

How Much Do You *Bentsch*? Quantitative and Qualitative Perspectives on *Birkat Ha-Mazon*, Part I

Shlomo Zuckier
Drisha Institute
12.28.20

The Biblical Context and Primary Sources on Birkat ha-Mazon

1. דברים פרק ו

- (י) והי'ה פי יביאדו יקנו אל'הי'ה אל'הארץ אשר נשבע לאבותיה לאברהם ליצחק וליעקב לתת לה ערים גדולות וטבת אשר לא-בנית:
(יא) ובתים מלאים פל'טוב אשר לא-מלאה וברת חצובים אשר לא-חצבת פרמים וניתים אשר לא-נטעת ואכלת ושבעת:
(יב) השמר לה פן-תשכח את-יקנו אשר הוציאנו מארץ מצרים מבית עבדים:
(יג) את-יקנו אל'הי' תירא ואתו מעבד ובשמו תשבע:
(יד) לא תלכו אחרים אלהים אחרים מאלהי העמים אשר סביבותיכם:
(טו) פי אל קנא יקנו אל'הי' בקרבך פן-תורה אר' יקנו אל'הי' בך והשמידך מעל פני האדמה:

2. דברים פרק ח

- (ו) ושמרת את-מצות יקנו אל'הי' ללכת בדרכיו וליראה אתו:
(ז) פי יקנו אל'הי' מביאנו אל-ארץ טובה ארץ גחלי מים עינת ותהמת יצאים בבקעה ובהר:
(ח) ארץ חטה ושערה וגפן ותאנה ורמון ארץ-גית שמן ודבש:
(ט) ארץ אשר לא במספנת תאכלנה להם לא-תחסר כל בה ארץ אשר אבניה ברזל ומהרריה תחצב נחשת:
(י) ואכלת ושבעת וברכת את-יקנו אל'הי' על-הארץ הטבה אשר גמולך:
(יא) השמר לה פן-תשכח את-יקנו אל'הי' לבלתי שמר מצותיו ומשפטיו וחקתיו אשר אנכי מצונו היום:
(יב) פן-תאכל ושבעת ובתים טובים תבנה וישבת:
(יג) וקברך וצאנך ירבנו וקספ וזהב ירבה לך וכל אשר-לך ירבה:
(יד) ורם לבבך ושכחת את-יקנו אל'הי' המוציאנו מארץ מצרים מבית עבדים:
(טו) המוליכה במדבר הגדל והגורא נחשו שרה ועקרב וצמאון אשר איז-מים המוציא לה מים מצור החלמיש:
(טז) המאללך מן במדבר אשר לא-ידעו אבתיה למען ענתה ולמען נסתה להיטב באתריה:
(יז) ואמרת בלבבך פחיל ועצם ידי עשה לי את-התיל הזה:
(יח) וקברת את-יקנו אל'הי' כי הוא הגדל לך פח לעשות חיל למען הקים את-בריתו אשר-נשבע לאבתיה פיום הזה: פ
(יט) והי'ה אם-שכח תשכח את-יקנו אל'הי' והלקת אחרים אחרים ועבדתם והשתתנית להם העלתי בכם היום פי אבד תאבדון:
(כ) פגוים אשר יקנו מאביד מפניכם פן תאבדון עקב לא תשמעו בקול יקנו אל'הי'כם:

3. דברים פרק יא

- (יג) והי'ה אם-שמעו אל-מצותי אשר אנכי מצוה אתכם היום לאהבה את-יקנו אל'הי'כם ולעבדו בכל-לבבכם ובכל-נפשכם:
(יד) ונתתי מטר-ארצכם בעתו יורה ומלקוש ואספת דגנה ומירוש ויצהרה:
(טו) ונתתי עשב בשדה לבהמתה ואכלת ושבעת:
(טז) השמרו לכם פן יפתה לבבכם וסרתם ועבדתם אלהים אחרים והשתתויתם להם:
(יז) ותר'ה ארץ-יחולק בכם ועצר את-השמים ולא-יהנה מטר והאדמה לא תתן את-יבולה ואבדתם מהרה מעל הארץ הטבה אשר יקנו נתן לכם:
(יח) ושמרתם את-דברי אלה על-לבבכם ועל-נפשכם וקשרתם אתם לאות על-ידיכם והניו לטופת בין עיניכם:
(יט) ולמדתם אתם את-בניכם לנגר בם בשבתם בביתם ובלכתם בדרך ובשכבתם ובקומה:
(כ) וכתבתם על-מזוזות ביתך ובשעריך:
(כא) למען ירבו ימיכם וימי בניכם על האדמה אשר נשבע יקנו לאבותיכם לתת להם פימי השמים על-הארץ:

4. דברים פרק לא

(כ) כִּי־אֲבִיאֲנִי אֶל־הָאֲדָמָה אֲשֶׁר־נִשְׁבַּעְתִּי לְאֲבוֹתַי וְזָבַת חֶלֶב וְדֹבֶשׁ וְאָכַל וְשָׂבַע וְדָשְׁן וּפְנֵה אֶל־אֱלֹהִים אֲחֵרִים וַעֲבָדוּם וְנִאֲצָוִנִי וְהִפַּר אֶת־בְּרִיתִי:
(כא) וְהִיָּה כִּי־תִמְצָאֵן אֹתוֹ רַעוּת רְבוּת וְצָרוֹת וְעֲנָתָה הַשִּׁילָה הַזֹּאת לְפָנָיו לְעֵד כִּי לֹא תִשְׁכַּח מִפִּי זְרַעוֹ כִּי יִדְעַתִּי אֶת־יִצְחָר אֲשֶׁר הוּא עֲשָׂה הַיּוֹם בְּטַרְם אֲבִיאֲנִי אֶל־הָאָרֶץ אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי:

5. מכילתא דרבי ישמעאל בא - מסכתא דפסחא פרשה טז

ומנין שהן מברכין על המזון שנאמר ואכלת ושבעת וברכת (דברים ח י) זו ברכה ראשונה על הארץ זו ברכה שנייה הטובה זו ירושלם שנאמר ההר הטוב הזה והלבנון (שם /דברים/ ג כה) אשר נתן לך שגמלנו כל טוב ר' חייא בר נחמני אמר משום רבי ישמעאל הרי הוא אומר ואכלת ושבעת מה זה מחוסר אשר נתן לך בין מדה טובה למדה פורענות אין לי אלא מזון שהוא טעון ברכה לאחריו לפניו מנין היה ר' ישמעאל אומר קל וחומר הוא, מה כשאכל ושבע הרי הוא טעון ברכה כשהוא תאב לא כל שכן.

6. תוספתא מסכת ברכות (ליברמן) פרק ו הלכה א

ברכת הזימון מן התורה שני' ואכלת ושבעת וברכת זו ברכת הזימון את ה' אלהיך זו ברכה ראשונה על הארץ זו ברכת הארץ הטובה זו ירושלם שנא' ההר הטוב הזה והלבנון אשר נתן לך ה' זו הטוב והמטיב מניין שכשם שאתה מברך לאחריו כך מברך לפניו ת"ל אשר נתן לך משעה שנתן לך מניין אף על ההרים ועל הגבעות ת"ל על הארץ מנין אף על התורה ועל המצות ת"ל אשר נתן לך וא' ואתנה לך את לוחות האבן ר' מאיר או' מנין שכשם שאתה מברך על הטובה כך אתה מברך על הרעה ת"ל אשר נתן לך ה' אלהיך אליך דיינך בכל דין שדנדך בין במדת הטוב בין במדת פורענות

7. משך חכמה דברים פרק ח פסוק י

ואכלת ושבעת וברכת וכו', מנין לברכת המזון מן התורה וכו'... לפניו מנין, אמרת קל וחומר, כשהוא שבע מברך כשהוא רעב לא כל שכן... ובפרק מי שמתו אמר ר' יוחנן למדנו ברכת התורה לאחריה מן ברכת המזון מקל וחומר וכו'... וטעמא נראה, דאם נעיין על התשלום על גמול הטוב שגמל לו הקב"ה, אז הוא קל וחומר מעליא, מה על חיי שעה מברך על חיי עולם לא כל שכן, שזה תודה וברכה עבור גמולו הטוב שגמל אליו השי"ת, אך באמת אין הברכה על זה בלבד, רק הוא ענין ומכוון אחר, שכשאוכל ושבע, אז הוא עלול לבעט... לכן צוה השי"ת שכשיאכל וישבע יזכיר שם אלוך בתודה ויברכנהו ויזכור כי הוא הנותן לך כח לעשות חיל, ומידו לוקח האוכל למלאות נפשו כי ירעב. וזה שאמר בסמוך השמר לך פן תשכח וכו' פן תאכל ושבעת וכו' ורם לבבך ושכחת וזכרת וכו', הראה לנו טעם הברכה שלא יקשיח לבבו מדרכי השי"ת ועדותיו, וזה יתכן דוקא כשהוא שבע לא כשהוא רעב. אכן בדברי תורה מעיקרא כי עביד אדעתא דנפשיה עביד, שלומד לעשות רב לקנות חכמה, ואם לא יזכיר השי"ת כי התורה היא חיינו ואורך ימינו ובה חנן את נפש הישראל באצילות חכמתו יתברך יתגאה ויעשנה קרדום להתעטר בה, ויוכל היות סם המות למשמאילים בה, וכמו שאמרו על זה יערוף כמטר לקחי... ובזה יבוא לקיום התורה לשמה וילמוד אותה לשם יוצרה, ומכשירתו ונהנין ממנו... אבל כשלמד אז אינו צריך ברכה כי מוצאה מצא חיים, ודעסיק בה אצולי מצלא דלא לית לידי חטא...

8. שפת אמת דברים פרשת עקב

בענין שבה ארץ ישראל... ואכלת ושבעת וברכת, ולא כתיב ותברך, לפי הפשט יש לומר כמו שאמרו בגמרא סברא הוא, אסור להנות בלא ברכה, אם כן הוא מוטבע באיש ישראל כשנהנה מברך, זה שאמר וברכת, כמו ואכלת ושבעת שהוא ממילא כמו כן וברכת. אכן עוד יתכן לפרש כי אכילת לחם הארץ נתן התעוררות בנפש ישראל לברך להשי"ת, זה שאמר ואכלת ושבעת וברכת. ויש לומר עוד כי בגוף אכילה נעשה הברכה, שהאכילה היתה בקדושה... זה שאמר ואכלת ושבעת, ועל ידי זה וברכת. וחז"ל אמרו משה רבינו ע"ה תיקן ברכת הזן ויהושע תיקן על הארץ וכו', פירוש כי המן היה מאכל מן השמים ממש והוא השפע בשורשו, וארץ ישראל היה דביקות שפע שלמטה, דביקות לחם מן הארץ בלחם מן השמים, והוא מדרגה שלמטה מן המן, ואחר כך תיקנו ובנה ירושלים, פירוש כמו שכתוב בספרי, ושמתם את דברי אלה, אף כשתהיו גולים הציבי לך ציונים... לזכור איך נפלנו מאיגרא רמה שכשהיינו בארץ ישראל היה כל השפע דבוק בשורשו כנ"ל, ואוי לבנים שגלו מעל שלחן אביהם, וכפי התשוקה והדאגה על חורבן בית המקדש כך יכולין גם בגלות להרגיש קצת הארה מהשפע שהיה בזמן המקדש...

Why Do You Bentsch? Reasons for Birkat ha-Mazon

9. ספר המצוות לרמב"ם מצות עשה יט

והמצוה הי"ט היא שצונו לברכו יתעלה אחר כל אכילה והוא אמרו (ר"פ עקב) ואכלת ושבעת וברכת את י"י. ולשון התוספתא (ברכו' רפ"ו) ברכת המזון מן התורה שנאמר ואכלת ושבעת וברכת את י"י. וכבר התבארו משפטי מצוה זו במקומות ממסכת ברכות (טו - יז ב, כ ב, כא א ופ"ו - ז ורפ"ח):

10. ספר החינוך פרשת עקב מצוה תל מצות ברכת המזון

(א) לברך את השם יתברך אחר שיאכל האדם וישבע, מלחם, או משבעת המינין הנזכרים בכתוב [דברים ח', ח'] כשהוא זן מהן, ולחם סתם נקרא פת העשוי מחטה ושעורה, ובכלל החטה הכוסמת, ובכלל השעורה שבולת שועל ושיפון. ועל כלל שבעת המינין הזנין נאמר [שם, י'], ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך על הארץ הטובה אשר נתן לך. וזאת השביעה אין לה שיעור שיהיה בכל אדם, אבל כל אדם יודע שביעתו, וידענו שיעור שביעת הצדיק שהוא באוכלו לשובע נפשו, ארצה לומר כדי מחיתו לבד. והראיה שאין חיוב הברכה מן התורה רק אחר השביעה, מה שאמרו זכרונם לברכה בפרק מי שמתו בברכות [כ' ע"ב], דרש רב עזריא וכו', עד אמר להם לא אשא פנים לישראל שאני כתבתי בתורתך ואכלת ושבעת וברכת, והם דקדקו על עצמם עד כזית ועד כביצה. ועוד ארחיב המאמר בפירוש הכתוב הזה ובדינין היוצאים ממנו בדיני מצוה זו בעזרת השם, ואודיע המחלוקת שיש לרבותינו במשמעותו. משרשי המצוה. הקדמה. הלא הגדתי לך בני במה שקדם כי לשם ברוך הוא כל הכבוד וההודו וכל הטוב וכל החכמה וכל היכולת וכל הברכה, ודברי בן אדם וכל מעשהו אם טוב ואם רע לא יוסיף ולא יגרע... על כן צריכין אנו לחפש כוונת הענין מהו, ולא נוציא זמננו במה שהעסק בו תמיד מבלי הבנה בו כלל... ידוע הדבר ומפורסם כי השם ברוך הוא פועל כל הנמצא, וברא האדם והשליטו על הארץ ועל כל אשר בה, וממדותיו ברוך הוא שהוא רב חסד והוא חפץ בטובת בריותיו ורוצה להיותן ראויין וזכאין לקבל טובה מאתו, וזה באמת משלמותו ברוך הוא, כי לא יקרא שלם בטובה רק מי שהוא מטיב לאחרים זולתו, אין ספק בזה לכל בן דעת. ואחר הסכמה זו שידענו בחיוב מרוב שלמות טובו שחפצו להריק עלינו מברכתו, נאמר שענין הברכה שאנו אומרים לפניו איננו רק הזכרה לעורר נפשנו בדברי פינו, כי הוא המבורך ומבורך יכלול כל הטובות, ומתוך ההתעוררות הטוב הזה בנפשנו ויחוד מחשבתנו להודות אליו שכל הטובות כלולות בו והוא המלך עליהם לשלחם על כל אשר יחפוץ, אנו זוכים במעשה הטוב הזה להמשיך עלינו מברכותיו. ואחר הזכרה והודאה זו לפניו אנו מבקשים ממנו מה שאנו צריכים דעת או סליחה לעוונותינו או רפואה או עושר וכל דבר. וכן אחר הבקשה ממנו אנו חוזרים ומודים אליו בזה לומר כי ממנו יבוא אלינו, וזהו פתיחה וחתמה של ברכות, פן נחשב כעבד שנטל פרס מרבו והולך לו בלא רשות כמתגנב... ומן השורש הזה הוא מה שאמרו זכרונם לברכה [חולין ס' ע"ב] שהקדוש ברוך הוא מתאוה לתפלתן של צדיקים, לומר שחפצו שיעשו פעולה שיזכו בה לפניו וימשיכו עליהם מטובו כי חפץ חסד הוא, ולתת עליהם מברכתו מרוב שלמותו כמו שכתבנו. וזהו השורש הגדול לכל אשר יעשה האדם טוב בעולם הזה, שזה שכרו מאת השם שמשלים חפצו באשר הוא רוצה בטובתן של בריות....

גם הרמב"ן ז"ל יחשוב אותה מצות עשה בפני עצמה. והענין הזה שחייבנו האל ברוך הוא ברכה בקריאת התורה לפניו ובמזון לאחריו, מן הדומה שהטעם לפי שהוא ברוך הוא לא ישאל מן החומר לעבדו ולהודות בטובו רק אחר שיקבל פרס ממנו, כי החלק הבהמי לא תכיר בטובה רק אחר ההרגש. אבל קריאת התורה שהוא חלק השכל, והשכל יודע ומכיר וקודם קבלת התועלת יבין אותו, על כן יחייבנו האל להודות לפניו קודם קריאת התורה. ומודה על האמת ימצא טעם בדברי.

11. רמב"ן דברים פרק ח פסוק י

ואכלת ושבעת וברכת - כי תזכור עבודת מצרים וענוי המדבר, וכאשר תאכל ותשבע בארץ הטובה תברך עליה את השם. ורבותינו קבלו שזו מצות עשה, וטעמו ותברך את ה' אלקיך... וטעם על הארץ הטובה - יצוה שתברכהו בכל עת שתשבע על השובע ועל הארץ שנתן לך שינחילנה לך לעולמים ותשבע מטובה. והנה חיוב המצוה הזאת בכל מקום.

12. ספר כד הקמח (לרבנו בחיי) סי' ברכה

תחלה שמנה ברכות שיתחייב האדם לברך על השלחן... ואלו הם השמנה. נטילת ידים, המוציא, ארבע של ברכת המזון. שלשה מן התורה, רביעית דרבנן, ועל היין לפניו ולאחריו. וצריך האדם להתקדש על שולחנו בסעודתו בשמנה ברכות אלו ושיתבונן בהם כדי שיהיה שלחנו אשר לפני ה', כי בנוהג שבעולם המאכל והמשתה מביא האדם לידי גסות הטבע

וגובה הלב ויבא מזה שישכח את השי"ת והוא שאמר הנביא ע"ה (הושע יג) כמרעיתם וישבעו שבעו וירם לבם על כן שכחוני, וכן אמר מרע"ה (דברים ח) ובקרך וצאנך ירביון וכסף וזהב ירבה לך וכל אשר לך ירבה ורם לבבך ושכחת את ה' אלהיך. ולפיכך צריך האדם שיתבונן בברכות שעל השלחן שמוציא מפיו כדי שימשיך לבו לתאות השי"ת ולא לצד תאות המאכל והמשתה, וצריך שיזכור העיקר במקום שהוא סבה שישכחנו והוא מקום סעודה כי שם יתחייב האדם להיות יותר נפשו משוטטת אל השם יתעלה בנין אב לזה (שמות כד) ויחזו את האלהים ויאכלו וישתו ביאורו כי היו מתבוננים ורואים הכבוד בלב בעוד שהיו אוכלים ושותים.

13. נתיבות עולם נתיב העבודה פרק יח

הברכה שהוא עיקר בברכות הוא ברכת המזון שיהיה נזהר שיהיה מברך הש"י אשר נתן לו מזונות שלו שהוא דבר גדול על הכל. וכמו שאמרו בפרק ערבי פסחים (פסחים קי"ח ע"א) קשים מזונותיו של אדם יותר מן הגאולה דאלו בגאולה כתיב המלאך הגואל אותי מכל רע ואלו במזונות של אדם כתיב האלהים הרועה אותי מעודי... והנה תראה ותבין כי הלב מפרנס כל האיברים בעצמו וכולם מקבלים חיות ממנו, וכן כל הנבראים מקבלים קיום מן השם ית'. וזה אמרם בפ"ק דברכות (י' ע"א) מה הקדוש ברוך הוא זן את כל העולם אף הנשמה זנה את כל האיברים, הרי מדמה הנשמה בזה להקב"ה בענין המזונות, ועי"ז נזכרו שם הרבה דברים על המזונות שהם קשים ואין כאן מקום זה, ולכך הדעת נותן והשכל מחייב שלפי גודל הדבר הזה שמקבל האדם הפרנסה, צריך לברך את השם ית' על זה ברכה שלימה וכמו שיתבאר עוד דבר זה בברכת המזון. ומאוד דקדקו חכמים ז"ל על ברכת המזון שתהא הברכה בשלימות הגמור כמו שהשי"ת השלים את האדם במזונותיו.

14. רש"ר הירש דברים פרק ח פסוק ו

ואכלת ושבעת וברכת - ברך את ה' פירושו לקדם ולהגשים את מטרות ה' שנמסרו לאדם הפועל בחירות מוסרית, או לקבל על עצמו להגשים את המטרות האלה בחיי המעשה. כל אימת שנתחזקת על ידי ברכת ה' וסיפקת את צרכי קיומך הגופני, עליך לזכור את ה' אלקיך שהחזיר לך את כוחך וסיפק את צרכי קיומך. לפיכך עליך להקדיש לו את כל ישותך שנתחזקה ונתעלתה, ועליך למסור את עצמך לקידום מטרותיו... הרי זו מצות ברכת המזון הנוהגת אחרי אכילת לחם, והיא באה להזכיר לנו את ההשגחה הפרטית של ה', שנודעה לנו בנס הגלוי של המן, והברכה נועדה לטפח ולשמור את הידיעה הזאת במסגרת תנאי המזון הרגילים... נמצא שכל פרוסת לחם תהיה נתפסת כמתנה ישירה של ה'... ההקשר שברכת המזון כתובה בו בתורה וכן גם עצם מושג הברכה מלמדנו, שמצוה זו איננה חובת נימוס של אמירת תודה על המזון, אלא תוך שהיא מזכירה לנו שקיומנו תלוי רק בה' לבדו הרי היא מחיה ומעוררת בלבנו גם את כל המסקנות הנובעות מעובדה זו למילוי תפקיד חיינו. משום כך ברכת המזון כוללת ארבע ברכות המקיפות את כל היסודות של מושג "היהודי", ההשגחה הכללית של ה' על עולמו והשגחתו הפרטית על דברי ימי ישראל הציבה את היהודי על משמרתו, וחובה על כל דור יהודה להכיר את התפקיד המוטל עליו... כל פרוסת לחם שנאכלה וכל רגע של המשך החיים שנתאפשר על ידיה הוא מתנת "טובו" של ה', וטובו של ה' מתגלה כחן וכחסד או כרחמים, הכל כפי מידת זכותו של המקבל. דבר זה בא לידי ביטוי בברכת הזן. והמברך ברכה זו נודר להקדיש את חייו למי שזן את הכל.

What Do You Bentsch? The Content of Birkat ha-Mazon

15. תלמוד בבלי מסכת ברכות דף מה עמוד ב

אמר רב נחמן משה תיקן לישראל ברכת הזן בשעה שירד להם מן, יהושע תקן להם ברכת הארץ כיון שנכנסו לארץ, דוד ושלמה תקנו בונה ירושלים, דוד תקן על ישראל עמך ועל ירושלים עירך, ושלמה תקן על הבית הגדול והקדוש. הטוב והמטיב ביבנה תקנוה כנגד הרוגי ביתר... הטוב שלא הסריחו והמטיב שניתנו לקבורה.

16. במדבר רבה (וילנא) פרשת מסעי פרשה כג סי' ז

הלכה עד שלא נכנסו לארץ כיצד היו מברכין על המזון, שנו רבותינו עד שלא נכנסו לארץ ישראל היו מברכין ברכה אחת הזן את הכל, משנכנסו לארץ ישראל היו מברכין על הארץ ועל המזון, משחרבה הוסיפו בונה ירושלים, משנקברו הרוגי ביתר הוסיפו הטוב והמטיב, הטוב שלא הסריחו והמטיב שנתנו לקבורה, ואין לך חביבה מכולם יותר מברכת על הארץ ועל המזון, שכך אמרו חכמים ז"ל כל מי שאינו מזכיר בברכת המזון על הארץ ועל המזון ארץ חמדה וברית ותורה וחיים לא יצא ידי חובתו. (במדבר כג ז)

How Much Do You Bentsch? Part I: Kezayit or Satiety?

16. תלמוד בבלי מסכת ברכות דף מה עמוד א
עד כמה מזמנין? עד כזית; רבי יהודה אומר: עד כביצה.

17. תלמוד בבלי מסכת ברכות דף מט עמוד ב
עד כמה מזמנין וכו'. למימרא, דרבי מאיר חשיב ליה כזית ורבי יהודה כביצה - והא איפכא שמעינן להו! דתנן: וכן מי שיצא מירושלים ונזכר שהיה בידו בשר קדש, אם עבר צופים - שורפו במקומו, ואם לאו - חוזר ושורפו לפני הבירה מעצי המערכה. עד כמה הם חוזרים? רבי מאיר אומר: זה וזה בכביצה; ורבי יהודה אומר: זה וזה בכזית! - אמר רבי יוחנן: מוחלפת השיטה. אביי אמר: לעולם לא תיפוך, הכא בקראי פליגי, רבי מאיר סבר: ואכלת - זו אכילה, ושבעת - זו שתיה, ואכילה בכזית. ורבי יהודה סבר: ואכלת ושבעת - אכילה שיש בה שביעה, ואיזו זו - כביצה. התם - בסברא פליגי, רבי מאיר סבר: חזרתו כטומאתו - מה טומאתו בכביצה, אף חזרתו בכביצה; ורבי יהודה סבר: חזרתו כאיסורו - מה איסורו בכזית, אף חזרתו בכזית.

18. תלמוד בבלי מסכת ברכות דף כ עמוד ב
דרש רב עזריא, זמנין אמר לה משמיה דרבי אמי וזמנין אמר לה משמיה דרבי אסי: אמרו מלאכי השרת לפני הקדוש ברוך הוא: רבונו של עולם, כתוב בתורתך אשר לא ישא פנים ולא יקח שחד, והלא אתה נושא פנים לישראל, דכתיב: ישא ה' פניו אליך. אמר להם: וכי לא אשא פנים לישראל? שכתבתי להם בתורה: ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך, והם מדקדקים [על] עצמם עד כזית ועד כביצה.

19. תוספות מסכת ברכות דף מט עמוד ב
רבי מאיר סבר ואכלת זו אכילה ואכילה בכזית - ואומר הר"י דהני קראי אסמכתא בעלמא נינהו דמדאורייתא בעינן שביעה גמורה כדאמר פרק מי שמתו (ד' כ:): וכי לא אשא פנים לישראל וכו' וכן אמרינן התם בן מברך לאביו ומוקים לה במאן דאכיל שיעורא דרבנן ופירש"י היינו כזית או כביצה ועוד אי כזית או כביצה הוי דאורייתא איזה שיעור דרבנן. וקי"ל בכזית דלפי מה שמחליף רבי יוחנן קאמר רבי יהודה בכזית ור' מאיר ורבי יהודה הלכה כרבי יהודה וגם לאביי דלא מחליף ור"מ אית ליה עד כזית נראה דהלכה כר"מ בכזית אף על גב דבעלמא ר"מ ורבי יהודה הלכה כרבי יהודה בהא הלכה כר"מ דהא קים ליה ר' יוחנן בשיטתו לעיל דאינו מוציא רבים ידי חובתן עד שיאכל כזית וכן לעיל גבי שאכל כזית מליה וכן פסק בה"ג ור"ח ושאלתות ולענין שתיה אומר ר"י דיש להחמיר ולברך עליו אפילו בפחות ממלא לוגמיו אף על גב דלענין יום הכפורים ליתא לא ילפינן מינה לענין ברכה תדע דלענין ברכת המזון בכזית ולענין יום הכפורים עד דהוי דוקא ככותבת.

20. רמב"ם הלכות ברכות פרק ה הלכה טז
במה דברים אמורים שיצאו ידי חובתן בזמן שאכלו ולא שבעו שהן חייבים לברך מדברי סופרים ולפיכך מוציאין אותן קטן או עבד או אשה מידי חובתן, אבל אם אכל ושבע שהוא חייב בברכת המזון מן התורה, בין אשה בין קטן או עבד אין מוציאין אותן שכל החייב בדבר מן התורה אין מוציאין אותן מידי חובתן אלא החייב באותו דבר מן התורה כמותו כתב הראב"ד ז"ל /א"א/ אין הדברים כתקנן ואין מסכימין להלכה דקי"ל אכילה כזית וכביצה דאורייתא היא שהרי מוציאין אחרים שאכלו כדי שבעו ולא נאמרו דברים הללו אלא לרב עזריא דאמר כזית דגן מדקדוק שדקדקו ישראל על עצמן עד כזית וכביצה הוא ובריייתא דקתני בן מברך לאביו וכן אשה ועבד במקריין אותו ועונה אחריהם מה שהן אומרים ואיתא בירושלמי עכ"ל.+

21. הכתב והקבלה לדברים פרק ח פסוק י
ואכלת ושבעת - (ברכות מ"ט) פלגיין בהך קרא, ר"מ סבר ואכלת זו אכילה, ושבעת זו שתיה, ואכילה בכזית, ור"י סבר ואכלת ושבעת אכילה שיש בה שביעה, הוי אומר כביצה. וכתב הרשב"א בחדושי שם מכאן נראה דכזית לר"מ וכביצה לר"י הוו דאורייתא דהא בקראי פליגי. ויש מי שפירש דהני קראי אסמכתא בעלמא נינהו ולעולם מדאורייתא שביעה גמורה בעינן. וכן דברי התוספות והראש שם וכל האחרונים דמדאורייתא שביעה גמורה בעינן... וראיתי במכילתא דרשב"י... וכן במגיד מישירים למהרי"ק פרשת יתרו צדיק אוכל לשובע נפשו, כלומר לקיום נפשו בלבד ודבר מועט שהוא אוכל ושבע... ממאמרים אלה מוכרח גם כן כהנך פוסקים דלא בעינן שביעה גמורה מדאורייתא, ומבואר גם כן ממאמר זה דמלת ושבעת פירושה הסתפקות...