

1. Heschel, *The Sabbath*

"The seventh day is a palace in time which we build. It is made of soul, of joy and reticence. In its atmosphere, a discipline is a reminder of adjacency to eternity."

2. Isaiah 58:13-14

(13) If you refrain from trampling the Sabbath, From pursuing your affairs on My holy day; If you call the sabbath *oneg* (delight) The Lord's holy day "honored"; And if you honor it not going in *your* ways nor look to *your* affairs, nor speak of matters (14) Then you will *titaneg* (delight yourself) in the Lord . I will set you astride the heights of the earth, And let you enjoy the heritage of your father Jacob For the mouth of the Lord has spoken.

ישעיהו נ"ח:יג-יד  
אס־תְּשִׁיב מִשְׁבֵּת רְגְלֶךָ עֲשׂוֹת חֲפָצֶךָ בְּיוֹם  
קֹדֶשׁי וְקִרְאתָ לַשְּׁבֵת עֲנֵג לְקֹדֶשׁ ה'  
מְכַבֵּד וְכַבְּדִתוּ מַעֲשׂוֹת דְּרָכֶיךָ מִמְּצוֹא  
חֲפָצֶךָ וְדַבֵּר דָּבָר: אַז תִּתְעַנֵּג עַל ה'  
וְהִרְבַּתִּיךָ עַל- [בְּמַתִּי] (בַּמּוֹתִי) אֲרָץ  
וְהֶאֱכַלְתִּיךָ נַחֲלַת יַעֲקֹב אֲבִיךָ כִּי פִי ה'  
דָּבַר:

קראת לשבת ענג + אס־תְּשִׁיב... => אז תתענג על ה'... והאכלתיך..

"Call the Shabbat "oneg" + "If you refrain from...." => Then you will delight in God...

3. Rambam, Mishneh Torah, Sabbath  
Chapter 5:1

The kindling of a Sabbath lamp is not a matter left to our volition - i.e., [it is not a matter about which,] if one desires, one may kindle it, but if one does not desire, one need not. Nor is it a mitzvah that we are not obligated to pursue - e.g., making an *eruv* for a courtyard or washing one's hands before eating. Instead, it is an obligation. Both men and women are obligated to have a lamp lit in their homes on the Sabbath. Even if a person does not have food to eat, he should beg from door to door and purchase oil to kindle a lamp, for this is included in [the mitzvah of] delighting in the Sabbath. One is obligated to recite a blessing before kindling [the Sabbath lamp], as one does before fulfilling any of the obligations incumbent upon us by virtue of Rabbinic decree. [The blessing is:] Blessed are You, God, our Lord who has sanctified us with His commandments and commanded us to light the Sabbath lamp.

Chapter 30:1,7,8

(1) Four things have been commanded regarding the Sabbath: two on biblical authority, and two on the authority of the Sages and clearly expressed by the Prophets. The Torah says: *Remember* (Exodus 20:8) and *Observe* (Deuteronomy 5:12); the Prophets clearly speak of *Honor* and *Delight (oneg)*, as it is written: "Call the Sabbath a *delight*, and the Lord's sacred day an honor" (Isaiah 58:13).

(7) What is meant by [Shabbat] *oneg*? This refers to our Sages' statement that a person must prepare a particularly sumptuous dish and a pleasantly flavored beverage for the Shabbat. All of this must be done within the context of a person's financial status. The more one spends [both financially,] in expenses undertaken for the Shabbat and [in effort,] in the preparation of many good foods, the more praiseworthy it is. If, however, this is not within one's [financial] capacity, even if one merely stews food or the like in

משנה תורה, הלכות שבת

ה:א

הַדִּלְקַת נֵר בַּשַּׁבָּת אֵינָה רְשׁוּת אִם רָצָה  
מִדְּלִיק וְאִם רָצָה אֵינּוּ מִדְּלִיק. וְלֹא  
מִצְוָה שְׂאִינּוּ חֵיב לְרַדֹּף אַחֲרֶיהָ עַד  
שֶׁיִּשְׁעֶשְׂנָה כְּגוֹן עָרוּבֵי חֲצֹרוֹת אוֹ נְטִילַת  
יָדַיִם לְאַכִּילָה אֶלֶּא זֶה חוֹבָה. וְאֶחָד  
אֲנָשִׁים וְאֶחָד נָשִׁים חֵיבִין לְהִיּוֹת  
בְּבִתְיָהוּ נֵר דְּלוּק בַּשַּׁבָּת. אֶפְלוּ אִין לוֹ  
מָה יֵאָכֵל שׂוֹאֵל עַל הַפְּתָחִים וְלוֹקֵחַ  
שָׁמֶן וּמִדְּלִיק אֶת הַנֵּר שְׂזָה בְּכֻלּוֹ עֲנֵג  
שַׁבָּת. וְחֵיב לְבַרֵךְ קֹדֶם הַדִּלְקָה בְּרוּךְ  
אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מְלֹךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר  
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהַדְּלִיק נֵר שֶׁל  
שַׁבָּת. כְּדָרָךְ שֶׁמְבָרֵךְ עַל כָּל הַדְּבָרִים  
שֶׁהוּא חֵיב בָּהֶם מִדְּבָרֵי סוֹפְרִים:

ל:א,ז,ח

(א) אֲרַבְעָה דְּבָרִים נֶאֱמָרוּ בַּשַּׁבָּת.  
שְׁנַיִם מִן הַתּוֹרָה. וְשְׁנַיִם מִדְּבָרֵי  
סוֹפְרִים וְהוּן מִפְּרָשִׁין עַל יְדֵי הַנְּבִיאִים.  
שַׁבְּתוֹרָה (שְׁמוֹת כ ז) "זְכוֹר" וְ (דְּבָרִים  
ה יא) "שָׁמֹר". וְשֶׁנֶּתְפָּרְשׁוּ עַל יְדֵי  
הַנְּבִיאִים כְּבוֹד עֲנֵג שֶׁנֶּאֱמַר (ישעיה  
נח יג) "וְקִרְאתָ לַשַּׁבָּת עֲנֵג וְלִקְדוֹשׁ ה'  
מְכַבֵּד":

(ז) אֲנִיְהוּ עֲנֵג. זֶהוּ שֶׁאֲמָרוּ חֲכָמִים  
שֶׁצָּרִיךְ לְתַקֵּן תְּבִשִׁיל שָׁמֶן בְּיוֹתֵר  
וּמִשְׁקָה מְבִשֵּׂם לַשַּׁבָּת הַכֹּל לְפִי מְמוֹנֵו  
שֶׁל אָדָם. וְכָל הַמְרַבֵּה בְּהוֹצָאת שַׁבָּת  
וּבְתַקּוּן מֵאֲכָלִים רַבִּים וְטוֹבִים הָרִי זֶה  
מְשֻׁבָּח. וְאִם אִין יָדוּ מִשְׁגַּת אֶפְלוּ לֹא  
עֲשֵׂה אֶלֶּא שֶׁלֵּק וְכִיּוֹצֵא בּוֹ מִשׁוּם כְּבוֹד

honor of the Shabbat, this is considered to be Shabbat *oneg*. One is not obligated to strain oneself or to borrow from others in order to prepare more food for the Shabbat. The Sages of the former generations said, "Make your Shabbats as weekdays, but do not depend on others."

(8) A person who is **indulgent** and wealthy and conducts all his days as Shabbats must also partake of different foods on the Shabbat from those of which he partakes during the week. If [his fare] cannot be changed, he should [at least] change the time at which he eats [his meals]. [For example,] if he usually eats early, he should eat later. If he usually eats late, he should eat earlier.

(9) A person is obligated to eat three meals on the Sabbath: one in the evening, one in the morning, and one in the afternoon. One should be extremely careful regarding these three meals, not to eat any less. Even a poor man who derives his livelihood from charity should eat three meals [on the Sabbath].

[Nevertheless,] a person who is sick from overeating, or one who fasts constantly is not obligated to partake of three meals.

(10) Eating meat and drinking wine on the Sabbath is a form of pleasure for a person, provided this is within his [financial] capacity.

(12) It is forbidden to fast, to cry out [to God], to offer supplication, or to entreat [His] mercy on the Sabbath. Even when [a community is beset] by a distressing circumstance that would ordinarily require the community to fast and sound the trumpets, we do not fast or sound the trumpets on the Sabbath or holidays. [There are, however, exceptions. They include] a city surrounded by gentiles or a [flooding] river, and a ship sinking at sea. We may sound the trumpets on the Sabbath to summon help for them, offer supplications on their behalf, and ask for mercy for them.

(14) Sexual relations are considered a dimension of Sabbath pleasure. Therefore, Torah scholars who are healthy set aside Friday night as the night when they fulfill their conjugal duties. At the outset, it is permitted to engage in sexual relations with a virgin on the Sabbath. It is not [forbidden because] one is creating a wound, nor because of the pain the woman [feels]

#### 4. Sefer Chasidim 110 (12th C. Germany)

On Shabbat, one should not speak of their loved ones who died or who are in pain so they do not become distressed. It is also forbidden to speak idle matters on Shabbat, as is written, "from going after your affairs and speaking matters (Isaiah 58:13)", and in the Yerushalmi we find the mother of Rabbi Yishmael was speaking a lot, and he told her "Silence! These words are forbidden". And Rebbi said, "My mother, with difficulty they permitted *sheilat shalom* on Shabbat, only because the mouth is bothered, and is accustomed and trained to speak."

שבת הרי זה ענג שבת. ואינו חייב להצטרך לעצמו ולשאל מאחרים כדי להרבות במאכל בשבת. אמרו חכמים הראשונים עשה שבתך חל ואל תצטרך לבריות:

(ח) מי שהיה ענג ועשיר והרי כל ימיו בשבת צריך לשנות מאכל שבת ממאכל החל. ואם אי אפשר לשנות משנה זמן האכילה אם היה רגיל להקדים מאחר ואם היה רגיל לאחר מקדים:

(ט) חייב אדם לאכול שלש סעודות בשבת אחת ערבית ואחת שחרית ואחת במוקד. וצריך להזהר בשלש סעודות אלו שלא יפחת מהן כלל. ואפלו עני המתפרנס מן הצדקה סועד שלש סעודות. ואם היה חולה מרב האכילה או שהיה מתענה תמיד פטור משלש סעודות.

(י) אכילת בשר ושתיית יין בשבת ענג הוא לו. והוא שהיתה ידו משגת...

(יב) אסור להתענות ולזעק ולהתחנן ולבקש רחמים בשבת ואפלו בצרה מן הצרות שהצבור מתענין ומתריעין עליהן אין מתענין ולא מתריעין בשבת. ולא בקמים טובים. חוץ מעיר שהקיפוה עובדי כוכבים ומזלות או נהר או ספינה המטרפת בהם שמתריעין עליהן בשבת לעזרן ומתחננין ומבקשין עליהן רחמים:

(יד) תשמיש המטה מענג שבת הוא. לפיכך עונת תלמידי חכמים הבריאים משמשין מליילי שבת לילי שבת. ומתיר לבעל בתולה לכתחלה בשבת ואין בזה לא משום חובל ולא משום צער לה:

#### ספר חסידים ק"י

(א) ... בשבת אל ידבר אדם מאוהביו שמתו או שהן בצער כדי שלא יצטער. ואסור בשבת לדבר דברים בטלים דכתיב (ישעיהו נח יג) "ממצוא חפצך ודבר דבר" וכן מצינו בירושלמי אמיה דרבי ישמעאל הוה קא משתעי טובא אמר לה שתיקו דמילי אסירי. ואמר רבי אמי בדוחק התירו שאלת שלום בשבת אלא מפני שהפה טרוד ורגיל ולמוד לדבר:

### 5. Midrash Mishlei 31:2

"A valiant woman, who can find" (*Proverbs 31:10*):... They said, "There was a story about Rabbi Meir who was sitting and expounding in the study hall on Shabbat afternoon, when two of his sons died. What did his mother do? She placed both of them on the bed and spread a sheet over them. At the end of Shabbat, Rabbi Meir came home from the study hall. He said to her, 'Where are my two sons?' She said [back], 'They went to the study hall.' He said to her, 'I scanned the study hall and I did not see them.' They gave him the cup of Havdalah and he separated [the days of the week with the closure of Shabbat]. He repeated and said, 'Where are my two sons?' She said, 'They went elsewhere and they are coming now.' She placed food in front of him and he ate and blessed. After he blessed, she said to him, 'I have a question to ask you.' He said to her, 'Say your question.' She said to him, 'Rabbi, before today, a man came and deposited something with me, and now he is coming to take it. Should we return it to him or not?' He said, 'My daughter, one who has a deposit with him must return it to its owner.' She said to him, 'Were it not for your consent, I would not have given it to him.' What did she do? She grabbed his hand, brought him up to that room, had him approach the bed and took off the sheet from upon them. When he saw both of them dead and laying upon the bed, he began to cry and say, 'My sons, my sons, my teachers, my teachers - my sons in the way of the world, my teachers in that they would enlighten my eyes with their Torah.' At that time, she said to Rabbi Meir, 'Rabbi, is this not what I told you - do I not need to return the deposit to its Owner?' He said, "'The Lord has given and the Lord has taken; may the name of the Lord be blessed'" (*Job 1:21*). "Rabbi Chanina said, "With this thing, she consoled him and his mind became composed - that is why it states, 'A valiant woman, who can find.'"

### מדרש משלי ל"א:ב'

(משלי לא י): "אשת חיל מי ימצא" - ד"א "אשת חיל מי ימצא" - אמרו: מעשה היה ברבי מאיר, שהיה יושב ודורש בבית המדרש בשבת במנחה, ומתו שני בניו. מה עשתה אמו? הניחה שניהם על המטה ופרשה סדין עליהם. במוצאי שבת בא ר' מאיר מבית המדרש לביתו. אמר לה 'היכן שני בני?' אמרה 'לבית המדרש הלכו', אמר לה 'צפיתי לבית המדרש ולא ראיתי אותם', נתנו לו כוס של הבדלה והבדיל, חזר ואמר 'היכן שני בני?', אמרה לו 'הלכו למקום אחר ועכשיו הם באים', הקריבה לפניו המאכל ואכל ובירך, לאחר שבירך אמרה לו 'רבי, שאלה אחת יש לי לשאול לך', אמר לה 'אמרי שאלתך', אמרה לו 'רבי, קודם היום בא אדם אחד ונתן לי פקדון, ועכשיו בא ליטול אותו, נחזיר לו או לא?', אמר לה 'בתי, מי שיש פקדון אצלו, הוא צריך להחזירו לרבו, אמרה לו 'רבי, חוץ מדעתך לא הייתי נותנת אצלי, מה עשתה? תפשתו בידה, והעלה אותו לאותו חדר, והקריבה אותו למטה, ונטלה סדין מעליהם, וראה שניהם מתים ומונחים על המטה, התחיל בוכה ואומר 'בני! בני! רבי! רבי! בני בדרך ארץ, ורבי שהיו מאירין פני בתורתך!', באותה שעה אמרה לו לרבי מאיר 'רבי, לא כך אמרת לי - אני צריך להחזיר הפקדון לרבו?', אמר (איוב א כא): "ה' נתן וה' לקח, יהי שם ה' מבורך". אמר רבי חנינא: בדבר הזה נחמתו ונתיישרה דעתו, לכך נאמר "אשת חיל מי ימצא".

### 6. Shulchan Arukh, Orach Chayim 306:8-9

8. Reflecting on one's business is permitted. In any event, due to oneg Shabbat it's a mitzvah that one should not think about it at all, and it should seem in their eyes as if all their work is done. 9. It is forbidden to ask a non-Jew to go outside of the *techum* (Biblical Shabbat boundary) for a deceased's relatives who will come to eulogize him. But if a sick person feels their end is near (lit: the world weighs heavy on him) and says to send for their loved ones, it is certainly permitted.

### אורח חיים ש"ו:ח-ט'

(ח) הרהור בעסקי מותר. ומ"מ משום עונג שבת מצוה שלא יחשוב בהם כלל ויהא בעיניו כאלו כל מלאכתו עשויה: (ט) אסור לומר לעכו"ם שילך חוץ לתחום בשבת אחר קרובי המת שיבואו להספידו אבל חולה דתקיף ליה עלמא ואמר שישלחו בעד קרוביו ודאי שרי:

### 7. Mishnah Berurah 306:38

"It's a mitzvah not to think etc..." and all the more so if due to this reflection one will come to feel disturbed and worried, they should be cautious in this (see the *Beit Yosef*).

### משנה ברורה ש"ו:ל"ח

(לח) (לח) מצוה שלא יחשוב וכו' - ומכ"ש אם יש לו ע"י הרהור טרדת הלב ודאגה דיזהר בזה עיין בב"י:

**8. Kaf HaChayim on Shulchan Arukh, Orach Chayim 306:71-72 (19th c)**

"Reflecting on one's business is permitted"... If from the reflection one will be drawn to feel troubled, it is forbidden, and the rabbis only permitted reflection that will not lead to troubling feelings and nagging worry....

"due to oneg Shabbat it's a mitzvah not to think etc..." So that one will not trouble oneself and come to nullify oneg Shabbat (Levush). And if the thought is enjoyment for them, such as thinking about their son or daughter's chuppah, even the R.I. would agree that this is joyous for them, that God blessed them, and they are also God's affairs...and if speaking is permitted how much more so reflecting, and this is obvious.

**9. Shulchan Arukh, Orach Chayim 288:1-2**

(1) It is forbidden to fast up to the 6th hour on Shabbat. **Rem"a:** *and even for the purpose of learning or praying, it is forbidden [to fast] -- (Mordechai)*

(2) Some say that a person who is harmed by eating, such that it is their oneg not to eat, should not eat. Rem"a: And so with one who finds oneg in weeping, in order that their pain will leave their heart: such a one is permitted to weep on Shabbat. (Igor in the name of the Shibolei haLeKet)

**What if my oneg leads to other's tza'ar?**

**10. Terumat HaDeshen Siman 61**

**Question:** That which is customary for most people, even those circumspect about their actions, to gather on Shabbat when shul is out, and to talk about rumors concerning kings, officers, wars and the like, is there a concern for a prohibition in the matter or not?

**Response:** One needs to be careful in the matter, as the Tosafot and the Ashiri wrote that it is forbidden to increase idle chatter on Shabbat, as proven in the story of R. Shimon bar Yochai's mother. As brought in *Vayikra Rabbah*, R. Shimon bar Yochai had an elderly mother who was speaking a lot, and he said, "Ima, its Shabbat" and she was silent. Its clear that speaking on Shabbat shouldn't be like during the week, and in the Yerushalmi they said that "with difficulty and effort we permitted *sheilat shalom* on Shabbat". It is brought explicitly that it is forbidden to increase words as on a weekday, and even more so, to increase beyond the weekday.

Nevertheless, if those individuals enjoy this, and when they speak and tell over gossip and news of kings and officers and their wars and the like, in the way of many people who crave this, it seems to me that it is certainly permissible.

8. כף החיים על שולחן ערוך או"ח ע"א-ע"ב (א) (עא) שם. הרהור בעסקיו מותר. ... וכן אם יזרע שמתוך הרהור ימשך טרדת הלב אסור ולא שרו רבנן אלא הרהור דלא אתי לידי טירדא ונדנדא דאגה. פתה"ד או"ט"ז: (א) (עב) שם. ומ"מ משום עונג שבת מצוה שלא יחשוב וכו' כדי שלא יטריד לבו ויבא לבטל עונג שבת. לבוש. ואם המחשבה עונג לו כגון שיחשוב בהוצאת חופת בנו או בתו אפי' ר"י מודה מפני ששמחה היא לו אם כביר מצאה ידו כי בירך ה' חילו וגם חפצי שמים הם וק"ל הדברים ממ"ש לעיל סעי' ו' דאם דיבור מותר כ"ש הרהור וזה ברור.

**אורה חיים רפ"ח:א-ב'**

(א) אסור להתענות בשבת עד ו' שעות: [הגה ואפי' לומד ומתפלל אסור] [מרדכי פ"ק דשבת]:

(ב) י"א שאדם שמזיק לו האכילה דאז עונג הוא לו שלא לאכול לא יאכל: הגה וכן מי שיש לו עונג אם יבכה כדי שילך הצער מלבו מותר לבכות בשבת (אגור בשם שבולי הלקט):

**תרומת הדשן סימן סא**

9. **שאלה:** מה שנוהגים רוב בני אדם אף המדקדקים במעשיהם, להתאסף ביום השבת לאחר יציאת בהכ"נ, ולספר שמועות מענייני מלכים ושרים וערך המלחמות וכה"ג, יש חשש איסור בדבר או לאו? **תשובה:** יראה דצריך לדקדק בדבר, דהתוס' וכן האשירי כתבו בפי' אלו קשרים, דאסור להרבות בשיחה בטילה בשבת כדמוכח בעובדא דאימא דרשב"י. כדאיתא בויק"ר דהוי לר"ש אימא סיבתא, דהוי משתעי סגי, א"ל אימא שבתא הוא ושתקה, משמע דאין כ"כ לדבר בשבת כמו בחול, ובירושלמי אמרינן דבדוחק וטורח התירו בשאלות שלום בשבת עכ"ל. הא קמן להדיא דאסור להרבות דברים כמו בחול, וכש"כ יותר מבחול.

אמנם אם אותם בני אדם מתענגים בכך, כשמדברים ומספרים שמועות מהמלכים ושרים ומלחמותיהם וכה"ג, כדרך הרבה בני אדם שמתאווים לכך, נראה דודאי שרי. דכה"ג כ' בסמ"ק דבחורים המתענגים

Similarly, the SMK (sefer mitzvot katan, 13th c) writes that for young men who enjoy their running and jumping, it is permitted... So we see that even though Chazal expounded "and you should honor it from doing your ways" that your walking on Shabbat should not be like your walking on weekdays, i.e. not to run or jump, even so if one does it for enjoyment and to their heart's desire, it is permitted. So is the matter with extraneous speech, which is similarly derived from that verse, "from going after your affairs and speaking matters"...

Nevertheless, I have witnessed many times that some of those individuals who gather to tell these rumors, are not enjoying expanding on these rumors, rather they are doing so for their friends who are gathered there with them - it seems there is a concern of prohibition for those who are not enjoying.

### 11. Shulchan Arukh, Orach Chayim 307:1

(1) .. "*Debar davar*" Your speech on Shabbat should not be like your weekday speech. Therefore, it is forbidden for one to say "I will do x tomorrow," or, "I will sell y or buy z tomorrow." And even idle chatter is forbidden to increase. **Rema:** *If one shares rumors and news items and it's oneg for them, it is permitted to share these things on Shabbat as on a weekday, but if it does not bring them oneg, it is forbidden to say them so that his friend will have oneg from it* (*Terumat HaDeshen Siman 61*).

### 12. Turei Zahav on Shulchan Arukh, OH 307:1

...And in truth, it is so brought in the *Terumat Hadeshen Siman 61*, "Nevertheless, many times I have noted that some of the people who gather to share these rumors/news are not enjoying engaging overly in these rumors. Rather, they are doing this out of the wishes/desire of their friends gathered there with them. There is a concern of prohibition [of Shabbat] for those who are not enjoying."

It seems his intention is that those who are relating [rumors and news] who have absolutely no desire to do so, and only intend to fulfill their friend's desire with this, there is concern for a prohibition. But, if they intend for their friend to have enjoyment from this, there is no concern, as there will also be enjoyment for him in what his friend enjoyed, and it is permitted.

### 13. Magen Avraham 307:1

...It is forbidden to speak on Shabbat of something which one finds upsetting (*Sefer Hassidim 110*).

### 14. Mishnah Berurah 307:3

"Enjoyment for them" - and it is forbidden to speak of something that is upsetting for them on Shabbat.

במרוצתם ובקפיצותם, מותר; וכן לראות כל דבר שמתענגים בו לראות ע"כ. הא חזינן דאע"ג דדרשו חכמים וכבדתו מעשות דרכיך, שלא יהא הלוכך של שבת כהלוכך של חול, פי' שלא ירוץ ויקפוץ, ואעפ"כ אם עושה להתענג ולאות נפשו שרי ה"ה לענין שיחה יתירה, דנפקא לן נמי מההיא קרא ממצא חפצך ודבר דבר, כמו שפירשו התוספות והאשירי דלעיל.

אמנם ראיתי הרבה פעמים, שמקצת מאותם בני אדם המתאספים לספר שמועות הללו, אינם מתענגים בריבוי שמועות הללו, אלא שעושים כן לרצון חבריהם הנאספים עמהן כה"ג נראה דיש חשש איסור לאותן שאין מתענגים.

### 10. שו"ע אורח חיים ש"ז:א'

(א) ודבר דבר שלא יהא דבורך של שבת כדבורך של חול הילכך אסור לומר דבר פלוני אעשה למחר או סחורה פלונית אקנה למחר ואפי' בשיחת דברים בטלים אסור להרבות: הגה וב"א שסיפור שמועות ודברי חדושים הוא עונג להם מותר לספרם בשבת כמו בחול אבל מי שאינו מתענג אסור לאומרם כדי שיתענג בהם חבירו: (ת"ה סי' ס"א):

### טורי זהב על שו"ע או"ח ש"ז:א'

אבל מי שאינו מתענג אסור לאומרה כו'. ... ובאמת איתא כן בת"ה סי' ס"א וז"ל אמנם ראיתי הרבה פעמים שמקצת בני אדם המתאספים לספר שמועות הללו אינם מתענגים בריבוי שמועות הללו אלא שעושים כן לרצון חבריהם הנאספים עמהם יש חשש איסור לאותם שאין מתענגים עכ"ל ונר' כוונתו דאותן המספרים אין להם חשק כלל לספר רק שמתכוננים למלאות רצון חבריהם בזה יש חשש איסור אבל אם מתכוננים שיהיה להם עונג מזה אין חשש דבזה יש גם לו עונג במה שמתענג חבירו מותר כנ"ל חילוק נכון:

### מגן אברהם ש"ז:א'

אסור לספר בשבת איזו דבר שמצער בו (ס"ח ק"י):

### משנה ברורה ש"ז:ג'

עונג להם - ואסור לספר בשבת איזה דבר שמצטער בו:

**15. Arukh HaShulchan, Orach Chaim 307:2**

It must be understood that if it was a prohibition of *diber davar* (non-Shabbat speech) how would it be permitted due to *oneg* (enjoyment)? If so, let other types of forbidden speech be permitted with something that brings enjoyment... rather this understanding of *diber davar* is a measure of piety, and since there is enjoyment, we are not so strict (so it seems in my humble opinion)

**ערוך השולחן, אורח חיים ש"ז:ב'**

ויש להבין, דאם הוא איסור ד'ודבר דבר' איך הותרה מפני התענוג, ואם כן נתיר גם כן לדבר דברי מקח וממכר, וכן נתיר ב'ממצא חפצך' בדבר שיש לו תענוג. אלא ודאי משום דעיקר 'ודבר דבר' הוא כפירוש רש"י, ופירוש התוספות הוא ממדת חסידות, וכיון שיש לו תענוג בזה לא מחמירין כולי האי (כן נראה לעניות דעתי).

---

**Physical Tza'ar on Shabbat**

**Ketubot 60a:11**

Rabbi Marinos says: One who is groaning (due to a pain that could be treated with milk) may suckle milk on Shabbat (if that is all that is available). What is the reason? Suckling (the milk in this way constitutes an act of) extracting in an unusual manner. Such activity is prohibited by rabbinic law) but in a situation involving pain, (like one who is groaning), the Sages did not issue a decree. Rabbi Yosef said: The *halakha* is in accordance with Rabbi Marinos.

**כתובות ס' א:י"א**

תניא רבי מרינוס אומר גונח יונק חלב בשבת מאי טעמא יונק מפרק כלאחר יד ובמקום צערא לא גזרו רבנן אמר רב יוסף הלכה כרבי מרינוס

---

**Shabbat Morning Amidah**

Rejoice in your sovereignty, those who observe Shabbat and call it a delight, may the nation who sanctify the seventh day all be satisfied and delight in Your goodness. You favored and sanctified the seventh day and called it the cherished of days.

ישמחו במלכותך שומרי שבת וקוראי ענג, עם מקדשי שביעי, כלם ישבעו ויתענגו מטובך, והשביעי רצית בו וקדשתו, חמדת ימים אותו קראת

**For further study:**

**R. Ovadia Yosef, Yabia Omer 2:18**

עמדתי ואתבונן אם נאה והגון לת"ח שיעסוק בעיון ופלפול ביום שבת כמעשתו בחול. או יותר נכון לעסוק במדרשות ואגדות משום עונג שבת.

*In which it is contemplated as to whether it is fitting and appropriate for a Torah scholar to engage in in-depth study and dialectic on Shabbat as they do during the week. Or, is it more correct to rather engage in the study of Midrash and Aggadah due to Oneg Shabbat.*