



1. תלמוד בבלי מסכת פסחים דף פו עמוד ב  
מאי טעמא אשתיתיה בתרי זימני? - אמר להו: דתניא, השותה כוסו בבת אחת - הרי זה גרגרן, שנים - דרך ארץ, שלשה - מגסי הרוח. - מאי טעמא לא אהדרת אפך? - אמר להו: כלה הופכת פניה, תנן. רבי ישמעאל ברבי יוסי איקלע לבי רבי שמעון ברבי יוסי בן לקוניא, יהבו ליה כסא קבליה בחד זימנא ושתייה בחד זימנא. אמרי ליה: לא סבר לה מר השותה כוסו בבת אחת - הרי זה גרגרן? - אמר להו: לא אמרי בכוסך קטן, ויינך מתוק, וכריסי רחבה.
2. בית הבחירה למאירי מסכת פסחים דף פו עמוד ב  
ושאלו לו לא סבר לה מר השותה כוסו בבת אחת הרי זה גרגרן והשיבם דרך צחות לא אמרו בכוסך מועט ויינך מתוק ר"ל ערב וכרסי מרובה:
3. בית הבחירה למאירי מסכת חולין דף פד עמוד א  
אף על פי שראוי לאדם לסלסל עצמו בכל מדותיו בעניני האכילה ראוי לו לסלסל עצמו ביותר שלא יאכל דרך גרגרנות ולא יהא מחזר אחר המעדנים אלא יצמצם בזה כמה שאפשר לו לפי מה שמכיר בטבעו ולפי ממונו שהוא יכול לסבול
4. חידושי הריטב"א מסכת מגילה דף כח עמוד א  
הנכון דהיא לאו איסורא ממש דאורייתא או דרבנן אלא מדת חסידות בעלמא וכענין שאמרו (ב"מ ע"ה ב') אסור לאדם שילוח מעותיו בלא עדים ואסור להלוות את הגוי ברבית (עי' ב"מ ע' ב') וכענין שאמרו (גיטין ל"ח ב') אסור [לשחרר עבדו] דמשחרר עבדו עובר בעשה וכדפרשי בסדר נזיקין, מורי נ"ו.
5. רש"י מסכת ביצה דף כה עמוד ב  
כדתניא - מצינו אף תנאים שמלמדים הלכות דרך ארץ, שלא יראה אדם עצמו על הבריות כרעבתן, אף זה, הממהר לאכול קודם הפשט - נראה כרעבתן.
6. נתיב עולם, נתיב דרך ארץ 1  
הדברים אשר הם דרך ארץ הם כל דברי מוסר שכוללת מסכת אבות ודברי מוסר הנזכרים בתלמוד וכל שאר דברי מוסר, והוא ההנהגה הישרה והיפה על הבריות, ויש מהם אשר אם לא ילך בהם הוא חטא ועון גדול וצריך להיות נזהר בהם, ולכך נקראו דברי מוסר שמייסרים את האדם שלא ילך בדרך רע. ואותן דברים זכרו במסכת אבות על שם שמע בני מוסר אביך כמו שאמרנו בהקדמת המסכת. ושאר דברים אשר הם יפים וטובים ולא נקראו רק דרך ארץ, והם הרבה מאוד והם ידועים ונזכרים במסכת דרך ארץ ובכמה מקומות בתלמוד, לאותן אין צריך לתת טעם כי הם ידועים שיהיה נוהג כמנהגו של עולם והעיקר הוא במאכלו כי האדם כאשר אין נוהג בדרך ארץ במאכל שלו שהוא רעבתן הוא מגונה על הבריות ביותר, וכמו שאמרו בפ' כסוי הדם (חולין פ"ד, א') ת"ר כי ירחיב ה' את גבולך למדה תורה דרך ארץ שלא יאכל אדם בשר אלא לתיאבון. יכול יקח אדם מן השוק תלמוד לומר וזבחת מבקרך ומצאנך, יכול יזבח כל בקרו ויאכל כל צאנו ת"ל מבקרך ומצאנך ולא כל צאנך.... כיוצא בו לא ישתה אדם כוסו בבת אחת ואם שתה הרי זה גרגרן, ת"ר השותה כוסו בבת אחת הרי זה גרגרן, שתים דרך ארץ, והנהגת זמן האכילה הכל כפי מה שראוי לדרך ארץ:
7. נספחים לסדר אליהו זוטא, מבוא  
כיון שניתנה התורה צוותה בהרבה דברים שהיו נהוגים בהם מדרך ארץ. הלא נראה פרשה מיוחדת ביציאת חוץ בתורה. אף שמדרך הארץ לעשות כן. וכבר העיר על זה ר' יוחנן. אמר (עירובין ק' ע"ב) אלמלא לא ניתנה תורה היינו למדין צניעות מחתול וגזל מנמלה ועריות מיונה דרך ארץ מתרנגול שמפייס ואח"כ בועל. כל'ו' שהיו בני אדם נוהגין בדברים אלו במדת דרך ארץ אף בלא תורה: ורואה אני להעיר שצניעות בדבריהם היא צניעות בית הכסא כמפורש בברכות (ס"ב ע"א). ודרך ארץ הוא שם מיוחד בדבריהם לענין שאמרו לוט כדרך כל הארץ. ... ורואה אני כאן להעיר שכבר הבדילו בין לשון דרך ארץ ובין לשון אורח ארעא. שאם ימדה תורה דרך ארץ הוא חמור יותר מאורח ארעא. עד שהוצרכו לפרש דרך ארץ דנקיט רמי בר חמא אורח ארעא קאמר:
8. רמב"ן ויקרא פרק יט  
והענין כי התורה הזהירה בעריות ובמאכלים האסורים והתירה הביאה איש באשתו ואכילת הבשר והיין, א"כ ימצא בעל התאווה מקום להיות שטוף בזמת אשתו או נשיו הרבות, ולהיות בסובאי יין בזוללי בשר למו, וידבר כרצונו בכל הנבלות, שלא הוזכר איסור זה בתורה, והנה יהיה נבל ברשות התורה:  
לפיכך בא הכתוב, אחרי שפרט האיסורים שאסר אותם לגמרי, וצוה בדבר כללי שנהיה פרושים מן המותרות. ימעט במשגל, כענין שאמרו (ברכות כב א) שלא יהיו תלמידי חכמים מצויין אצל נשותיהן כתרנגולין, ולא ישמש אלא כפי הצריך בקיום המצוה ממנו. ויקדש עצמו מן היין במיעוטו, כמו שקרא הכתוב (במדבר ו ה) הנזיר קדוש, ויזכור הרעות הנזכרות ממנו בתורה בנח ובלוט. וכן יפריש עצמו מן הטומאה, אף על פי שלא הוזכרו ממנה בתורה, כענין שהזכירו (חגיגה יח ב) בגדי עם הארץ מדרס לפרושים, וכמו שנקרא הנזיר קדוש (במדבר ו ח) בשמרו מטומאת המת גם כן. וגם ישמור פיו ולשונו מהתגאל ברבוי האכילה הגסה ומן הדבור הנמאס, כענין שהזכיר הכתוב (ישעיה ט טז) וכל פה דובר נבלה, ויקדש עצמו בזה עד שיגיע לפרישות, כמה שאמרו על רבי חייא שלא שח שיחה בטלה מימיו:
9. ספר קדושה של הרמב"ם – איסורי אכילה וביאה
10. שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ח  
לא ישתה כוסו בבת אחת, ואם שתה ה"ז גרגרן; שנים, דרך ארץ; שלשה, הרי זה מגסי הרוח. הגה: מיהו כוס קטן מאוד, מותר לשתותו בבת אחת (ב"ע); וכן גדול מאוד, בשלשה או ארבעה פעמים (ד"ע)
11. מגן אברהם על שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ח  
בבת אחת - ואם משייר מעט לא הוי גרגרן אבל כששותיהו בשני פעמים הוי דרך ארץ:

יג (פמ"ג) (מחה"ש) כוס קטן - פי' שהוא קטן מרביעית (ש"ה) ואמרו בגמרא דיין מתוק או מי שכריסו רחבה מותר לשתותו בבת אחת והשמיטו רמ"א משום דמשמע ברש"י דדוקא ר' ישמעאל שהיה כריסו רחבה מאוד, וביין מתוק נמי נתת דבריך לשיעורין, מיהו נ"ל דאין שיעור לכוס רק הכל לפי מתיקת היין ורחבת כריסו, ולכן השמיט רמ"א דהכל נכלל בכוס קטן ומיהו בשכר שלנו בודאי שיעורו יותר מרביעית:

#### 12. מחצית השקל על שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ח

(יב) בבת אחת. ואם משייר כו'. דקשה למ"א דלכאורה מאי שכתוב שנים דרך ארץ הוא שפת יתר, כיון דקתני בבת אחת הרי זה גרגרן ושלשה הרי זה גס רוח, א"כ דרך ארץ הוא שנים. לכן כתב מ"א דאיכא עוד ענין ממוצע בין גרגרן ובין דרך ארץ, דהיינו אם משייר מעט, (מיהו) [ניהו] דלא הוי גרגרן, מכל מקום לאו דרך ארץ הוא:  
(יג) כוס כו'. ואמרו בגמרא. שם בפסחים דף פ"ו ע"ב, ר' ישמעאל ברבי יוסי אקלע לבי ר' שמעון ברבי יוסי בן לקוניה יהבי ליה כסא ושתיא בחד זימנא, אמרי ליה לא סבר מר השותה כוסו בבת אחת הרי זה גרגרן, אמר להו לא אמרו בכוסך קטן וייןך מתוק וכריסי רחבה. וא"כ מה שכתב רמ"א דכוס קטן מותר לשתות בבת אחת, על כרחך יליף מעובדא הנ"ל, ואם כן אמאי השמיט תרי התירא אחריתי:

#### 13. משנה ברורה על שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ח

(כ) בבת אחת - ואם משייר אפילו מעט תו לא הוי גרגרן [מ"א]:  
(כא) שנים ד"א - פי' כששותהו בשני פעמים ועיין לקמן סימן ר"י מה שכתבנו שם:  
(כב) כוס קטן - היינו פחות מרביעית. וכ"ז כשהאדם בינוני ובסתם יין אבל מי שכריסו רחבה או יין מתוק נשתנה השיעור והוא מותר בבת אחת אפילו ביותר מזה ולפ"ז בשכר שלנו שאינו חזק בודאי שיעורו יותר מרביעית [מ"א].:

#### 14. פסקי תשובות אורח חיים סימן קע

ויש הכותבים שאין שיעורים הללו אמורים אלא בשתייה שהיא לשם תענוג וכבוד כיון ומיצים טבעיים וכדו', אבל מים ושאר משקאות קלים ששותים לצמאון ליכא קפידא אפילו שותה כוס גדול בבת אחת.  
וכוס של קידוש והבדלה (ושאר כוסות של מצוה) מותר לשתות בבת אחת, ואדרבה בזה מראה חביבות המצוה.

#### 15. שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ט

לא יאכל שום או בצל מראשו, אלא מעליו; ואם אכל, ה"ז רעבתן. הגה: ולא יאכל דרך רעבתנות, ולא יאחוז המאכל בידו אחת ויתלוש ממנו בידו השניה (טור).

#### 16. משנה ברורה על שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף ט

(כג) מראשו - פי' כי השום הלבן שבו מבפנים הוא המשובח שבו והעלין הירוקין שמלמעלה גרועין מהן ומחזי כשיתחיל לאכול מראשו [פרישה] ובשבת מותר משום חיבוב סעודת שבת:

#### 17. תלמוד בבלי מסכת סוכה דף מט עמוד ב

אמר רבא: צורבא מרבנן דלא נפישא ליה חמרא - ליגמע גמועי. רבא, אכסא דברכתא אגמע גמועי.

#### 18. רש"י מסכת סוכה דף מט עמוד ב

מגמע ליה גמועי - דרך שביעה משום חיבוב מצוה.

#### 19. פסקי תשובות

וכבר כתב בכף החיים (סקל"ו) דאין הדברים אמורים אלא במקום שאוכלין גם העלים (הירוק והגרוע שבשום ובצל) עם הראש (המשובח והלבן), אבל במקום שאוכלין רק הראש, היינו אורחיה, וכן אם יש נוהגין לאכול שניהם ויש נוהגים לאכול רק הראש והוא רוצה לאכול בתחילה הראש לית לן בה דהיינו אורחיה.  
**יד. אכילה בדרך ארץ ובמתינות**  
שם: ולא יאכל דרך רעבתנות. ולכן טוב שלא יאכל בידיו אלא במזלג וכף, ואף כשצריך לאכול בידיו לא יכלכל כל הידים אלא ראשי אצבעותיו, ולא ילקק אצבעותיו אלא יקנחם במפה, וישתדל להשתמש באכילתו ביד אחת ולא בשתי הידים בתוך הצלחת, ולא יכניס לפיו חתיכות ולגימות גדולות של אוכל ומשקה, ויזהר שלא יתכלכל שער זקנו ומלבושיו, ולא ימהר בלעיסתו ואכילתו, וימעיט בהשמעת קול הלעיסה, ובכל אלו ינהג גם כשאוכל לבדו בביתו.  
ומש"כ הרמ"א ולא יאחוז המאכל בידו אחת ויתלוש ממנו בידו השניה. הכוונה המאכלים שבתוך צלחת, אבל מאכלים שמוציא מהצלחת ומחזיק ביד, וכן פת ומיני מזונות וכדו', אין נראה שיהיה דרך רעבתנות אם מחזיקו בידו אחת ותולש ממנו בידו השנית.

#### 20. שולחן ערוך אורח חיים הלכות בציעת הפת, סעודה, וברכת המזון סימן קע סעיף י

לא ישוך פרוסה ויניחנה על גבי השלחן.

#### 21. שו"ת משנה הלכות חלק יא סימן קמו

ועל דרך אשר ראה מי שהוא קולף פרי לאכול בפיו כגון תפוז אראנזש בלע"ז וכיוצא בו הנה באמת כי אין זה דרך בני ישראל אלא דרך גוים לקלוף בשניניים עיין ר"ש סוף טהרות והובא בס' גנזי יוסף אבל בני ישראל מתקנים המאכלים בידיים ומכניסים לפה וכעין שתי' מן הנהר שג"כ אין שותין מן הנהר רק בידים והעושה בפיו ובשניניים מחזו כרעבתנותא. ובעופות טמאות ובהמות טמאות סימן שדורס ואוכל לא כן טהורות וכ"ש בן ישראל שצריך להיות בסעודה בדרך צניעות ומוסר .

#### 22. בראשית פרק כז פסוק כה

וַיֹּאמֶר הַגֵּשָׁה לִי וְאֶכְלָהּ מֵצֵיד בְּנֵי לְמַעַן תִּבְרַכְךָ נַפְשִׁי וַיִּגְשְׁלוּ וַיֹּאכְלֵל וַיָּבֵא לוֹ יֵין וַיִּשְׁתְּ:

#### משך חכמה בראשית פרק כז פסוק כה

(כה) ויבא לו יין. מרכא כפולה, יעויין זוהר הקדוש פרשת בלק דף קמט בשם הינוקא, ופשוט. דהשותה כוסו בבת אחת הרי זה גרגרן, שניים, דרך ארץ (פסחים פח, ב). לכן הפסיק, והוא הביא לו הכוס שתי פעמים ששתה בשתי פעמים, ופשוט.