

## לבני עדתינו היקרים ה' עליהם יחיו.

כותבים אני דברים אלו בשכרון הלב ובאימה וחרדה גדולה ביותר, מי העלה בדעתו שנגיע בעוונתינו הרבים לימים כאלו, אשר מתדיינים ומסתפקים על ענין התפילות ביום הגדול והנורא יום הכיפורים.

מהות היום הוא יום מקודש מכל ימים, כי בו בחר צור עולמים, ואמרו במדרש "ימים יצרו וְלוֹ אָחָד" - זה יום הכיפורים לישראל, שהוא יומו של הקדוש ברוך הוא, ועצם מהות היום הזה הוא יום של כפרת העוונות, ובעוונותינו הרבים נלקח מאתנו הכוח של מקוה ישראל ה', מה מקוה מטהר את הטמאים אף הקב"ה מטהר את ישראל - ברוב עם הדרת מלך.

אך עלינו לדעת שהתביעה מאתנו להיות מחוברים כל אחד ואחד כאיש אחד בלב אחד בנפש וברוח, אף כי נמנע מאתנו הקשר של חיבור ברוב עם הדרת מלך.

דבר חשוב שהזכרנו ודברנו בימים עברו, שצריך כל אדם לקדש בביתו מקום מיוחד לתפילה, ויקויים בו הבטחת חז"ל "הקובע מקום לתפילתו א-לוהי אברהם בעזרו", ואף בימים אלו, ימים אשר אין אני יודעים להיכן הקב"ה מוביל את העולם, נקדש ונחזק בכל בית מקום שיהיה בית השם, בגדר ובבחינת בית אלוקים, וזה שער השמים.

נשים מול עינינו חובת הזהירות בשמירה על הבריאות ולא להתחכם עם עניני הרפואה ככי הוא זה, אף שבעוה"ר עולם הפוך מצאנו, ואין אנו יודעים מה אמת בו, והוא רחום יכפר עוון לתקן באנו ולא לקלקל, ובשעת פיקוח נפש, אין לשום אדם כוח להיות שופט בדעתו מה מותר ומה אסור, מה אמת ומה שקר. ואף כי יום הכיפורים הוא יום תפילה ושכרון הלב, אך צריכים לשים בדעתינו את דברי רבינו החת"ס על הפסוק "יש נספה בלא משפט", כי הקב"ה טבע בעולם מציאות מיוחדת, לפיה יש מצב בעולם בה בשעת סכנה, כאשר אדם לא נזהר, הוא יכול לעורר על עצמו בשעת הסכנה את מידת הדין ואף אם נגזר עליו עוד הרבה שנות חיים, ועדין היה ראוי לחיות, הרי שבזמן סכנה הוא חלילה עלול להפגע, ולמות חלילה בלא עתו ובלא משפטו.

ועל כן בעת המגפה, בעת של סכנה, אנו צריכים מחד הרבה מצוות ומעשים טובים, הרבה חיזוק בחסד, בתורה בכל מידה נכונה, ומאידיך לזכור לשמור על הכללים, ויש חובה להזהר ולהשמר, ולא להתחכם, ומקדמת דנן, בזמנים קשים ובזמני מגיפה הקפידו גדולי ישראל על הריחוק ונקיות והקפדה, כי אדם יכול להיות עם כוונות טובות אבל איך יקח על כתפיו ביום הדין להיות חלילה בבחינת רודף ושופך דמים ל"ע, לכן יקפיד כל אחד על כל הלכות הרפואה, ויזהר בכל מה שיש להזהר.

ובזה נביא לכל קהילות הקודש של שובה ישראל, בתמצית האומר, כאשר ההלכות נקבעו בזה על פי הידוע בענין החולי ובהתיעצות עם גדולי הרופאים, ובתפילה לקל עליון כי ישיע ממרומים כל החולים, וישלח ממרום דברו וירפאם, לקיום מקרא שכתוב "וְהִסִּיר ה' מִמֶּךָ כָּל חָלִי".



ההנהגות ופסקי ההלכות ליום הכיפורים הם מיוחדות לרבים השואלים בענין חולי או חשש חולי הנגיף, אך מי שיש לו עוד חולי, ידע כי חובה עליו לעשות שאלת חכם איך עליו לנהוג ביחס לשאר המחלות.

מה שכתבנו שתית "שיעורים", משמעה - שישתה בכל תשע דקות כמות של 35 מ"ל, ובמקרה שאדם חייב לשתות, טוב שישתה מיץ טבעי מענבים או פירות כדומה שיש בו לספק חיזוק לגוף. ואף אם יש גם צורך באכילה, אם אפשר שימנע על ידי שתיית משקה כמו משקאות החיזוק להזנה (נוטרן, גלוצרנה, אנשור וכדומה), שיש בשתייתם לאבות המזון הנצרכים באכילה, ולא יצטרך לאכול לשיעורים.

### הנמצא בבידוד

אדם הנמצא בבידוד, כל שלא הופיעו אצלו שום תסמיני הנגיף. יש לו להתענות כדרכו, ואם ח"ו הופיעו במהלך יום הכפורים, יעשה כמבואר.

### חולה מאומת

מי שנמצא חיובי בבדיקה, אם הוא חש בטוב ללא סימפטומים יוכל להתענות כדרכו.

אם קיבל חלק מהתסמינים ינהג כך:

אם רק איבד את חוש הטעם או הריח, ואין לו שום שאר התסמינים יתענה כדרכו.

חיובי שיש לו חום למעלה מ-38 מעלות, יתענה וישתה 'שיעורים', אם הוא מבוגר, או בכלל אותם הנמצאים בקבוצת סיכון, יש לו גם לאכול לשיעורים. ואם לא, לגבי אכילה ישאל שאלת חכם.

### תסמיני שיעול:

אדם המשתעל בהתקפי שיעול מתמשכים, אפילו אם אין לו עוד תסמינים אחרים כגון חום וכדומה, עליו להתענות לשיעורים באכילה ובשתיה.

אדם שבעת שחלה בנגיף סבל משיעולים ללא ירידה בסטורציה וחל אצלו עתה שיפור ניכר בשיעולים, אם הוא אדם צעיר הרי יתענה כדרכו, ואם הוא מבוגר לא יתענה כלל (אלא א"כ כבר עברו שלושה ימים מתחילת השיפור, ובאם ח"ו יחמיר מצבו במשך יום הכפורים יתענה לשיעורים).

אדם שסבל משיעולים וירידה בסטורציה עד 95 אחוז, ועתה פסקו ממנו השיעולים לגמרי, אם הוא אדם צעיר ללא מחלות רקע, הרי הוא מתענה כרגיל. ואם השיעולים לא פסקו אך יש לו הטבה משמעותית, הרי הוא צם כדרכו.

אם הוא אדם מבוגר או שיש לו מחלות רקע, אם פסקו השיעולים לגמרי והוא חש בטוב יתענה כרגיל. אם לא פסקו השיעולים לגמרי אלא שיש אצלו הטבה משמעותית, בתוך חמשה ימים להטבה, יתענה וישתה לשיעורים, ויעשה שאלת חכם לגבי אכילה בשיעורים.

סבל משיעולים וירידה בסטורציה מתחת ל-95 אחוז, או שנוקק להמצן ועתה חלפו ממנו השיעולים לגמרי, אדם צעיר ללא מחלות רקע, יתענה כדרכו. אם לא חלפו השיעולים אך יש בהם שיפור ניכר, עד שלושה ימים מעת השיפור יתענה בשתיה לשיעורים ויעשה שאלת חכם על האכילה, ואחר שלושה ימים יתענה כדרכו.

אדם מבוגר או שיש לו גם מחלות רקע, אם חלפו ממנו השיעולים לגמרי, יתענה כדרכו, לא חלפו השיעולים אך יש בהם הטבה ניכרת, עד שבעה ימים מהשיפור בשיעולים יתענה באכילה ושתיה לשיעורים, ולאחר שבעה ימים, ישאל שאלת חכם אם יתענה כדרכו.

#### תסמיני חולשה:

מי שיש לו חולשות ללא חום, בתוך עשרה ימים מתחילת החולי יתענה לשיעורים, וישאל שאלת חכם לגבי אכילה לשיעורים, ולאחר מכן יתענה כדרכו, ואם חס ושלום יחוש חולשה או שיעלה חום גופו, ישתה ויאכל לשיעורים.

באדם צעיר, אף בתוך עשרה ימים, אם ביומיים שקודם יוה"כ הוא מרגיש שהתחזק באופן משמעותי, הרי הוא מתענה כדרכו, ויקפיד לנוח במשך כל היום, ואם ח"ו יחמיר מצבו ישתה לשיעורים.

אדם מבוגר או מי שהוא בקבוצת סיכון, לא יתענה כדרכו בתוך עשרת הימים לחולי, אלא רק אחר ארבעה ימים מעת שהתחזק משמעותית.

ובכל אדם, אם מחמת חולשתו אינו יכול לעמוד על רגליו, אף אחר עשרה ימים, ישאל שאלת חכם אם להתענות לשיעורים.

#### מי שהיה מונשם

אדם שהיה מחובר בחוליו למכונת הנשמה, בחצי השנה שלאחר מכן יתענה לשיעורים.

ואם נזקק למכשיר אקמו לב ריאה, גם אחר חצי שנה יש לו לשאול שאלת חכם איך וכיצד להתענות.

אם לדעת הרופאים נשאר לו עדיין נזק בריאותי, יעשה שאלת חכם היאך להתענות.

#### חשש חולי

מי שאינו מאומת אך חושש לחולי מהסיכות הבאות:

מי שאיבד את חוש הטעם או את חוש הריח, ומי שתקפו שיעול מתמשך והתקפי, ובפרט אם הוא שיעול יבש, ואין בידו לברר הדבר (עם רופא), הרי הוא נחשב כחולה וינהג כהלכות המבוארות לעיל לגבי חולה.

מי שיש לו חום מעל 37.5 מעלות עם חולשה ניכרת, או חום עם כאבי שרירים, או חולשה ניכרת עם כאבי שרירים ואפילו בלא חום, וכן כאבי ראש חזקים עם כאבי עיניים, עליו להתייעץ ברופא אם יש לו לחוש שהוא חולה בנגיף. ואם אין בידו לברר הדבר אצל רופא, הרי הוא נחשב כחולה וינהג כהלכות המבוארות לעיל לגבי חולה.

מי שהוא בבידוד מחמת חולי של אחד מבני ביתו, או משום שהיה בקירבה לחולה בנגיף, עליו לנהוג על פי ההלכות דלעיל וכדין חולה.

### כללים בהנהגות

מי שנהג בכל השנים לעמוד על רגליו בתפלות יום הכפורים, ומחמת שהיה חולה אין כוחו עמו, יכול לשבת, ואינו צריך התרת נדרים.

אם מחמת חולשתו קשה עליו לעמוד בעת אמירת הוידוי, אם יכול לומר בסמיכת גופו - עדיף, ואם קשה לו יאמר הוידוי בישיבה.

אם אין בכוחו לשהות בעמידה גם בעת התפלה וגם בעת הוידוי, ונצרך לשבת באחד מהם, יתפלל בעמידה וישב בעת הוידוי.

מי שנמצא בדרגת סיכון, ומחמת כן הוא רגיל ומקפיד ברחיצת ידיו תדיר מחשש להדבקה, במקום הצורך מותר לו לחטא ידיו.

אם האשה מתענה, ומחמת חולשתה אינה יכולה לטפל בילדים, יתפלל בביתו כדי שתוכל להתענות.

אין ליטול ויטמינים או כדורים לחיזוק כדי למנוע את חולי הנגיף, אפילו שלא כדרך אכילה.

מי שלוקח תרופות לחיזוק או כדי להקל מעליו את תסמיני החולי, אם אין טעמים מר יקפיד לטול אותם שלא כדרך אכילה.

חולה שאין לו חוש הריח, יתן דעתו כיצד להשלים המאה ברכות באופן אחר.



העולם ועם ישראל, נמצאים ערב יום גורלי, שהרי יום כיפור הוא יום דין לעולם כולו, ופשוט וברור לכל שהעולם אינו אותו עולם, וכבר כמה שנים שיש שינוי הדרגתי בהרכב מובנים והחיתום של השינוי היה בחודשי האחרונים, הצביון של העולם החדש יבנה בתקופה הקרובה, והוא תלוי בהתנהגות של הדור, אם נדע ליישר אורחותינו, ולתקן מעשינו ונעבוד בעיקר על מידת אהבת חינום, ועל השבר שלא תוקן מחורבן הבית - והיא שנאת החינום, העולם נכנס לימים ולזמנים שעליהם אמרו חז"ל "ייתיה ולא אחמינה".

נתקן את בין אדם למקום ואת בין אדם לחבירו, בכל הכוח, ונדע שהקב"ה מתקן את עם ישראל בשני דרכים, הנזכרים במשנה במסכת יומא, "אמר רבי עקיבא: אשריכם ישראל, לפני מי אתם מטהרין, ומי מטהר אתכם? אביכם שבשמים, שנאמר (יחזקאל לו): 'וְזָרַקְתִּי עֲלֵיכֶם מִיַּם טְהוֹרִים וְטָהַרְתֶּם', ואומר (ירמיה יז): 'מִקְוֵה יִשְׂרָאֵל ה', מה מקוה מטהר את הטמאים, אף הקדוש ברוך הוא מטהר את ישראל", ויש בזה שתי בחינות או שכולנו חוזרים בתשובה וטובלים או שהקב"ה מזה עלינו מים טהורים ובלי התעוררות דלתתא.

מבקשים אנו בלב נשבר ונדכה מכל קהל בני עדתינו להעתיר בעדינו ביום הקדוש ולהעתיר בעד כל הקהילה הקדושה שנעבור את התקופה המורכבת הזו בכריאות איתנה ובשפע ממרום, שלא ידח ממנו ידח, ונזכה לביאת משיח צדקנו.

ומבקשים אנו מרבנן של כל ישראל, אבי הנביאים והמלמד סניגוריה הגדול של ישראל, רעיא מהימנא, משה רבינו עליו השלום, שיעמוד לפני כסא הכבוד ויבקש מיתוק הדינים על העולם בזכות ספר דברים, ויהיה מליץ יושר על כל הקוראים ספר דברים ועל כלל עם ישראל.

החותם באהבה מרובה ובהכנעה גמורה

יאשיהו יוסף

עם הוצאתו יוסף (1974)

