

## הרב יהודה גולדפישר\*

### קיום מצוות אכילת מצה לחולי צליאק\*\*

א. אין להסתכן כדי לאכול מצה מקמח חיטה ישנם רבים רגישים לגלוטן אשר אובחן אצלם צליאק<sup>1</sup>, ואסור להם ע"פ הוראת רופא לאכול כל דבר המכיל גלוטן, כאשר לדברי הרופאים אפילו כמות קטנה של גלוטן עלולה לגרום סיכון שיש בו סכנת נפשות. אנשים אלו מוגדרים חולה שיש בו סכנה, ואסור להם לאכול מצה שיש בה גלוטן<sup>2</sup>.

יתר על כן, חולה שהוזהר ע"י רופא מומחה שלא לאכול מצת חיטה שיש בה גלוטן בליל הסדר, והוא בכל זאת מחמיר על עצמו ואוכל – אין לך מצווה הבאה בעבירה גדולה מזו<sup>3</sup>. יש אומרים שאפילו 'מצוה הבאה בעבירה' אין כאן, זוהי עבירה בלבד ללא מצוה כלל<sup>4</sup>. בשו"ת מהר"י אסאד פוסק שאף אינו רשאי לברך על אכילת מצה זו, ואם בכל אופן יברך הוא מנאץ<sup>5</sup>.

רוב המצוות המצויות בשוק, מיוצרות מחיטה שיש בה גלוטן, אולם כפי שיתבאר בהמשך, חולי צליאק רבים יכולים לקיים מצוות אכילת מצה במצות מיוחדות משיבולת שועל.

### ב. קיום מצוות אכילת מצה במצוה משיבולת שועל (קוואקר)

כחלופה למצה העשויה מקמח חיטה, החל לפני כעשרים שנה הרב אפרים קסטנבאום מלונדון לייצר מצות משיבולת שועל (Avena), המיועדות לחולי צליאק. את שיבולת השועל גידלו באנגליה, בהשגחת בית הדין במנצ'סטר טחנו את גרגיריו, וחלק מהקמח יובא לארץ לצורך אפיית מצות. כיום מייבאים קמח משיבולת שועל הגדלה במונטנה שבארה"ב, מסיבות הקשורות לרמת הנקיות מגלוטן. מבחינת סוג שיבולת השועל

\* נכתב בהתייעצות עם פרופ' מיכאל וילשנסקי – מנהל יחידת גסטרואנטרולוגיה ילדים מרכז רפואי הדסה.

\*\* ראה: א"ס אברהם, חולה כרסת (צליאק) במצוות קידוש, כזית מצה וכזית ראשון של סוכות. ספר אסיא יב עמ' 111-112.

1. יש להעיר, שרגישות לגלוטן אינה בהכרח צליאק, מאמרנו מתייחס לחולי צליאק בלבד.  
2. ספר נשמת אברהם, תשע"ד, חלק א, עמ' רכז, ועמ' תרנב.  
3. ספר נשמת אברהם שם, עמ' תרסח, ע"פ שו"ת מהר"י אסאד או"ח סימן קס.  
4. ספר נשמת אברהם שם, ע"פ שו"ת מהר"ם שיק או"ח סימן רסו, ושו"ת מנחת יצחק חלק ד סימן קב אות ב.  
5. שו"ת מהר"י אסאד שם.

מדובר על אותו זן, ומבחינת תהליך הכנת המצות אף חל שיפור ניכר במהלך השנים, מבחינת רמת ההשגחה וההקפדה על כשרות המצות ומבחינת תהליך האפייה, מה שמביא לתוצאות משופרות הן מבחינה הלכתית והן מבחינת איכות המצות.

חולה הצליאק מאופיין באי אפשרות לעכל את הפפטידים שבגלוטן, שהם המרכיב העיקרי של חלבונים הדגנים כגון חיטה ושיפון. כמות הגלוטן בשיבולת השועל ממנה מיצרים את המצות קטנה דיה<sup>6</sup>, ועל כן מאפשרים רופאי גסטרו רבים לחולי צליאק לאכול מצות אלו בליל הסדר (בכפוף לאישור ספציפי מהרופא בהתאם למצבו של החולה), בכדי לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה בליל פסח.

האפשרות לצאת ידי חובה במצות אלו, מבוססת על כך שמדובר בתבואה מחמשת מיני דגן, שרק בה ניתן לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה, כפי שמובא במשנה<sup>7</sup>: "אלו דברים שאדם יוצא בהן ידי חובתו בפסח – בחיטים, בשעורים, בכסמין, ובשיפון, ובשביל שועל", וכפי שפסק לאחר מכן מרן בשולחן ערוך<sup>8</sup>.

יש חוקרים שערערו על האפשרות לצאת ידי חובה במצות אלו העשויות מקוואקר, וכפי שיתבאר בשורות הבאות.

**שיטת פרופ' פליקס – לא ניתן לצאת ידי חובה במצות משיבולת שועל שלנו**  
פרופ' פליקס בספרו 'מראות המשנה', כותב ששיבולת שועל של זמננו (קוואקר) אינה זהה לשיבולת שועל של חז"ל. וכיון שהיא איננה מחמשת מיני דגן, לא ניתן לקיים מצוות אכילת מצה ע"י אכילתה.  
אולם דברי פרופ' פליקס נדחים ע"י רוב פוסקי זמננו<sup>9</sup>.

6. בשיבולת שועל הרגילה הנמכרת בשוק ישנה כמות גדולה של גלוטן, לעומת שיבולת השועל ממנה אופים את המצות, בה ישנה כמות קטנה של גלוטן, ברמה המאפשרת לרבים מחולי הצליאק לאכול מהם (למרות זאת ממליצים רופאי גסטרו רבים לחולי צליאק לא לצרוך שיבולת שועל באופן קבוע אלא רק כדי לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה). לדברי העוסקים באפיית מצות אלו, אין מדובר בהתערבות חיצונית בה הוצא רכיב הגלוטן מזרעי שיבולת השועל. על אף שרוב שיבולת השועל הקיימת בשוק מעורבת עם כמות גדולה של גלוטן, הצליח הרב קסטנבאום למצוא זן שיבולת שועל הדומה לזן הרגיל אך כמות הגלוטן המעורבת בזרעיו מעטה מאוד.

7. משנה פסחים פרק ב משנה ה.

8. שו"ע או"ח סימן תנג סעיף א.

9. על ההתייחסות המדעית לטענותיו של פרופ' פליקס, עיין במאמרו של פרופ' מרדכי כסלו 'לזיהוי שיבולת שועל', פורסם בספר היובל מנחה לאי"ש, לזכרו של הרב אברהם ישעיהו דולגין, תשנא. וכן בספרו של פרופ' זהר עמר 'חמשת מיני דגן'.  
בספרו של פרופ' זהר עמר<sup>65</sup>, מביא כמה רבנים שחששו לדברי פרופ' פליקס, אך כפי שהבאנו בפנים רוב פוסקי זמננו לא חששו לדבריו.

### הכרעת הפוסקים – ניתן לצאת ידי חובה במצה משיבולת שועל

הרב יונה מרצבך כתב על כך בספרו עלה יונה<sup>10</sup>. לדבריו, אכן הערוך מביא פירוש לשיבולת שועל מר' נתן אב הישיבה התואם לדברי פרופ' פליקס, אולם פירוש אחר שמביא הערוך וכן רש"י ורוב הראשונים מזהים שיבולת שועל עם 'ווינא', וכל האחרונים שהלכו בדרכם זיהו אותה עם מה שנקרא בפי העם אף היום שיבולת שועל, ממנו עושים את המאכל הנקרא ע"פ יוצריו הראשונים 'קוואקר'. פרט לכך, ידועים דברי הרמב"ם שהקבלה והמעשה עמודים גדולים בהוראה ובהם ראוי להיתלות, והרי המסורת הקבלה והמעשה של יותר מאלף שנים היא ששיבולת שועל כדעת רוב המפרשים היא זו שאנו קוראים לה בשם זה.

הרב יוסף אפרתי כתב מאמר<sup>11</sup>, בו הוכיח כי לדעת רוב הראשונים שיבולת שועל שלנו היא שיבולת שועל של המשנה ושל מרן השו"ע. וכך כתב שוב הרב אפרתי לאחר מכן<sup>12</sup>, ששמע מפי הרב עזריאל אויערבאך, בשם אחד המוציאים לאור של ספר מראות המשנה, כי לאחר הופעת הספר אמר לו הרב משה פיינשטיין בעל האגרות משה, שאפילו יביאו עוד אלף ראיות לכך לא יוכלו לשנות את המקובל בכלל ישראל. וכן מביא הרב אפרתי ששמע מפי הרב יוסף שלום אלישיב<sup>13</sup>, כי הדבר פשוט שהאוני"א (קוואקר) היא השיבולת שועל שבתורה, לעניין חמץ ומצה, חלה, חדש, ברכת בורא מיני מזונות וכלאים, וכל המפקפק בדבר אינו אלא מן המתמיהין. וממשיך הרב אפרתי, שהראו לו מכתב מהרב שלמה זלמן אויערבאך, שאין משנים מהמקובל בכלל ישראל – "כמו שאין שומעין לפרופ' פליקס (שהוא שומר מצוות) ששיבולת שועל היא לא מה שקוראים העולם ואין שומעין לו ומברכים מזונות"<sup>14</sup>, וכן כתב לנו הרב דב ליאור<sup>15</sup>. אף הרב משה שטרנבוך

10. עיקרי דבריו של הרב יונה מרצבך הובאו בספר **נשמת אברהם** שם סימן תסא ס"ק א3.

11. **הליכות שדה**, גליון 57 שבט תשמ"ט, עמ' 11.

12. טיוטת סימן מ מספר של הרב אפרתי, ששלח לפרופ' אברהם סופר אברהם, הובא בספר **נשמת אברהם** שם עמ' תרנה.

13. ספר **נשמת אברהם** שם עמ' תרנה.

14. וכן הביאו נכדיו של הרב שלמה זלמן אויערבאך ממכתבו, בספר **הליכות שלמה** על סדר ליל הפסח עמ' קע הערה 310: "מעולם לא אמרתי לשנות מהמסורת והשו"ע, וכמו שאין שומעין לפרופ' פליקס שהוא שומר מצוות, שהוכיח בספרו **הצומח בתורה** ששיבולת שועל הוא לא מה שקוראים היום, ואין שומעין לו ומברכים מזונות... אין שומעין לו נגד המסורת, וכ"ש בעניין שמפורש בשו"ע".

15. הרב דב ליאור: "גם לענ"ד נראה שזיהוי השיבולת שועל שממנו מפקים את הקמח לאפיית המצות (בגלל מיעוט הגלוטן המזיק לחולי צליאק) הוא נכון, במיוחד שהרב שלמה זלמן אויערבאך ופוסקים גדולים נוספים אישרו זאת. אין ספק שהמסורת הנאמנה היא יסוד חשוב בהכרעת ההלכה. יותר מאלף שנים מוחזק אצל בני עמנו ששיבולת שועל המצויה היום (ונקראת גם 'קוואקר') היא זו שעליה דיברו חז"ל".

דחה את דברי המערערים על המסורת המקובלת לגבי שיבולת שועל שבזמנינו.<sup>16</sup>

הראשון לציון הרב עובדיה יוסף כותב<sup>17</sup>: "מי שהוא רגיש מאכילת דגן של חטה, ויוכל להביאו לידי חולי, יכול לקיים מצות אכילת מצה בדגן של שיבולת שועל, שאף שיבולת שועל מין דגן הוא... ואף דלכתחלה יש לצאת ידי חובה בדגן של חטים, במקום חולי בודאי יש ליקח מכל מין דגן אחר שאפשר לקיים בו המצוה"<sup>18</sup>. ובספר נשמת אברהם מביא<sup>19</sup>, שדיבר עם הרב עובדיה יוסף בכ"ב אדר תשס"ו, ואמר לו שאין שום פקפוק בזהותו של השיבולת שועל של זמנינו, ומברכים על מצות אלו 'המוציא' על אכילת מצה וברכת המזון.

### האם אין בעיה במצות אלו מצד חיסרון בתהליך החימוץ?

יש שערערו על היכולת לצאת ידי חובה במצות אלו, מצד היותן נטולות גלוטן, ועל כן חסר לטענתם בשיבולת שועל זו מרכיב מרכזי בתהליך חימוץ העיסה.

אפשרות החמצת העיסה מהווה תנאי לכשרות המצה למצוות אכילת מצה, כמפורש בגמרא<sup>20</sup>: "דברים הבאים לידי חימוץ אדם יוצא בהן ידי חובתו במצה, יצאו אלו שאין באין לידי חימוץ".

בנוסף לכך, המשנה מונה סימנים חיצוניים להחמצת העיסה<sup>21</sup>:

"שיאור ישרף והאוכלו פטור, סידוק ישרף והאוכלו חייב כרת. איזהו שיאור כקרני חגבים, סידוק שנתערבו סדקין זה בזה, דברי רבי יהודה.

16. **תשובות והנהגות** או"ח סימן קל. עיין שם שהרב שטרנבוך חשש לכשרות תהליך האפייה של מצות אלו, לכן הקל למעשה רק לחולי צליאק, דווקא מצות יד, ובתנאי שיאכלו רק שיעור מינימאלי בכדי לצאת ידי חובת אכילת מצה מהתורה.

אף הרב יצחק ווייס בשו"ת **מנחת יצחק** סימן מט, חשש לכשרות תהליך האפייה של מצות אלו, ומשמע מדבריו שם שאסר אפילו לחולה. אולם בליקוטי **תשובות** סימן מג כתב הרב ווייס, שאם ימצא חולה שאינו יכול לאכול אף פעם אחת בשנה כזית מצה מחיטים יש להתיר לאפות לו כדי לצאת ידי חובה. וכן כתב הרב אפרים קסטנבאום במאמרו 'מצות משיבולת שועל הלכה למעשה', פורסם בספר **היובל מנחת לאי"ש**, לזכרו של הרב אברהם ישעיהו דולגין, תשנא: "אחרי שהתברר שיש מספר ניכר של אנשים שאינם יכולים לאכול מאכלי חיטה, התיר הרב ווייס עצמו לרב ווסטהיים ולי, אחרי שרכשנו ניסיון רב בכל הצדדים ההלכתיים והמעשיים, להכין לפסח מצות משיבולת שועל, וזאת, רק כדי לעזור לאנשים אלה". כל שכן בזמננו, כאשר חל שיפור ניכר בתהליך הכנת המצות, הן מבחינת רמת ההשגחה וההקפדה על כשרות המצות, והן מבחינת תהליך האפייה.

17. ספר **חזון עובדיה**, פסח, תשס"ג, הלכות סדר ליל פסח, עמ' עו.

18. ובהערה שם מביא שכן הסיק להלכה בשו"ת **חשב האפור** חלק ג סימן ט.

19. שם עמ' תרנו.

20. גמרא פסחים לה, א.

21. משנה פסחים ה, ג.

וחכמים אומרים, זה וזה האוכלו חייב כרת, ואיזהו שיאור כל שהכסיפו פניו כאדם שעמדו שערותיו".

במידה ואכן סימנים אלו מהווים את מהותו של תהליך החימוץ, הרי שבהעדרם נעדר מרכיב החימוץ מהעיסה.

מעשה, היות ורכיב הגלוטן מהווה חלק משמעותי מתהליך ההחמצה, בלעדיו העיסה אינה תופחת, הרי שישנה בעיה לכאורה לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה במצות אלו, במידה ורמת הגלוטן הקיימת בהם אכן אינו מביא את העיסה לידי תפיחה.

### **הנחת יסוד – לפי המסורת ניתן לצאת ידי חובה במצות משיבולת שועל**

עצם המסורת הברורה אודות שיבולת שועל שבימינו, שאכן היא שיבולת שועל המופיעה במשנה כאחת מחמשת מיני דגן, כפי שהרחבנו לעיל, מוכיחה ממילא על כורחנו שניתן לצאת בה ידי חובת אכילת מצה. הרי כפי שהזכרנו נאמר במשנה שיוצאים ידי חובת מצוות אכילת מצה בשיבולת שועל, ממילא כיון שלפי המסורת זו שיבולת השועל המובאת במשנה, על כורחנו שיוצאים בה ידי חובה.

אומנם נותרת כאן שאלה, כיצד מתיישבת עובדת היות שיבולת שועל זו מהמינים שיוצאים בהם ידי חובת מצוות אכילת מצה, בעוד שלכאורה בהעדר מרכיב הגלוטן היא חסרת יכולת התפיחה של ההחמצה. אך מבחינה הלכתית, כיון שיש לנו מסורת ברורה שזו שיבולת השועל האמורה במשנה, ממילא ניתן לצאת בה ידי חובה, יהיה התירוץ לשאלה אשר יהיה.

בנוגע לעצם השאלה, יש לברר האם אכן במצות משיבולת שועל אין כלל גלוטן, האם במצות אלו לא קיים כלל תהליך חימוץ, והאם במצות אלו לא קיים כלל תהליך תפיחה. לצערנו לא עלה בידינו מקוצר הזמן לאמת את הדברים, אך קיימים מספר כיוונים אפשריים.

### **שיבולת שועל מחמיצה**

הרב אפרים קסטנבאום, שפיתח את היכולת לייצר מצות משיבולת שועל, פרסם מאמר קצר<sup>22</sup>, בו כתב:

"נסיוננו מראה, שאם אין משגיחים על שיבולת השועל ממש מזמן הקציר, מחמיצים הגרגירים לעתים קרובות... טחינת גרגירי הש"ש לשם הכנת המצות שונה למדי מטחינה רגילה, כך למשל, הסובין שמנופים מקמח

22. מאמרו 'מצות משיבולת שועל הלכה למעשה', פורסם בספר **היובל מנחה לאי"ש** שם, כתגובה למאמרו של פרופ' מרדכי כסלו שם 'לזיהוי שיבולת שועל'.

מהווים כ-2/3 מהכמות המקורית, סובין אלה עלולים להחמיץ במהירות... בעת הלישה דרושות מהימנות וזריזות יתר כדי להימנע מהחמצת העיסה".

מדבריו מוכח, ששיבולת השועל ממנה מכינים את המצות היא בעלת יכולת החמצה ועלולה אף להחמיץ בפועל. יתר על כן, מדבריו נראה ששיבולת השועל אף מחמיצה במהירות יותר מאשר חיטים, נתון המאשש כי אכן מדובר בשיבולת שועל המוזכרת במשנה, כפי שמובאת תכונה זו של שיבולת שועל בדברי הפוסקים<sup>23</sup>.

באופן דומה מוכח מדברי ד"ר משה זקס<sup>24</sup>, אשר בחן את תהליך ההחמצה של Avena בהשוואה לזו של החיטה והשעורה והאורז, ומסקנתו: "התוצאות הוכיחו כי גם אם תהליך ההחמצה בקוואקר (Avena) אינו דומה לחיטה, הרי הוא דומה לשעורה, בלא דמיון לאורז". אף מדבריו מוכח כי אכן קיים תהליך החמצה בשיבולת השועל ממנה מכינים את המצות.

אומנם עדיין יש לברר, הרי הרב קסטנבאום עצמו כותב במאמרו כי: "כמות הגלוטן בשיבולת שועל היא קטנה, והגלוטן שבה אינו גורם לתגובות חריפות כל כך", ומסיבה זו ניתן להשתמש בה לרבים מחולי הצליאק, וכיצד עיסה כזו מחמיצה?

ישנם שלשה הסברים אפשריים לשאלה זו<sup>25</sup>.

### כיצד שיבולת שועל נטולת גלוטן מחמיצה?

הסבר א:

ייתכן שדי בכמות גלוטן קטנה, כגון זו הקיימת בשיבולת שועל זו, כדי לגרום לתהליך החמצה הדומה לתהליך אותו גורם הגלוטן בחיטה. כמובן שאין צורך בתפיחה ניכרת כמו בלחם של ימינו, די לנו בתפיחה הדומה בשעורה לזו של לחם שעורים.

23. **מגן אברהם** או"ח סימן תנג ס"ק ה, לגבי הדין שאם לא ביררו חיטים מאכילת עכבר אין בכך כלום, מבאר שמעט רוק אין מחמיץ חיטה קשה: "ואפשר דדווקא חטה אבל שעורה ממהרת להחמיץ".

וכן מבואר בספר **דעת תורה** למהרש"ם מברעזאן, סימן תנג סעיף א, על דברי הרמ"א בשם מהרי"ל – "והמנהג ליקח לכתחלה חטים" לשם אפיית מצה, כותב: "כי גוף המנהג שברמ"א יש להוסיף בו טעם, ע"פ מה שכתב המג"א כאן סק"ה והח"י סק"ב לעניין נשיכת עכבר וכו' דשעורה ממהרת להחמיץ יותר מחטה... גם בדין לתיתה מדינא דהש"ס דמותר בחטים אסור בשעורים, והח"י פסק דגם להשהותם בבית אסור דממהרים להחמיץ יותר מחטים, ובזכור **לאברהם הספרדי** הל' פסח סימן תנג הביא בשם ספר **מעם לוועז** שצריך לברור החטים שלא יהיו בהם גרעיני שעורים מפני שממהרין להחמיץ... וי"ל דמהאי טעמא הנזכר המנהג ליקח רק חטים".

24. צוטטו דבריו בספרו של פרופ' זהר שם עמ' 93.

25. עיין בספרו של פרופ' זהר עמר שם פרק שלישי, שדן באפשרויות שונות להסבר החמצת עיסה הנעשית משיבולת שועל. וכן במאמרו של פרופ' מרדכי כסלו שם עמ' 156-157.

## הסבר ב:

ייתכן שישנו הבדל בין גלוטן הלכתי לבין גלוטן רפואי. אומנם שיכולת שועל היא נטולת גלוטן, גלוטן כזה הגורם לתגובות דלקתיות אצל חולי צליאק. אך ייתכן וקיים בשיכולת שועל סוג אחר של גלוטן, אשר אף הוא ממשפחת הגלוטן, מאותו עץ משפחה של גלוטן החיטה, וגורם בין היתר לתהליך חימוץ הדומה לתהליך אותו גורם הגלוטן שבחיטה<sup>26</sup>.

## הסבר ג:

הסבר נוסף נעוץ בדיון רחב סביב מהותו של תהליך החימוץ. יש הסוברים<sup>27</sup>, שעיקר מהות תהליך החימוץ מתרחש בבצק הגלוטן, וכפי שאכן הגדירו חכמים במשנה שהזכרנו את תהליך החימוץ בתיאור תהליכים המופיעים בבצק התופח<sup>28</sup>, היות וזהו עצם תהליך החימוץ. אולם יש הסוברים<sup>29</sup>, שאותם תיאורים המופיעים במשנה בהגדרת תהליך החימוץ, אינם אלא סימנים חיצוניים להחמצת העיסה, סימנים לקיומו של תהליך אחר המסוגל להתרחש במצבים מסוימים מבלי לגלות את הסימנים המפורטים במשנה. תהליך ההחמצה, מתחיל מפירוק העמילן ל CO<sub>2</sub> ולאכזהול, ולאחר מכן מתרחשת תפיחת הבצק כתוצאה מברעיות גזים אלו, תפיחה שלשם קיומה נדרש חלבון הגלוטן. לדבריהם, עיקר מהות החימוץ היא פירוק העמילן ל CO<sub>2</sub> ולאכזהול. לדעת הסוברים שעיקר תהליך החימוץ מתרחש בפירוק העמילן, ניתן להבין כיצד יוצאים ידי חובה במצות משיכולת שועל. אף אם אכן נניח כי אין מתרחשים תהליכי חימוץ הנראים לעין, עדיין מתרחש עיקר תהליך החימוץ בעצם פירוק העמילן ל CO<sub>2</sub> ולאכזהול<sup>30</sup>.

26. למרות שהוא מאותה משפחה של גלוטן החיטה, כיון שגלוטן זה שונה מגלוטן החיטה ייתכן ואינו גורם לתגובות דלקתיות אצל חולי צליאק, עובדה שאף היא אינה ברורה מחקרית, ונחקרת בשנים אלו. מסיבה זו, נכון להיום המלצת רופאי גסטרו בישראל, להימנע מצריכת שיכולת שועל באופן קבוע, פרט לנדרש כדי לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה בליל פסח (ואף לכך צריך אישור ספציפי מרופא גסטרו מומחה בהתאם למצבו של החולה), היות וכל עוד לא התבררו מסקנות המחקר ייתכן ואף שיכולת שועל גורמת לתגובות דלקתיות אצל חולי צליאק.

27. עיין במאמרו של הרב לוי יצחק הלפרין, פורסם בשו"ת **מעשה חושב**, חלק ו, עמודים יח-יט. וכן במאמרו של הרב שאר ישוב כהן, **תחומין** א, 'חומצת לימון גלוקזה וגלוטן בפסח'.

28. משנה פסחים פרק ג משנה ה.

29. עיין במאמרו של הרב יהודה שרשבסקי, **מהדרין**, חוברת ה, ניסן תשנ"ד, 'למהותו של תהליך החמצת העיסה'.

30. לשאלה זו השלכה גם בנושא הלכתי חשוב אחר. האם בהחמצה הכוללת את תהליך הכימי ללא תפיחה, כמו בתהליך יצור ויסקי או אלוהול מדגנים, האם איסורו מן התורה או מדברי חכמים. ראה שו"ת **חת"ם סופר**, קובץ תשובות סי' טז, ש"יין שרף – פשוט שהוא חמץ מדאורייתא. וביאר באריכות בשו"ת **חת"ם סופר** או"ח סי' קלג ד"ה הנה. וכן כתב בשו"ת **משנת בנימין** סי' נח. אמנם ראה בשו"ת **בית אפרים** או"ח סי' לז, שהסתמך על שו"ת **פני יהושע** סוף סי' יג. אך טעמו הוא לא מפני שחסרה כאן תפיחה בתהליך החמוץ, אלא משום

### להלכה – יוצאים ידי חובה במצות משיבולת שועל

לסיכום, כפי שהדגשנו בתחילה, ניתן ליישב את שאלת ההחמצה בדרכים שונות, אולם מבחינה הלכתית עצם המסורת על כך ששיבולת השועל בימינו היא המופיעה במשנה די בה כדי להכריע שיוצאים במצות אלו ידי חובת מצוות אכילת מצה, לפחות עבור חולי צליאק שאין באפשרותם לאכול מצות מקמח חיטה.

לכן, להלכה ניתן לברך על מצות אלו ברכת 'על אכילת מצה' ללא חשש, וכן ניתן לברך עליהן ברכת 'המוציא' וברכת המזון<sup>31</sup>.

### ג. הדרכה לגבי אופן אכילת מצה משיבולת שועל בליל הסדר

לגבי מספר הפעמים וגודל המצה משיבולת שועל המותרת לחולי צליאק לאכול בליל הסדר, יקבל כל אחד הוראה מגסטרוולוג מומחה. האם מותר לו לאכול מצה כפי השיעור הנהוג (שנביא להלן), או עדיף שיצמצם לאכול את השיעור המינימאלי הנדרש כדי לצאת ידי חובה.

להלן נביא הדרכה הכללית, מהו השיעור הנדרש כדי לצאת ידי חובת מצוות אכילת מצה, ואיזו אכילה עדיפה במידה שיש הגבלה על הכמות המותרת באכילה.

### מצוות אכילת מצה בליל הסדר – מהתורה ומדברי חכמים

מדין תורה צריך לאכול בליל הסדר שיעור מצה בגודל של כזית (אמת מידה הלכתית).

מדברי חכמים, לא די באכילת שיעור כזית אחד בלבד, אלא יש לאכול שלשה כזיתים נוספים של מצה בליל הסדר, לפי הסדר הזה: באכילה הראשונה אחר ברכת 'המוציא' וברכת 'על אכילת מצה' אוכלים לכתחילה שיעור של כשתי זיתים, אח"כ אוכלים עוד שיעור כזית בכורך עם המרור, ובסוף הסעודה אוכלים שיעור כזית נוסף לשם 'אפיקומן', סה"כ אוכלים שיעור של ארבעה כזיתים בליל הסדר (יש אומרים שטוב לאכול לשם 'אפיקומן' שיעור כשתי זיתים).

שזיעה של פירות איננה נאסרת מן התורה חוץ מאשר ביין ושמן. עיי"ש. הרי שלכל הדעות עצם חסרון התפיחה איננו מונע את איסור החמץ מן התורה. -- העורך.  
31. כך מפורש בדברי הרב עובדיה יוסף שהובאו ב**נשמת אברהם** עמ' תרנו (הובאו דבריו לעיל), וכך אמר לי בע"פ הרב יעקב אריאל שניתן לברך על מצות אלו ללא חשש. אף הפוסקים הרבים שהכריעו ששיבולת שועל בימינו היא שיבולת השועל המופיעה במשנה (הובאו לעיל), משמע מסתימת דבריהם שלא סייגו דבר בעניין הברכה, שמברכים על מצות אלו כפי שמברכים על חמשת מיני דגן ללא סייג, כולל ברכת 'על אכילת מצה'.

### מהו השיעור הנדרש כדי לצאת ידי חובת אכילת מצה?

כפי שאמרנו, מדין תורה צריך לאכול בליל הסדר שיעור מצה בגודל של כזית. כזית היא אמת מידה הלכתית, וישנם דיונים רבים בראשונים ובאחרונים בשיעורה של מידה זו וכיצד היא מחושבת. לא נאריך בנושא, נביא את עיקרי השיטות ומהי המידה המקובלת אצלנו, אולם נבהיר שישנן דעות שונות בנושא זה כך שכל אחד יברר אצל הרב הפוסק לו את השיעור המקובל אצלו.

**שיעור כזית לאדם בריא הוא בגודל חצי ביצה של ימינו.**<sup>32</sup> ישנה קשת רחבה של דעות בפוסקים לגבי היישום המעשי של שיעור זה, עיין הרחבה בהערה<sup>33</sup>. לדעתנו, חולי צליאק בהחלט יכולים לסמוך על הדעות ששיעור כזית הוא שיעור של כשליש מצת מכונה רגילה, או לכל היותר כחצי מצת מכונה.

**חולה שאינו יכול לאכול שיעור זה, יכול להקל ולהסתפק בשיעור זית גדול של ימינו.**<sup>34</sup> על כן, מי שיש לו צליאק, באופן שעליו לאכול רק את

32. פשוט הבנת דברי מרן בשו"ע או"ח סימן תפו סעיף א.

33. **יש אומרים ששיעור זה הוא כשליש מצת מכונה רגילה**, וכך כתב לנו הרב דב ליאור: "בעניין שיעור כזית. אין בימינו זית שגודלו מקביל לחצי ביצה, ועלינו להיות מציאותיים על איזה זית ועל איזו ביצה דברו הפוסקים. לענ"ד ברור שיש לשער בזית אגורי (סורי או נבאלי, ואפילו הגדול שבהם לחומרה בלבד) ולא בשאר זיתים. ושליש מצה מרובעת רגילה ודאי שיש בזה יותר מכזית". **לדעת הרב שלמה זלמן אויערבאך**, הובאו דבריו בספר נשמת אברהם או"ח עמ' תרנו, יוצא ידי חובה באכילת 17 גרם מצה, כחצי מצת מכונה. **לדעת הרב יוסף שלום אלישיב**, הובאו דבריו בספר נשמת אברהם שם, יוצא ידי חובה באכילת 20 גרם מצה, כ-2/3 מצת מכונה. **הרב עובדיה יוסף** בספרו חזון עובדיה על פסח כותב כי שיעור כזית הוא 27 גרם מצה, כמעט מצת מכונה שלמה (והוסיף כי חולה שאינו יכול לאכול כמות זו יאכל 18 גרם ללא ברכה).

**יש לציין, כי השיעורים שנקטו פוסקי דורנו מתייחסים למצת מכונה רגילה מחיטה. אולם במצת מכונה משיבולת שועל ייתכנו שינויים מסוימים**, עקב שוני בגודל המצות ומשקלם (השנה תשע"ז ישנן השוקלות כ-28.5 גרם וישנן השוקלות כ-35 גרם), וכן הבדל במשקל הסגולי של שיבולת שועל לעומת חיטה (המשפיע על היחס בין גודל שיעור כזית המחושב בסמ"ק לבין משקל מעשי המחושב בגרם, כאשר בפועל זה משפיע על כך שבמצות משיבולת שועל יוצאים ידי חובת מצוות אכילת מצה אף במשקל קטן יותר). אף מכיוון שאין בדינו נחונים מדויקים על גודל ההבדל הבאנו את המשקל שנקטו הפוסקים לגבי מצות מחיטה.

34. **הקהילות יעקב** ביאר שכן פסק ר' חיים מוולוז'ין, ע"פ המובא בספר **מנהגי הגר"ח** אות נא, שנתן ר' חיים לאחד שקידש בביתו שחרית של יום טוב: "שליש כף מצה מבושלת בחלב לאכול משום קידוש במקום סעודה ואמר שיש כאן כזית והכף הייתה של מתכת בינונית". וכן מובא בספר **שערי רחמים** אות קסה הערה ג שהיה ר' חיים מיקל מאוד בשיעור כזית אף לענין מצה בליל א' דפסח.

ובמכתב מהקהילות יעקב (צולם בסוף ספר **הלכות חג בחג** חג פסח), כתב בעניין אכילת מרור לחולה: "תוכל לסמוך בהחלט על הוראת מרן הגר"ח מוולאזין שהכזית הוא כשליש כף בינוני... וכן ידוע שמרן החזון איש היה סובר שמעיקר הדין סגי לכזית בשיעור הנ"ל **רק שלכתחילה** היה אומר להחמיר בדאורייתא כפסק האחרונים".

ובספר **מדות ושיעורי תורה** עמ' תקי מהדורה תשמ"ז: "שמעתי מהגרש"ז אויערבאך ששמע מהרב שלמה קאליש חתנו של בעל חלקת יואב שהיה נוכח אצל בעל אבני נזר מסוכצ'וב

השיעור ההכרחי לצאת ידי חובה, יכול להקל ולהסתפק בשיעור זית גדול של ימינו.

### מי שמוגבל בכמות – איזו אכילת מצה עדיפה?

אדם שמותר לו לאכול רק שיעור כזית אחד ינהג כך<sup>35</sup>:

לא יאכל מצה בתחילת הסעודה, יאכל סעודה ללא 'המוציא' (יקפיד שלא להרבות באכילה כדי שיאכל מצה לתאבון), ובסוף הסעודה יטול ידיו ללא ברכה<sup>36</sup>, יברך ברכת 'המוציא' וברכת 'על אכילת מצה' ויאכל לשם 'אפיקומן' מצה בשיעור כזית, ולאחר מכן לא יאכל כלום.

אם מותר לו לאכול שיעור שני זיתים ינהג כך: באכילה הראשונה אחר ברכת 'המוציא' וברכת 'על אכילת מצה' יאכל מצה בשיעור כזית, ובסוף סעודתו יאכל מצה בשיעור כזית לשם 'אפיקומן'<sup>37</sup>.

בעת שנשאל ע"י אדם שאכל מזונות מהו שיעור כזית לברך עליו ברכה אחרונה וסימן על אצבעו עד אחרי הצפורן מעט ואמר בכשיעור זה יש כזית". וכן כתב הנצי"ב לבנו בספר **מרומי שדה** פסחים לט ע"א לגבי אכילת כזית מרור: "הקשיתי ואשמע מבנינו שליט"א כמה מעלת כבודו הרם נרו יאיר מחמיר בכזית מרור... ונפלאתי על זה, מה ראה מעלת כבודו הרם בני נ"י לזה... וזה ברור דשיעור כזית המבואר בשולחן ערוך הוא שיעור קטן מאוד ולמה לנו להחמיר".

<sup>35</sup>. **מגן אברהם** או"ח סימן תפב סק"א, נפסק **במשנה ברורה** סימן תפב סק"ו.

<sup>36</sup>. שו"ע הרב או"ח סימן תפב סעיף ג, הובאו דבריו **בשער הציצית** שם סק"ה, ע"פ פסק מרן בשו"ע או"ח סימן קנח סעיף ב שעל פחות משיעור כביצה יטול ידיו בלי ברכה, וכן כתב לנו הרב דב ליאור שיש לפסוק הלכה למעשה.

יש לציין כי המשנה ברורה **בשער הציצית** סימן קנח סק"ט מביא שהג"ר א פסק להצריך נטילה בברכה אף על שיעור כזית, וכן פסק הרב משה פיינשטיין בשו"ת **אגרות משה** או"ח חלק ד סימן מא שאומנם ודאי טוב לכתחילה שיאכל כביצה אבל אם אינו רוצה אלא לאכול כזית צריך לברך על נטילת ידיים.

<sup>37</sup>. **משנה ברורה** שם.