כּוֹי סְפֵיקָא הוּא אִיצְטְרִיךְ קְרָא לְרַבּוֹיֵי סְפֵיקָא אֶלָּא בְּרִיָּה שַׁאנִי, שבאיסור דם של כוי אי אפשר לומר שהוא מדרבנן והפסוק אינו אלא אסמכתא [כמו שרצתה הגמ' לומר לענין איסור חלב של כוי], שהרי איסור דם הוא בין בחיה ובין בבהמה, ובהכרח שהריבוי של כוי נצרך משום שהוא בריה בפני עצמה (תוס' רי"ד, מהרש"א).

תְּעַנּוּ אֶת נַפְשׁוֹתֵיכֶם יָכוֹל יֵשֵׁב בַּצֵּנָּה כְּדֵי שֶׁיְּצַטַּעֵר, שכך משמע בפשטות לשון 'תענו', שצריך לעשות מעשה של עינוי, ולא בצום שהוא עינוי הבא מאליו (תוס' יום הכיפורים). או שכוונת הגמ' היא, שאולי נאמר שמקיים את המצוה בכל סוג של עינוי ולא רק בצום, כיון שאם המצוה היא רק בצום, היה צריך הפסוק לומר במפורש 'תענו את נפשותיכם בצום' (שיח יצחק).

אָבִיא פִּגּוּל וְנוֹתָר שֶׁהֵן בְּכָרֵת, והגם שהם כבר אסורים מצד עצמם, מכל מקום חידשה התורה שעובר עליהם איסור נוסף מצד יום הכיפורים, והאוכל אחד מהם בשוגג ביום הכיפורים יתחייב שתי חטאות (ר"ש משאנץ על תורת כהנים בפסוק זה), ובמזיד בהתראה יתחייב פעמיים מלקות (מסורת הש"ס), ובלא התראה יתחייב שתי כריתות, שמשאכל כזית חייב כרת משום פיגול או נותר, וכשהשלים לככותבת, חייב כרת נוסף משום יום הכיפורים (שיח יצחק). ויש שכתב, שבכרת לא שייך להתחייב פעמיים (יד דוד), והכרת ביום הכיפורים נצרך באופן ששגג בפיגול או בנותר, והזיד ביום הכיפורים (רש"ש).

וְלֹא אָבִיא אֶת הַתְּרוּמָה שֶׁהִיא בְּקוּם אֱכוֹל, שמצוה לכהן לאוכלה, שנאמר (ויקרא כב, ז) 'ואחר יאכל מן הקדשים כי לחמו הוא' [ראה יבמות (עד, ב) שהכוונה היא לתרומה, שכהן שטבל לטומאתו רשאי לאוכלה לאחר הערב שמש] (רבינו אליקים). ויש שכתב, שאכילת תרומה נחשבת כעבודה בבית המקדש [כמבואר בפסחים (עג, א)], ומברך על אכילתה 'אשר קדשנו בקדושתו של אהרן וצונו לאכול תרומה' (רמב"ם תרומות טו, כב), שכשם שאכילת קדשים היא מצוה [שנאמר (שמות כט, לג) 'ואכלו אותם אשר כופר בהם'], כך גם אכילת תרומה היא מצוה (דרך אמונה שם, קנב, וראה בה"ל שם יא, א), ואינה מצוה בפני עצמה אלא היא חלק ממצות אכילת קדשים (ראה רמב"ם סהמ"צ מ"ע פט, וספר החינוך קב). ואין זו מצוה חיובית לאכול תרומה, אלא מצוה קיומית, שאם אוכל מקיים מצוה (חזו"א שביעית יד, י, ודרך אמונה שם, שגם אכילת קדשים אינה חיוב אלא שמקיים מצוה באכילתם).

וְהַאֲבַדְתִּי אֶת הַנֶּפֶשׁ הַהִיא עִנּוּי שֶׁהוּא אֲבִידַת הַנֶּפֶשׁ, ששינתה התורה ולא אמרה 'והכרתי את הנפש ההיא' (תוס' ישנים ותוס' הרא"ש), כדי ללמד שהעונש הוא מידה כנגד מידה, שאותו אדם אכל ושתה ביום הכיפורים מפני שחשש לאבד את נפשו בעינוי זה, ועונשו הוא שנפשו תאבד ולא תועיל לו אכילתו (רבינו אליקים, ור"ש משאנץ וראב"ד בתורת כהנים על פסוק זה).

ואף שפסוק זה נאמר על העושה מלאכה ביום הכיפורים, הרי למדנו בתחילת הברייתא שמלאכה ועינוי הוקשו זה לזה (ר"ש משאנץ וראב"ד שם, וראה פיה"מ לרמב"ם שכתב שפסוק זה נאמר על עונש מי שאינו מתענה). ויש שגרסו, שהריבוי הוא מ'תענו את נפשותיכם' – איזהו עינוי שיש בו אבידת נפש, הוי אומר זה אכילה ושתיה (תוס' נדרים פ, ב, וכן הגירסא בתורת כהנים שם).

מָה לְהַלָּן עִנּוּי רְעָבוֹן אַף כָּאן עִנּוּי רְעָבוֹן, שעינוי המן נחשב 'עינוי רעבון', כמו שנאמר (דברים ח, ג) 'ויענך וירעיבך ויאכילך את המן' (רש"י). שאף שאכלו את המן, אך לא היו שבעים ממנו כיון שלא היה להם פת בסלם, או כיון שלא ראו את מה שטעמו [כמבואר בגמ' להלן וברבנו חננאל] (ראה שפת אמת שכך פירשו בעלי התוס' עה"ת שם, שהעינוי היה באכילת המן, וכן משמע ברש"י ד"ה עינוי דרבים וד"ה עינוי בידי). ויש שפירש, ש'ויענך וירעיבך' פירושו, שקודם שהתחיל לרדת המן, התענו ברעב, ולכן לומדים משם לעינוי יום הכיפורים (תוספת יום הכיפורים, וראה שפת אמת שכך מבואר ברמב"ן שם). ואף שעינוי המן היה מאכילה ולא משתיה [שהרי היה להם מים מהבאר], יש שביאר, שעיקר הדרשה היא שלא נאמר שהעינוי הוא שישב בחמה או בצינה שהוא עינוי בקום ועשה, וזאת לומדים מעינוי המן שהיה גם בשב ואל תעשה, וממילא מסתבר שהכוונה היא לעינוי מאכילה ושתיה (שפת אמת).

זוֹ פְּרִישׁוּת דֶּרֶךְ אֶרֶץ - שהפרישום המצרים מנשותיהם ומנועם מתשמיש [כדי למעטם מפריה ורביה] (רבינו אליקים), שהיו מלינים אותם בשדות ואומרים להם שאם ילכו ללון בבתיהם, לא יקומו מוקדם מספיק כדי לתת את סכום הלבנים (מיוחס לרשב"ם וארחות חיים על הגדה של פסח, ע"פ שמות רבה א, יב). ויש מפרשים, שהפרישום מנשותיהם על ידי גזירת 'כל הבן הילוד היאורה תשליכוהו', שמחמת גזירה זו פרשו ישראל מעצמם מנשותיהם כדי שלא יצטרכו להמית את הילדים [כמבואר בסוטה (יב, א)] (מיוחס לרשב"ם שם, תוס' רי"ד שם, ארחות חיים שם בשם יש אומרים).

והמקור לכך ש'עָנְיֵנו' זו פרישות דרך ארץ, אמרו בהגדה של פסח שהוא ממה שנאמר (שמות ב, כה) 'וירא אלקים את בני ישראל וידע אלקים', שמשמע שמדובר על דבר שידוע רק לקב"ה (אבודרהם ריטב"א ורשב"ץ בפירוש ההגדה).

הִלְכָךְ מַאן דְּאִית לֵיהּ סְעוּדְתָּא לָא לֵיכְלֵהּ אֶלָּא בֵּימָמָא, או בלילה לאור האבוקה (גמ' להלן עה, ב ורש"י שם), או לאור הלבנה (ראה תוספת יום הכיפורים שנחלקו בזה אביי ורבי זירא).

טוֹב מַרְאֵה עֵינַיִם בָּאִשָּׁה יוֹתֵר מִגּוּפוֹ שֶׁל מַעֲשֶׂה - שיש לו בכך יותר תענוג [לפי שזו הנאה שאינה נפסקת (תורה תמימה קהלת שם)], ולפיכך צריך להיזהר מאד מאיסור זה (תוס' יום הכיפורים ותוס' ישנים). ויש שביאר, שטוב לו ליצר הרע שיכשל האדם בראיה מאשר במעשה עצמו, משום שאין לאדם מניעה להרבות בחטא זה ככל שיחפוץ, וגם אינו כמעשה שנמנע ממנו מחמת הבושה (דרך פקודיך הקדמה ז, א). ועוד, שנראה לאדם שאין בכך איסור, וגם אינו שבע מזה, ולכן לא יעשה תשובה (מנחם משיב נפש).