

**ערב יום כיפור**

- א. מצווה לאכול בערב יום כיפור ולהרבות באכילה, ונכון לעשות סעודה אחת בפת (חזון עובדיה)
- ב. נוהגים לטבול בערב יום כיפור, מי שאינו יכול לטבול יכול לשפוך על גופו תשעה קבין מים שאובים (12.5 ליטר) ניתן לעשות זאת גם במקלחת, תחת הטוש. (חזון עובדיה)
- ג. נוהגים ללבוש בגדי שבת קודם תפילת מנחה, וכן סעודה מפסקת יאכל בבגדי שבת (מטה אפרים תר"ז)
- ד. המנהג שהאב והאם מברכים את הבנים והבנות קודם שנכנסין לבית הכנסת שבשעה זו חלה כבר קדושת היום ושערי הרחמים נפתחים, ומתפללים בברכה זו שיחתמו הבנים והבנות לחיים טובים ושיהא ליבם נכון ביראת ה'. ומתחננים בבכי ובדמעות שתקובל "(מאמר מרדכי)
- ה. 'ולקדוש ד' מכובד' - זה יום הכיפורים שאין בו לא אכילה ולא שתייה, ו שאין בו רק קדושת ד' ולא עונג גשמי תראה לכבדו בשארי דברים שאתה יכול ולכן תכבדו בכסות נקייה ולובשין בגדים נקיים ומציעים את השולחנות והמיטות (ערוך השולחן תרי)
- ו. נהגו האשכנזים להדליק נר נשמה לכל איש נשוי וכן נר נשמה נוסף לאמו ולאביו במידה ונפטרו בשביל לכפר עליהם, לספרדים מספיק נר נשמה אחד שישמש בשביל ברכת הנר במוצאי יום כיפור. דברים האסורים ביום הכיפורים
- א. יום הכיפורים אסור בחמישה עיניי: אכילה, שתייה, רחיצה, סיכה, נעילת הסנדל ותשמיש המטה.
- ב. רחיצה - רחיצה של תענוג נאסרה. לכן אם נתלכלך צבטיט או שירד לו דם מהחוטם, ירחץ את המקום שהתלכלך ויכון שאינו להנאת רחיצה אלא להעברת הלכלוך.
- ג. הרחקות - אסור ליגע באשתו בין ביום ובין בלילה ונוהגים את ההרחקות הנוהגים בימי נידתה, אולם במקום צורך כגון חולי, יש להקל בנגיעה שאינה של חיבה ובשאר ההרחקות. (מטה אפרים) ובילקוט יוסף כתב שמעיקר הדין יש איסור תשמיש המיטה ומחמירים גם בנגיעה אולם בשאר הרחקות ניתן להקל.

דיני קטנים

- א. יש לחנך את הקטנים שלא לנעול נעלי עור מגיל 6, למטה מגיל זה, במידה ויש אפשרות לנעול להם נעלי בד ראוי שלא ינעלו נעלי עור.
- ב. קטן למטה מגיל 9 אסור לו להתענות ואם מתענה מוחין בידו.
- ג. קטן בריא מעל גיל תשע, או כחוש מעל גיל עשר וכן קטנה יש לחנכם ל'תענית שעות', כלומר שאין מניחים אותם לאכול כהרגלם, אלא ימתינו כשעה אחר הזמן שרגילים לאכול בו, ולפי כוחם מוסיפין לענות אותם בשעות. אולם לא יאחרו מלאכול ארוחת צהרים.



ד. בזמננו אין הקטנים משלימים תעניתם עד הגיעם למצוות (הליכות שלמה פ"ו) דיני חולה

חולים

א. חולה הצריך לאכול ביום כיפור על פי הוראת רופא אינו רשאי להחמיר על עצמו שלא לאכול ואל יצטער על זה מפני שיש לו ציווי מהשי"ת שלא לצום, וכן אם אינו יכול להתפלל אל יצטער כי השליח ציבור מוציא כל אחד (נטעי גבריאל פרק ל"ט)

ב. יש להתיעץ עם מורה הוראה מספר ימים לפני יום כיפור על מנת שיהיה אפשר לברר את המציאות ולהתכונן אליה באופן מיטבי.

ג. בליעת תרופה לחולה שאין בו סכנה- תרופה מרה מותר לבלוע, תרופה שאין טעמה מר יעטוף בנייר

דק ויבלע עם הנייר, אם אינו יכול לקחת התרופה ללא משקה יבלענה עם מעט משקה שטעמו פגום (לדוגמא מים עם מעט סבון, מלח או תה קמומיל חזק)(הליכות שלמה ה,ח)

ד. מעוברת ומניקה שחוששת מהצום תתייעץ עם מורה הוראה לפני הצום.

ה. חולה שצריך לאכול אם מספיק לו לאכול ל"שיעורין" אז יאכל וישהה פחות משיעור שיש בו חיוב כרת לבריא.

ו. שתיה - השיעור הוא 'מלוא לוגמיו' ונמדד לכל אחד לפי גודלו. כיצד מודדים? ימלא את פיו במים כפי יכולתו, חצי מכמות זו היא וודאי פחות ממלוא לוגמיו (באדם בינוני כ-40 סמ"ק לפחות) יש למדוד לפני יום כיפור. לכתחילה יש להפסיק בין שתיה לשתיה תשע דקות, במקרה הצורך אפשר לרדת עד להפסקה של שתי דקות. במידה וצריך לשתות הרבה בזמן מועט יש להפסיק עשר שניות בין שתיה לשתיה.

ז. אכילה - השיעור הוא 'ככותבת הגסה' והוא שיעור קבוע לכל אדם. אשכנזים משערים על פי נפח ויאכל פחות 30 סמ"ק. ספרדים נהגו לשער על פי משקל ויאכל פחות 30 גרם) שלושת רבעי פרוסת לחם פרוס היא פחות מככותבת הגסה לשתיה השיטות) לכתחילה יש להפסיק בין אכילה לאכילה תשע דקות במידה וזה לא מספיק אפשר לרדת עד להפסקה של שתי דקות בין אכילה לאכילה.

ח. אוכל ושתיה אינם מצטרפים לשיעור.

ט. במידה ושני רופאים אומרים שעל החולה לאכול ולעומתם יש מאה רופאים אחרים שאומרים שאינו צריך וגם החולה אומר שאינו צריך לאכול אנו שומעים לרופאים שאומרים שצריך לאכול ביום הקדוש שכן אנו מחמירים גם בספק פיקוח נפש.

סדר היום



א. בתפילת מנחה קוראים בתורה פרשת עריות מפני שנפשו של אדם מחמדתו, ואם יש אחד שנטמא

יחזור בתשובה. (משנ"ב תרכ"ב ו') חלק מתיקוני התשובה בדורינו הוא התקנת תוכנות לסינון אתרים מתכנים לא צנועים באינטרנט הביתי ובכל המכשירים הסלולריים.

ב. תפילת נעילה - כשמגיע ל'וכתוב' יאמר 'וחתום' וכן יאמר 'בספר חיים וכו' נזכר ונחתם'. כי בנעילה הוא חתימת הגזר דין שנכתב בראש השנה על בני אדם לטוב או לרע ויזדרז מאד בתפלה זו כי תכלית כל העשרת ימי תשובה הוא יום הכיפורים ותכלית תיום הכיפורים הוא תפלת נעילה שהכל הולך אחר החיתום ואם לא עכשיו אימתי, ולכן אף אם חלשהוא מחמת התענית מכל מקום יאזור כגבור חלציו להתפלל במחשבה זכה וברורה ולקבל על עצמו גדרי התשובה באמת והבא לטהר מסייעין אותו ויחתם בספר חיים טובים.

ג. אוכלים ושמחים במוצאי יום הכפורים על פי המדרש שבת קול יוצאת במוצאי יום הכיפורים ואומרת 'לך אכול בשמחה לחמך' וכך כתב בספר סדר היום: "ויסדר שולחנו ויאכל בשמחה ובטוב לבב כי שמחו אלקים בתתו לו את היום הקדוש הזה שעבר עליו ובו נמחלו עונותיו בחמלת ה' עליו ויהיה מובטח בחסדי אל שיצא משפטו לאור ומכאן והלאה ישמור עצמו מכל שגיאה ועוון