

דיני חולה והמתפלל ביחידות ביום הכיפורים

משלחן בית ההוראה בראשותו של רב העיר הרה"ג מיכה הלוי שליט"א

- א.** מצווה על האדם לשמור את נפשו ואם צריך לאכול, אפילו בשביל שאם לא יאכל יש רק חשש שיעמוד בסכנה, הרי זו מצווה מדאורייתא לאכול.
- ב.** רופא הינו נאמן לומר אם צריך לאכול ולשתות והאם די בשיעורים (כדלקמן); ואם יש לו שהות לפני יום הכיפורים לשאול מורה הוראה ישאל, ואם אין לו שהות יעשה כדברי הרופא.
- ג.** אסור לו לאדם לעבור על דברי הרופא ועובר בזה על איסור עשה מהתורה.
- ד.** בתשובות החתם סופר מעיר שוודאי אדם חייב לצום גם על חשבון שלא ילך לבית הכנסת ויוותר על כל התפילות כדי לא לאכול. ואפילו אם אוכל או שותה כשיעורים, יימנע מלצאת מביתו כדי לא להוסיף עוד מנה בפחות משיעור.
- ה.** מותר לחולה, אפילו שאין בו סכנה, ואפילו במצב שאם לא ייקח את התרופה יגיע להיות חולה שאין בו סכנה, לקחת כדורים שאין בהם טעם אך ללא שתיית מים. במצב כזה, אם לא יכול לבלוע ללא מים יפגום את טעם המים במלח ויבלע את התרופה עם המים הפגומים בטעמם.
- ו.** חולה שיש בו סכנה ללא בליעת הכדור יכול לבלוע עם מים רגילים פחות מכשיעור לפי הצורך, אם אי אפשר לו לבלוע את הכדור ללא מים.
- ז.** על כל חולה במחלה כרונית להיוועץ עם רופאו לגבי התענית ביום הכיפורים, וטוב שיתיעץ גם עם מורה הוראה.
- ח.** בכל מקרה צריך לשאול את הרופא האם די בשתייה או שצריך גם אכילה, והאם די בפחות מכשיעור (כדלקמן) או שצריך כמות יתרה מזאת, וכן האם די בפעם אחת יותר מכשיעור ובשאר הפעמים פחות מכשיעור.
- ט.** שיעור אכילה המחייבת כרת ביום הכיפורים למי שחייב להתענות הוא כ-27 גרם. גם פחות משיעור זה יש איסור תורה לאכול או לשתות אלא אם כן הרופא ציווה על האדם לאכול.
- י.** בין אכילה לאכילה של פחות מ27 גרם יש לשים מרווח זמן של תשע דקות מסוף אכילה ראשונה לשנייה. ואם לפי הרופא צריך לאכול שיעור גדול יותר משלושים גרם בזמן מועט יותר, יש לשים רווח של ארבע דקות, ומכל מקום לא יפחות משתי דקות.
- י"א.** השיעור הקובע הוא כמותי ואינו איכותי; על כן המצווה שיאכל אוכל או שתיה עשירים בקלוריות, וכך יסתפק בפחות מכשיעור.
- י"ב.** שיעור השתייה הוא כמלוא לוגמיו והוא משתנה מאדם לאדם. באדם רגיל הוא כארבעים מ"ל. רצוי שכל חולה המצווה לשתות פחות מכשיעור ימדוד לעצמו - ימלא פיו מים, ימדוד מה הכמות, וחצי מכמות זו, הוא שיעור מלוא לוגמיו. גם בשתייה יש להקפיד על מרווח זמן של תשע דקות ואפשר לשתות שתייה ממותקת או מיץ פירות וייחשב כשתייה.
- י"ג.** אכילה ושתייה אינן מצטרפות לעניין השיעורים, ויכול לאכול כ27 גרם וישתה כמלוא לוגמיו באותה העת.
- י"ד.** חולה הצריך לאכול ולשתות לא יקדש. ויברך ברכת הנהנין לפני האכילה, בין אוכל כשיעור ובין אוכל פחות מכשיעור. אם אוכל פחות מכשיעור פת - ייטול ידיו בלא ברכה.
- ט"ו.** אם אכל 27 גרם בתוך שלוש עד ארבע דקות יברך ברכה אחרונה; ואם אכל לחם יברך ברכת המזון ויאמר יעלה ויבוא.
- ט"ז.** מעוברת (בהריון רגיל) צריכה לצום ביום הכיפורים.
- י"ז.** יולדת לאחר שבוע מלידתה צריכה לצום; ואם חלה הרעה במצבה ואומרת שצריכה לאכול - תאכל.
- י"ח.** מינקת שהוולד רק יונק ואם לא יהיה לה חלב הילוד יהיה בסיכון, צריכה רק לשתות פחות מכשיעורים.
- י"ט.** חולה שאינו יכול להתפלל אפילו ביחידות, ישתדל לברך ברכות התורה ויקרא פרשה ראשונה של קריאת שמע ויאמר וידוי קצר - חטאנו עויינו פשענו, ואם יכול להוסיף יאמר - אנא השם חטאתי עויתי פשעתי לפניך ועשיתי כך וכך והרי ניחמתי ובושתי במעשי לעולם. ואם מסוגל יוסיף תפילת עמידה אחת במשך היום.

המתפלל ביחידות

דגשים לשנה זו בה רבים מתקשים להתפלל במנין, נא לשים לב לסעיף 4 בשם החת"ס. כמו כן, המתפלל ביחידות יתפלל את כל התפילות, לבד מחזרת הש"ץ. נכון להוסיף אחר כל תפילת עמידה, מערבית ועד נעילה וידוי נוסף: "אנא השם חטאתי עויתי פשעתי לפניך ועשיתי כך וכך והרי ניחמתי ובושתי במעשי לעולם". ניתן לומר "זכור" ביחידות.

תפילה לחולה הצריך לאכול ביום הכיפורים

חולה הצריך לאכול או לשתות ביום הכיפורים, טוב שיאמר לפני האכילה או השתייה הראשונה:
הגני מוכן ומזומן לקיים מצוות אכילה ושתייה ביום הכיפורים כמו שכתבת בתורתך: "ושמרתם את מצוותי ואת חוקותי אשר יעשה אותם האדם וחי בהם." ובזכות קיום מצווה זו, תחתום אותי ואת כל חולי עמך ישראל, לרפואה שלמה, ואזכה ביום הכיפורים הבא לקיים שוב: "ועיניתם את נפשותיכם" כן יהי רצון.

(מתוך שבת שבתון מאת הרב יצחק זילברשטיין רב שכונת רמת אלחנן.)

אמר חת"מ פ"א
ורפואה שלמה לכל חולי עמך ישראל

מענה טלפוני של בית ההוראה: 072-247-70-20