

ששת ימים תעבוד ועשית כל מלאכתך (שמות כ ט). וכי אפשר לאדם לעשות כל מלאכתו בששה ימים, אלא שבות כאילו מלאכתך עשויה. דבר אחר, שבות ממחשבת עבודה.

(מכילתא דר"י - פרשת יתרו פ"ו)
כשתבא שבת יהא בעיניך כאילו כל מלאכתך עשויה, שלא תהרהר אחר מלאכה.
(רש"י - שמות כ ט)

אסור לאדם שיהא לבו טרוד בעסקיו בשבת. אעפ"י שאמרו חז"ל דזיבור אסור הרהור מותר, אם יש לו מתוך הרהור טירדת הלב או נדנד דאגה אסור, שנאמר 'ועשית כל מלאכתך', ואמרו במכילתא, 'שתהא כל מלאכתך בעיניך כאילו היא עשויה', שלא תהרהר עליה, וכן אנו אומרים בתפלת מנחה 'מנוחת שלום השקט ובטח, מנוחה שלמה שאתה רוצה בה, ובברכה' אנו אומרים 'שלא תהא צרה ויגון ביום מנוחתנו'.
(אגרת התשובה - אות לה)

קדושת המחשבה

אל יצא איש ממקומו ביום השביעי (שמות טז, כט). טעם מצוה זו נראה לי שזכרתי במקום אחר ענין שבת הוא קדושת המחשבה, שאסור להסיח דעתו כל היום מקדושת שבת וכו', דשבת עיקר קדושתו שיקדש מהשבתו בו וכו', וזהו סוד איסור תחומין שאל יצא איש ממקומו וכו', שעוקר נפשו חלק השכינה מהקדושה והולך חוץ לתחום מקום הקליפות, ועונו ישא עד שיחזור לשורשו שבקדושה.

(תולדות יעקב יוסף - פרשת בשלח אות ז)

מודככים החושים הרוחניים

וביום השביעי שבת וינפש (שמות לא, יז). פירש"י י"ל ונה וכו', ומי שכתוב בו (ישעי מ, כח) לא ייעף לא ייגע וכל פעלו במאמרו, הכתיב מנוחה לעצמו, לשבר את האוזן מה שהיא יכולה לשמוע. היינו להראות שאף בדברים הרוחניים שאינם אלא במחשבה, ומה גם בדיבור, שייך נמי מנוחה וקדושה, היינו לשבר את האוזן.

כי אף שלכאורה היא מהחושים שאינם ברשותו של אדם, והשמועה אינה רק רוחניות, מכל מקום יוכל האדם לקדש ולטהר א"ע ע"י קדושת שמירת שבת במחשבה, שאפילו האברים האלו לא ישמעו מה שאינו לרצון הקב"ה, ועיקר שמירת שבת היא במחשבה, מלאכת מחשבת אסרה תורה וביצה גמ' וע"י המחשבות קדושות נתקדש ונתטהר שאינו שומע רק הרצון וחפץ הבור"ה. (כת"ק).
(ישמח ישראל - פרשת כי תשא אות ב)

וכמו ששמעתי מפורש מפי מורי צמק
שחפץ האדם עס הוא כולו ודפח"ט.
ובזה תצין צא חנקוק והעמידן על אפ
ולדין צלמונתו יחיה, ר"ל שאינו
כשתבוא שבת, יהא בעיניך כאילו כל מלאכתך עשויה (רש"י), ביום השבת על האדם לדבק את עצמו בהשם ויתברך, שהוא חיי החיים הנצחיים, ולכן באמת כל מלאכתך עשויה, שכן לא חסר לו כלום.
(מאמרי אדמו"ר הזקן - פרשיות עמוד תיד)

מנוחת אמת ואמונה. היינו שיהיה מנוחתו באמת במעמקי לבבו שיהיה אצלו כאילו כל מלאכתו עשויה, ולא שנשמר במעשה ומכל מקום לבו טרוד בעסקיו ובמלאכתו. ו'אמת' נקרא מה שהוא נוקב ויורד בכל מעמקיו, אבל מה שהוא רק בהתגלות, ובלבו אינו כן, זהו רק לפניו לעיני בני אדם שרואים רק לעינים, ואינו אמת, דהקב"ה שחותרו אמת רואה ללבב, שזהו עיקר האמת דתכון לעד, והוא רק כאשר הוא כן גם בפנימיות הלב.

ואף הרהור מותר מצד הדין, מכל מקום אין זה מנוחה שלימה, שהרי אותו חסיד שחשב לגזור נמנע ולא גדר מפני כן (שבת קנז), שמע מינה דגם זה נחשב ביטול למנוחה השלימה הראויה להיות בשבת ליראי ה' היודעים שהשם יתברך צופה ויודע הנסתרות שבלבבם, דעל דבר המסור ללב ע"ז נאמר (ויקרא יט, לב) 'ויראת מאלהיך' (קדושי' לב).
(ישראל קדושים - אות ח)

עניני עוה"ז אינם שוים כלום

אין הפירוש שישקך בעצמו וידמה בעיניו ששדחו כבר חרוש וזרוע, כי לא לפניו חנף יבוא' (איוב ג, טז), אלא הפירוש הוא, באשר שבת הוא יומא דנשמתא מעין עוה"ב, ורצונו יתברך שישראל יתענגו על ה', יהיה בטל לרצונו יתברך באמת.

ויתענג כל כך בעונג שבת על ה', עד שכל עניני עוה"ז אינם שוין בעיניו לכלום וכו'. הגם שקשה בעיני איש פשוט לצייר זה ולרהב עוז בנפשו לזכות 'מדה זו, אך באשר כך היא המצוה, שוב המצוה נצמח נותנת כח לזה וכו'.

וע"כ אל יהיה רחוק בעיני שום איש להגיע שבת לידי מדה זו, אם רק ירצה בכל לב ובכל נפש, וכשהוא באופן כזה, יצדק לומר שאינו מרגיש כלל שעושה שום רבותא, במה שהוא שובת ומשליך חבנו כל עסקיו.
(שם משמאל - פרשת ויקהל שנת תרע"ג)

המקדש מעשיו זוכה למחשבות קדושות

אלו השנים [המועשה והדיבור] הם ביד כל אדם, הרשות נתונה לשמור את ידו מלעשות ופיו מלדבר וכו', אבל מחשבה בלב ומוח שהם נקראים נסתרות אינם ביד האדם רק לה' אלהינו, והוא נותן זאת במתנה להזוכה.

ולזה רמזו רז"ל באמרים (שבת יז) אמר הקב"ה למשה מתנה טובה יש לי בבית גנזי ושבתי שמה, והוא בבחינת המחשבה, שתהיה שבת שמה, ודקדקי בלשונם לומר 'בבית גנזי', ע"ד הנזכר הנסתרות לה' אלהינו, פירוש שתהיה המחשבה ג"כ בקדושת שבת, וזה הבחינה היא בבית גנזי דוקא, ואני נותנה במתנה טובה לכל הזוכה.

ע"כ צריך האדם לקדש את עצמו בקדושת שבת כמעשה ובדיבור תחילה, ויבקש מה' שיהיה בעזרו ויתן לו המתנה טובה, שיהיה גם מחשבות לבו ומוחו קדושים בקדושת שבת לה'.
(בת עין - פרשת עקב ד"ה וגם נ"ל)

יומא דנשמתא בלי גוף

כמו ביום השבת שנמשך האדם מכל וכל מעניני עוה"ז, וכמו שאמרו (ח"ב דף רה) והאי יומא יומא דנשמתין איהו, ולא יומא דגופא, וז"ש במכילתא (יתרו פ"ו) וכי אפשר לאדם לעשות כל מלאכתו בי ימים, אלא שבות כאילו מלאכתך עשויה.

כבר אמרנו שהמכוון כמו כשהאדם נפטר מן העוה"ז, שבודאי אינו חושש לדאגת מעשיו שלא נגמר, כיון שלא יוכל עוד לעשות, וכאילו כל מלאכתו עשויה, כן צריך האדם להיות ביום השבת, כאילו כבר עזב עוה"ז, דשבת יומא דנשמתין ולא דגופא כלל, ואז הוא איש אשר ידבנו לבו להמשך מן העוה"ז ומכסופא בטלה דלילה.

(פרי צדיק - פרשת תרומה אות ג)

תלויה באמונה ובטחון

שביתה במחשבה וכו' הוא שתשבות הלב מכל דאגה ועצבות, ומכל טרדות עניני החול, בבחינת 'סור מרע', וזה תלויה באמונה ובטחון, שידע ויבין כי המחשבות המטרידות לאדם בעניני החול בשבת, לא יועילו לו כלום, ואדרבה גורמין גרעון גדול ח"ו בכל עניניו. (טהרת הקודש - מאמר תשובות סגוליות פ"ט)

ברכתה חל כשכל המלאכה כאילו עשויה

בזוהר בפסוק (ויקרא כא, יח) כל איש אשר בו מום לא יקרב, שאין הקדושה שורה באתר פגום וכו'. וע"כ במעשה בראשית דכתיב: ויכל אלהים ביום השביעי מלאכתו אשר עשה, כתיב: ויברך וגו' את יום השביעי ויקדש אותו, כי במקום שלם חלה ברכה וקדושה, ולכן הסט"א שלא נשלמו אינם מקבלים כלום מקדושת השבת וברכת השבת וכו'.

וע"כ באה מצות המנוחה והעונג בשבת, ושיהיה כאילו כל מלאכתו עשויה, שלא יהיה שום חסרון, ויהיה מקום לחול קדושת שבת וברכתה, ועל כן נאסרה כל מלאכה, כי בעת המלאכה אין שלימות, רק אחר שנגמרה המלאכה, רק יעשה כולו תורה, דלא עלין המלאכה לגמור והתהתסקות עצמה שלימות.
(נאות הדשא - עניני שבת ס"ג אות ז)

נעשה מלאכתו באמת באין מחסור

ששת ימים תעבוד ועשית כל מלאכתך (שמות כ ט). פירש"י שיהיה כאילו כל מלאכתך עשויה. ובאוה"ח פ"י שהוא ברכה, שבששת ימים תוכל לעשות כל מלאכתך, ולא תצטרך לעבודת יוב השבת ע"ש. והאמת כי זאת הברכה היא, ע"י שנעשה בעיני האדם, כאילו כל מלאכתו עשויה ואינו מהרהר אחר מלאכה בעבור רצון המקום ב"ד ע"י נעשה מלאכתו באמת באין מחסור.

(שפת אמת - פרשת יתרו שנת תרל"ז)

לא יחסר לו כלום

שמעתי מפי הקדוש [רבי מאיר שלום מקאלשין] ז"ל, בשבת קודש שאמר בזה"ל: בבטח אצלי, שאם האדם לא יחשוב בשבת קודש כלום מעניני ממונו לא יחסור לו כל השבוע כלום.
(דרך צדיקים - פרק ה אות א)