

כיצד ינהגו חולי צליאק, שאסור להם לאכול לחם?

כיום אנחנו יודעים שחלק לא מבוטל מהאוכלוסייה חולים במחלת הצליאק. לאנשים אלה יש קושי בעיכול הגלутן, שהוא חומר שנמצא במיני הדגן, ואכילת גלутן מזיקה להם ולפעמים אף עלולה לסכן את חייהם.

שאלה: כאשר אדם כזה קובע את סעודתו על לחם שאינו מחמשת מיני דגן, למשל לחם תירס, כיצד יברך? כיצד עליו לנהוג בסעודת השבת, שבה הוא חייב לאכול לחם? והאם אדם כזה לעולם לא יברך ברכת המזון, אלא רק "בורא נפשות"?

תשובה: על לחם מקטניות, שאיננו מחמשת מיני דגן, מברכים "שהכול" ו"בורא נפשות" (שולחן ערוך, אורח חיים, סימן רח, סעיף ח). לפיכך האוכל אותו אינו יוצא ידי חובה בברכת "המוציא" שבירך משהו אחר, שהרי אפילו אם בירך בעצמו "המוציא" לא יצא ידי חובה (ריטב"א בהלכות ברכות פרק ב אות יז, הובא בשערי תשובה סימן רז סעיף קטן א)...

בדינים אלה אין הבדל בין שבת ליום חול. אך בשבת יש שאלה מיוחדת, מכיוון שצריך לאכול שלוש סעודות בשבת, ובשתי הסעודות הראשונות יוצאים ידי חובה רק בלחם ממיני דגן (שולחן ערוך הרב, סימן רעד, סעיף ה). כמו כן, את הקידוש בערב ובבוקר צריך לומר דווקא בסמוך לסעודה, וגם לעניין זה ה"סעודה" לכתחילה היא ממיני דגן דווקא. לכן, אם ניתן להשיג לחם משיבולת שועל, שהוא ממיני דגן ואין בו גלутן, הרי זה הטוב ביותר.

מכיוון שיש דרגות שונות של חולי צליאק, ויש כאלה שיכולים לאכול כמות קטנה של דגן (באישור הרופא כמובן), אציין שלעניות דעתי ניתן לסמוך במקרה זה על הדעה המקילה ש"כזית" הוא בנפח של הזית המוכר לנו, בסביבות 5-7 סמ"ק, שזה פחות מעשירית פרוסת לחם (נפח פרוסה ממוצעת הוא כ־90 סמ"ק). במקרה זה יש ליטול ידיים בלא ברכה (שולחן ערוך, סימן קנח, סעיף ב).

יש אומרים שניתן לצאת ידי חובת הסעודה גם בלחם ללא גלутן, מפני שבשביל החולה זוהי סעודתו, וזוהי הפסיקה המקובלת כיום (הרב חיים קנייבסקי, 'צוהר' טז, עמוד תקלד, בשם החזון איש; ציץ אליעזר, חלק יט, סימן כב; הרב זלמן נחמיה גולדברג, שו"ת בנין אריאל, עמוד 22). במקרה כזה הברכה היא "שהכול" ו"בורא נפשות".

לאמיתו של דבר, לעניות דעתי היה מקום לומר שכאשר קבוצת אוכלוסייה מוגדרת ומובחנת איננה יכולה לאכול לחם מן הדגן, ובשבילה לחם חלופי הוא המזון המשביע העיקרי, בדומה לשימושה של האוכלוסייה הכללית בישראל בלחם הרגיל, הרי שזהו לחם לגביהם, ויברכו עליו "המוציא" וברכת המזון כאילו היה ממיני הדגן. בעקבות שאלתך כתבתי מאמר שמוקדש לנושא זה, אך לפי שעה רוב תלמידי החכמים שהגיבו עליו לא הסכימו למסקנתי ולכן בינתיים אני מנוע מלפסוק כך הלכה למעשה, ואני מקווה לפרסם אותו כהצעה לעיונם של תלמידי חכמים נוספים.

בכל אופן, מי שאוכל ארוחה מלאה ומשביעה ורוצה לברך בנוסף לברכה האחרונה שחייב בה גם את ברכת המזון הארוכה - רשאי לומר אותה בלי שם ומלכות, כלומר: "ברוך אתה מלך העולם הזן את העולם... ברוך אתה הזן את הכול", "נודה לך... ברוך אתה על הארץ ועל המזון", "רחם...", "ברוך אתה בונה ברחמי ירושלים אמן", "ברוך אתה מלך העולם האֵל אבינו מלכנו..."

מעובד מתוך תשובה של הרב עזריאל אריאל, אתר ["שיבה"](#)

מהתשובה הזאת אנחנו יכולים ללמוד גם על דרך החשיבה והפסיקה של חכמי ההלכה. הרב עזריאל אריאל מגלה לנו שהשאלה השפיעה עליו, וגרמה לו לחקור את הנושא ולהגיע לפסיקה חדשה שעדיין איננה מקובלת. הוא גם מספר לנו על המאמצים שהוא עושה כדי לשכנע רבנים אחרים, ועל כך שהוא עדיין לא הצליח.

- (1) לפי הפסיקה המקובלת, מה יברכו חולי צליאק על לחם שאינו מחמשת מיני דגן?
- (2) הרב עזריאל אריאל מציע דעה, אך אומר שהוא עוד לא פוסק אותה להלכה. לפי דעה זו, מה יברכו חולי צליאק על לחם שכזה?
- (3) מדוע הרב אומר שהוא אינו פוסק לפי דעתו בשלב זה?
- (4) הרב מציין שיש דעות שטוענות שאי אפשר לצאת ידי חובת אכילת לחם בשבת באכילת לחם שאין בו גלוטן. לפי דעות אלה, מהם שני הפתרונות שהרב מציע?
- (5) מהי הפסיקה המקובלת כיום בעניין זה?
- (6) לפי המקובל כיום, שעל לחם כזה אין מברכים "המוציא" וברכת המזון, מה מציע הרב לחולה צליאק שמעוניין לברך ברכת המזון על הלחם שהוא אוכל?
- (7) התשובה נכתבה במענה לשאלה ששאלה אחת הגולשות באתר. כיצד השפיעה השאלה על הרב שענה עליה?