בס"ד

<u>צום תשעה באב לתורמי כליה ומושתלים</u>

ידידי "מתנת חיים" יקרים, שלום

"כל האומר דבר בשם אומרו מביא גאולה לעולם"
הרי לפניכם ההנחיות לצום ששלח הרב הבר זצ"ל בשנים קודמות בערב תשעה באב.

לקראת יום צום תשעה באב, בו אנו מתאבלים על חורבן בית המקדש ומתפללים שיבנה במהרה בימינו, להלן הנחיות הלכתיות בנוגע לצום, עבור אלו שתרמו כליה ועבור המושתלים.

<u>למי אסור לצום</u>

תורמי כליה שתרמו בשנה האחרונה. וכדלהלן.

מושתלים - גם אלו שעברו השתלה לפני שנים רבות. וכדלהלן.

<u>למי מותר לצום</u>

מי שעבר יותר משנה מאז תרומת הכליה שלו, ומצבו הבריאותי תקין, דהיינו, שלא ידוע לו על בעיות חריגות בתפקודי הכליה שלו, יכול לצום.

בכל מצב של ספק, אפשר להתייעץ עם הרב דויד אוסטרוף, מו"ץ ותורם כליה, בטלפון 052-7611745.

<u>הסבר מורחב:</u>

לפי דעת רופאים מומחים בארץ, ועל פי פסיקת גדולי פוסקי ההלכה, מי שתרם כליה בשנה האחרונה, ימנע מלצום בתשעה באב, [לגבי יום כיפור, הדין שונה וקיימות הוראות נפרדות.]

לאחר שנה מתרומת הכליה, אפשר לצום כרגיל כאחד האדם. (כמובן למי שאין לו בעיות מיוחדות חריגות).

<u>לתשומת לב תורמי כליה שצמים</u>

תורמי כליה שעבר עליהם יותר משנה מתרומתם, יכולים לצום אבל ייזהרו שלא להתייבש, לפיכך:

א. יש להימנע ממאמץ גופני גדול.

ב. להשתדל לשהות במקום ממוזג.

ג. להרבות בשתיה לפני הצום ולאחריו.

<u>מושתלי כליה</u>

מושתלים אינם צמים בשום אופן, ועליהם לשתות הרבה כמקובל בכל יום, כמו כן עליהם לאכול ולהקפיד על נטילת כל התרופות.

<u>הנחיות למי שאיננו צם</u>

מי שאינו צם, יכול גם לאכול וגם לשתות כל כמות שירצה, (על אף שמבחינה רפואית די לו בשתיה, מכל מקום מבחינה הלכתית מותר לו גם לאכול) אך ראוי לאכול רק מאכלים פשוטים ולא מטעמים מענגים, כדי להשתתף בצער הציבור.

לעומת תשעה באב, מי שמנוע מלצום ביום הכיפורים, חלים עליו מגבלות שונות של אכילה לשיעורים וכו', עליהם מפורט במסמך נפרד.

<u>שאר דיני התענית</u>

גם הנצרכים לאכול בתשעה באב, אל יתראו בפני הציבור כשהם אוכלים, ולא ינהגו עידונים בעצמם, אלא יאכלו מה שנצרך לבריאות הגוף, ובצנעה, וכל שאר דיני התענית חלים עליהם.

תפלין

מנהג האשכנזים ועוד קהילות, שאין מתעטרים בטלית ותפלין בתשעה באב עד המנחה. מי שנצרך לאכול בתשעה באב בבוקר, יכול לאכול קודם הנחת תפלין, מפני שהכול רגילים להניחן בתפילה ואין חשש שכחה (האדר"ת). משהגיע חצות היום, ראוי שיניח תפילין ואח"כ יאכל, ובמנחה יניחם שוב.

עליה לתורה, 'נחם' ו'עננו'

מי שאוכל בתשעה באב, יכול לעלות לתורה בשחרית, אבל לא יעלה לתורה במנחה – שהיא קריאה שמיוחדת לתענית. (וכן בעל הקורא יהיה מי שמתענה).
מי שאוכל כרגיל מהבוקר לא יאמר 'עננו' בתפילה, אבל אומר 'נחם'.

מי שהתחיל להתענות ולא השלים תעניתו יאמר 'עננו... ביום צום התענית הזה (במקום 'תעניתנו').'

אמרו חז"ל כי בית המקדש חרב, בעוון שנאת חינם. המעשה האצילי של נתינה לזולת ממניע של אהבת ישראל, הינו חלק מהתיקון לסיבת החורבן. יהי רצון שנזכה במהרה לגאולה השלימה ושנזכה בקרוב ויקוים בנו הכתוב (זכריה ח, יט):

כֹּה־אָמַר ה' צבא -ות צוֹם הָרְבִיעִי וְצוֹם הַחֲמִישִׁי וְצוֹם הַשְּׁבִיעִי וְצוֹם הָעֲשִׂירִי יִהְיֶה לְבֵית־יְהוּדָה לְשָׂשׂוֹן וּלְשִׂמְחָה וּלְמוֹעֲדִים טוֹבִים וְהָאֱמֶת וְהַשָּׁלוֹם אֱהֵבוּ:

שבת שלום ומבורך
רחל הבר
וצוות מתנת חיים