

SOCIAL EATING

Sponsored by Jake and Karen Aibilevitz in memory of Jake's Beloved Parents,
יהושע בן שמעון דב ז"ל and Karen's brother ז"ל & לאה בת אברהם ז"ל

A) Avos, Chapter 3, Mishna 3

R. SIMEON¹⁸ SAID: IF THREE HAVE EATEN AT ONE TABLE¹⁹ AND HAVE NOT SPOKEN THEREAT WORDS OF TORAH, [IT IS] AS IF THEY HAD EATEN SACRIFICES [OFFERED] TO THE DEAD,²⁰ FOR [OF SUCH PERSONS] IT IS SAID, FOR ALL TABLES ARE FULL OF FILTHY VOMIT, [THEY ARE] WITHOUT THE ALL-PRESENT.²¹ BUT, IF THREE HAVE EATEN AT ONE TABLE, AND HAVE SPOKEN THEREAT WORDS OF TORAH, [IT IS] AS IF THEY HAD EATEN AT THE TABLE OF THE ALL-PRESENT, BLESSED BE HE, AS IT IS SAID, THIS IS THE TABLE BEFORE THE LORD.

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

PART 1 - WHY THREE?

1 - פירוש רבינו יונה על אבות פרק ג

ג ר"ש אומר שלשה שאכלו על שלחן ולא אמרו עליו דברי תורה כאילו אכלו מזבחי מתים - ר"ל כי כל שלחנות הרי הן כאילו מלאו תקרובת עבודת כוכבים שנחשבת כצואה לפי שלא אמרו עליו דברי תורה כי ישיבת שלשה אנשים נקראת חבורה שהם מזמנין בברכת המזון ואין להתחבר להן ואין דברי תורה ביניהם שהיא פריקת עול התורה שאוכלין ושותין ונהנים וזכרת התורה לא תעלה על לבבם או להם או להנאתם

2 - תפארת ישראל - יכין מסכת אבות פרק ב

נקט ג' שאכלו, דבא' או ב' שאכלו ולא למדו אח"כ, י"ל שמא אין להם פנאי, אבל ג' מסתמא יש להם פנאי, דאל"כ לא הסיבו יחד, שהיה כ"א חושש שמא יקדים לגמור סעודתו קודם לחבירו, ויהיה צריך להמתין עליו לבהמ"ז [כא"ח קצ"ג

PART 2 – WHAT COUNTS?

3 - פירוש רש"י על אבות פרק ג

ולא אמרו עליו ד"ת. ורגילין בני אדם לפטור עצמן בברכת המזון

4 - תוספות יום טוב מסכת אבות פרק ג

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. ומילי דאבות. מילי דחסידות נינהו. כדאמרינן בפרק המניח (דף ל') מאן דבעי למהוי חסידא לקיים מילי דאבות ולשון רש"י ורגילין בני אדם לפטור עצמן בברכת המזון

5 - משנה ברורה סימן קע

(א) אין משיחין בסעודה - אפילו [א] בד"ת ודוקא בשעת אכילה גופא ומשום סכנה וכדלקמיה [ב] אבל בין תבשיל לתבשיל מותר [ג] ומצוה על כל אדם ללמוד תורה על שלחנו שכל שלחן שלא אמרו עליו ד"ת כאלו אכלו מזבחי מתים וכתב בשל"ה דילמוד משנה או הלכה או אגדה או ספרי מוסר ואינו יוצא במה שמברך בהמ"ז [ד] ועכ"פ יאמר איזה מזמור וטוב לומר אחר ברכת המוציא מזמור ה' רועי לא אחסר דהוא ד"ת ותפלה על מזונותי

PART 3 – THE MAIN MESSAGE

6 – מדרש שמואל

והרב ר' משה אלשקאר ז"ל פי' ר' שמעון אומר וכו'. טעם סמיכות זה הענין לדברי ר' חנניא להורות לנו שצריך האדם קודם שיאכל שיקבע עתים לתורה ובשעת האכילה שאינו יכול לפתוח ספר ידבר במה שלמד כבר וישתעשע במה ששנה קודם ואם בא לידו חידוש יספר לחבירו וכשיעשה זה אז יתקיים בכל דרכיך דעהו. ומזה הענין יפורש גם כן מ"ש כי תשב ללחום את מושל בין תבין את אשר לפניך כלומר כשתשב ללחום ליתן לחם לכחות החומריות אשר הם באים מצד היצר הרע המושל עליך בין תבין את אשר לפניך כלומר התבונן במה שלמדת קודם האכילה וזהו אשר לפניך אם תעשה זה אז ושמת סכין בלועך אם בעל נפש אתה והוא כאלו אתה נועץ חרב בגוף שלך ואז ישבר כח היצר הרע אם בעל נפש אתה. ואמר כאלו אכלו מזבחי מתים כלומר כאותם המתים שאינן להם נפש אלא גוף גם כן אלו אינם נותנים חלק כי אם לגוף הנגוף. והביא ראיה

7 – מילי דאבות

רבי שמעון אומר שלשם שאכלו על שלחן
 אחר וכו' הפסח סוק סוף רשבי שחקר במפרס
 שנסתר שם כעם שנים מופחד הקיסר ספר
 סווקר וכו' ר' שמעון סתם שנמלא והוסף על
 דברו ר' חינוך כו' לא די שצריך האדם לדבר
 כ"ד בעת המושב כי גם בעת הפנא הנופית
 והוא הפנא שאכילה צריך שאכל לנפשו
 שאכילת הפנא הרוחנית כמו שאכל לנפש
 שאכילת הגופנית ולכן אחר שלשם שאכלו על
 שלחן אחד ולא אחריו עליו ד"ת וידוע כמו שאמר
 הפלוסוף כי חוש החוש חרפס לנו כי אינו לנו
 אלא חמד סיונתנו בעלי חיים לא עבד סיונתנו
 אכזבים וחוש הטעם חלק עמנו כי אינו חשיג
 מוחסיו כי אם במשגשג וסניס ולכן ראוי לאר'

רבי שמעון אומר שלשם
 שאכלו על שלחן אחד
 ולא אמרו עליו דברי תורה כאלו
 אכלו מזבחי מתים: שנאמר כי
 כל שלחנות מלאו קא צואה בלי
 מקום: אבל שלשה שאכלו על
 שלחן אחד: ואמרו עליו דברי
 תורה כאלו אכלו משלחנו של
 מקום שנאמר: וידבר אליהם
 השלחן אשר לפני יי:

למעשה שלשם שאכלו על שלחן אחד וכו' וולתי ספרתי לכו' וגם ששעה שלקח ספרתי צריך שידבר נסו מושכל
 לסראות גם נשעם הפנא ממשגשג נסו ספסל בעל שכל חשיג במחשבה ועיון וכו' וכו' נ'

Lubavitcher Rebbe - 8

שלשה שאכלו על שלחן אחד

השאלות במשנתנו: א. הדיוק שלשה שאכלו". ב. הדיוק "על שלחן אחד". ג.
 הקשר לבעל המאמר — רבי שמעון בן יוחאי.
 והביאור:

המספר שלשה רומז לחיבור ואיחוד אלקות עם עולמות (אלקות, עולמות, וחיבור
 שניהם יחד), וכאשר שלשה אנשים יושבים לאכול יחד, הנה עצם היותם במספר זה
 מזכיר ומעורר חיבור זה⁷⁵.

(בעצם, גם כשיהודי אחד יושב לאכול הרי זה בבחינת "שלשה שאכלו". שכן,
 ידועה תורת הבעל שם טוב⁷⁶ על הפסוק⁷⁷ "רעבים גם צמאים נפשם בהם תעטף",
 שרעבון הגוף וצמאוננו בא מכך שהנשמה רעבה וצמאה לברר את ניצוצות הקדושה
 שבמאכל או במשקה. מובן איפוא, שכאשר יהודי אוכל יש כאן (א) אכילת הנשמה,
 (ב) אכילת הגוף, (ג) חיבור שניהם יחד).

והנה, אמירת דברי תורה על השלחן (שכולל כל צרכי האדם⁷⁸) מחברת אלקות
 (דברי תורה) עם עולמות (צרכי האדם). זהו "שלחן אחד": החיבור והקישור של
 ה"שלחן" עם "ה' אחד".

והחיבור זה הי' בגלוי ובהדגשה אצל בעל המאמר, רשב"י, שהיתה תורתו
 אומנתו⁷⁹, ותורתו פעלה בגלוי על עניני העולם, ועד שהוריד גשמים על ידי אמירת
 דברי תורה⁸⁰, לא על ידי בקשה ותפלה כפי שמצינו אצל תנאים אחרים⁸¹.

9 - תפארת ישראל - יכין מסכת אבות פרק ב

(כא) שלשה שאכלו על שלחן אחד. לא נקט שאוכלים, דבשעת הסעודה אסור לדבר, שמא יקדים קנה לושט [כתענית ד"ה ב'], רק
 [כשיושבים אחר שאכלו חייב בדברי תורה, ובשעת הדחק יוצא בבהמ"ז [מג"א ק"ע

(כב) ולא אמרו עליו דברי תורה. כל א' לפי כחו, דמחוייב כל אדם כן, לגלויי דעתו, שמטחוי האדם שאוכל כדי לחיות, אבל אינו חי
 כדי לאכול, ועי"ז מעיד על עצמו שאינו כבהמה שיאכילהו כדי לעשות פעולות גופניות, רק שאוכל כדי שיהיה לו כח לעבודת ה', מיהו
 נקט ג' שאכלו, דבא' או ב' שאכלו ולא למדו אח"כ, י"ל שמא אין להם פנאי, אבל ג' מסתמא יש להם פנאי, דאל"כ לא הסיבו יחד,
 [שהיה כ"א חושש שמא יקדים לגמור סעודתו קודם לחיבורו, ויהיה צריך להמתין עליו לבהמ"ז [כא"ח קצ"ג]

ד. הודיענו בהאי דנקט שאכלו לשון עבר שאין משיחין בסעודה. א"נ אמר אכלו לשון עבר לכוונה אחרת וידוייק גם מלת אחד דקאמר שהיא מיותרת עם מה ששמעתי אומרים על פסוק ועבדתם את ה' אלהיכם וברך את לחמך ואת מימך שנכנס בלשון רבים ועבדתם ויצא בלשון יחיד דקאמר וברך את לחמך וגו'. אמנם השמיענו שבענין התפלה טובים המרובה מן היחיד כי ברוב עם הדרת מלך ומעולם לא יתפלל ביחיד כענין פנה אל תפלת הערער ועל כן אמר ועבדתם כי עבודה זו תפלה. אמנם בענין המאכל מעולם לא יתקבצו לאכול אחד עם חבירו כי מעולם לא ימשך שום דבר טוב מהתחברם לאכול ביחד ויותר טוב הוא שיאכל כל אחד לבדו. ולרמוז לזה אפקיה בלשון יחיד ואמר וברך את לחמך ואת מימך. על כן אמר בכאן שלשה שאכלו וכו' כלומר האמת והטוב היה שלא יאכלו על שולחן אחד אמנם אם כבר אירע שאכלו על שולחן אחד צריך שיאמרו עליו דברי תורה ואף אם נאמר שהאכילה והשתיה אין בזה עון אשר חטא עם כל זה מן החטא הקל נמשך אל החמור עד שנאבד מן העולם וכמ"ש הכתוב חטא חטאה וגו'. ויש לשאול חדא כי כבר אמר למעלה כי ה' חוגה על רוב פשעיה ואם

Social influences on eating

Suzanne Higgs and Jason Thomas

Eating behaviour is strongly influenced by social context. We eat differently when we are with other people compared with when we eat alone. Our dietary choices also tend to converge with those of our close social connections. One reason for this is that conforming to the behaviour of others is adaptive and we find it rewarding. Norms of appropriate eating are set by the behaviour of other people, but also shared cultural expectations and environmental cues. We are more likely to follow an eating norm if it is perceived to be relevant based on social comparison. Relevant norms are set by similar others and those with whom we identify. If a norm is relevant then there may be matching of behaviour to the norm, but this will depend on other factors, such as how much attention is paid to the norm, how concerned we are about social acceptance and the presence of other competing norms such as personal norms and consumption stereotypes. Norm matching involves processes such as synchronisation of eating actions, consumption monitoring and altered food preferences. There is emerging evidence that social eating norms may play a role in the development and maintenance of obesity. Social eating norms constitute a novel target for interventions to encourage healthier eating.

Address

School of Psychology, University of Birmingham, United Kingdom

Corresponding author: Higgs, Suzanne (s.higgs.1@bham.ac.uk)