Mishna and Gemara, I still felt uncomfortable with the idea that reciting Birkat Hamazone fulfills the requirement to engage in Torah study while eating a meal. That would mean that when R. Shimon in Pirkei Avot spoke about those who do not engage in Torah study during a meal, he had in mind evil people who fail to recite Birkat Hamazone after a meal even though it is a Torah mandated Mitzvah.

Source 5

סדר עבודת ישראל

ונשמתם מלאך לכשעתיכם. ויזהר ליתן מעל שלחנו לעניים כי כזה כותן חלק לגבוה מעל שלחנו הדומה למזבח. ומה מזהב, אחי מעמד היו לומדים שם בתורה אף כאן נריך לדבר דברי תורה על שלחנו כל אחד בפי השגת לבו אם מעט אם הרבה, וכבר אמרו במשנה שלשה שאכלו על שלחן אחד ולא אמרו עליו דברי תורה וכו' ומיני כך תקנו לומר קודם שהמ"ז מומר של תהלים ויולא כזה מי שלא יוכל ללמוד כלל.

ברכת המזון-101 Tefila

Translation: A person should be careful to share the food on his table with the poor and by doing so he is replicating the sacrifices that were brought on the altar in which part was offered to G-d and part was eaten by those bringing the offering. Similarly, a person should engage in Torah study at the table just as the people who would accompany each Mishmar to the Beit Hamikdash would study Torah. Each person should do so to the best of his ability. That is what was meant in the Mishnah in Pirkei Avot that Torah study should be part of a meal. To help us fulfill that requirement, our Sages instituted the practice of reciting a chapter of Tehillim before reciting Birkat Hamazone.

Source 6

ספר סדר היום זכר החורבן וחיוב הלמוד בשעת אכילה וסדר בהמ"ז-וצריך לזכור בתוך סעודתו חורבן ירושלים והמקדש ויאנה על ככה ויאמר מזמור על נהרות בבל ואף על פי שאין ראייה לדבר דרשינן סמוכים דכתיב נותן לחם לכל בשר וגומר וסמוך ליה על נהרות בבל וביגון ואנחה יאמר אם אשכחך ירושלים וגו' ויעלה על לבו השממה והחורבן שנחרב בית קדשנו ותפארתנו בעונותינו ונארך גלותנו . . . ובשבתות וי"ט שאין להזכיר יגון ואנחה יזכור פסוקי נחמה ציון וירושלים ומזמור בשב"ה את שיבת ציון ויאמין באמונה שלימה שנחמת ציון שא-להינו ברחמיו ינחמנו מאבלנו ויחדש מלכותו עלינו: וזה צפית לישועה שראוי לאדם שלא יתייאש מן הרחמים ואף על פי שהגלות נארך בעונותינו כל זה הזמן חסדי ה' כי לא תמנו כי לא כלו רחמיו ואם יתמהמה חכה לו כי בא יבא ולא יאחר.

Translation: A person is required to remember during his meal the destruction of Yerushalayim and the Beit Hamikdash and to sigh over its loss. For this reason he should recite Chapter 137 of Tehillim before saying Birkat Hamazone and even though there is no rule that requires that it be recited, we can suggest clues that it should be recited because the verse of Nosein Lechem is found in Chapter 136 of Tehillim, just one chapter before the chapter that begins "By the rivers of Babylon." It is with angst that a person should say "if I forget you, oh Yerushalayim" and he should think of the desolation and destruction that occurred when the Beit Hamikdash, our glory, was destroyed due to our sins and we were thrown into a long exile . . . but on Shabbat and on Yom Tov, days in which we avoid speaking of distressing matters, he should instead recite verses that provide comfort and chapter 126 of Tehillim. While saying that chapter, he should renew his faith that comfort will come with the rebuilding of Yerushalayim. G-d will relieve our sadness and renew His hegemony over us. That is what is meant by looking forward to the final redemption. A person should not abandon hope that G-d will show His compassion. And although the exile has been long due to our sins, G-d's compassion knows no bounds and even if He tarries, wait for Him because the redemption will arrive and at whatever time it comes, it will be the right time.

Source 7

תלמוד בבלי מסכת ברכות דף יא' עמ' ב'-אמר רב יהודה אמר שמואל: השכים לשנות, עד שלא קרא קריאת שמע צריך לברך, משקרא קריאת שמע אינו צריך לברך, שכבר נפטר באהבה רבה.

Translation: Said R. Yehudah in the name of Shmuel: he who awakes and would like to study Torah, if he has not yet fulfilled the obligation of reciting Kriyas Shema, he must recite the Brachos for studying Torah but if he had already fulfilled the obligation of reciting Kriyas Shema, he no longer is required to recite the Brachos for studying Torah because he has already fulfilled the obligation to recite those Brachos by reciting the Bracha of Ahava Rabbah before saying Kriyas Shema.

ברכת המזון-Tefila 101

Source 8

תלמוד ירושלמי מסכת ברכות פרק א דף ג שור ג-ר' סימון בשם רבי שמואל בר נחמן: על שם והגית בו יומם ולילה, שתהא הגיית היום והלילה שוין. ר' יוסי בר' אבין בשם ר' יהושע בן לוי על שם שבע ביום הללתיך על משפטי צדקך. ר' נחמן בשם ר' מני: כל המקיים שבע ביום הללתיך כאילו קיים והגית בו יומם ולילה.

Translation: Rav Simon in the name of Rav Shmuel son of Nachman says: the total number of Brachos that are recited before and after Kriyas Shema is based on a verse: you shall be involved in studying Torah in the day and at night. This is interpreted to mean that your involvement with Torah learning should be equal both in the day and at night. Rav Yossi son of Rav Avin in the name of Rav Yehoshua son of Levi opined: there are seven Brachos of Kriyas Shema each day based on the verse: seven times a day I shall praise You for your just rulings. Rav Nachman in the name of Rav Mani said: whoever fulfills the requirements of the verse: seven times a day I shall praise You (recites seven Brachos of Kriyas Shema each day) has fulfilled his obligation of being involved in Torah learning day and night.

Source 9

חרדים- הגיית היום והלילה שוין-היינו קרית שמע דאמר בבלי פרק שתי הלחם (מנחות צט:): רבי יוחנן שם רבי שמעון בר יוחאי אפילו לא קרא אדם אלא קרית שמע שחרית וערבית קיים לא ימוש והגית בו יומם ולילה. ולפי שהיא קריאה חביבה תקינו לה ברכות לפניה ולאחריה כמו שתקינו על קריאת ספר תורה.

Translation: When Rav Simon stated that our involvement in Torah must be the same at night as it was during the day, he was referring to reciting Kriyas Shema. This was based on what we learned in the Babylonian Talmud: Rav Yochanon in the name of Rav Shimon Bar Yochai said that if all a person did during the day was to read Kriyas Shema during Tefilas Shacharis and Tefilas Maariv, he fulfilled the obligation to be involved in Torah study all day and all night. Because Kriyas Shema is a cherished activity, our Sages instituted the practice of reciting Brachos before reading it and after. This is similar to the practice that Chazal instituted concerning Kriyas Ha'Torah, to recite a Bracha both before and after reading from the Torah.

Source 10

ברכת המזון Within Examples Of Torah Learning

הזן את העולם כלו בטובו בחן בחסד וברחמים
הוא נותן לחם לכל בשר כי לעולם חסדו.

כי הוא א-ל זן ומפרנס לכל ומטיב לכל, ומכין מזון לכל בריותיו אשר ברא.
כאמור: פותח את ידך, ומשביע לכל חי רצון.

ועל הכל, ה' א-להינו, אנחנו מודים לך, ומברכים אותך, יתברך שמך בפי כל חי תמיד
לעולם ועד.

ככתוב, ואכלת ושבעת, וברכת את ה' א-להיך על הארץ הטבה אשר נתן לך.

אל תשכחנו לנצח • ואל תעזבנו לעד לאורך ימים]רצט .
ובנה ירושלים עיר קדשך [במהרה בימינו בגין עולם]ש .
כאמור בונה ירושלים וְ נדחי ישראל יבנם: ברוך אתה וְ
בונה ברחמי ירושלים: [אמן] בתינו אמן במהרה בימינו
תבנה עיר ציון ותפון העבודה בירושלים:]שא

וְ אלהינו ואל תהא צרה ויגון ואנחה ביום מנוחתנו • וחראנו בנחמותך
ובנחמות ירושלים עירך • כאמור כאיש אשר אמו תנחמנו • כן אנכי
אנחמכם ובירושלים תנחמו: ברוך אתה וְ מנחם עמו ישראל בגין
ירושלים: אמן בתינו: