

Gluten-Free Matzah: Paradox or Panacea<sup>1</sup>  
Night Seder Chabura  
R' Shmuel Lesher



**Part 1 - The Mitzvah To Eat Matzoh**

**1. Shemot 12:15-18**

**15** Seven days shall ye eat unleavened bread; howbeit the first day ye shall put away leaven out of your houses; for whosoever eateth leavened bread from the first day until the seventh day, that soul shall be cut off from Israel.

**טו** שבעת ימים מצות תאכלו אך ביום הראשון תשביתו שאר מבתיכם כי כל אכל חמץ ונקרתה הנפש ההוא מישראל מיום הראשון עד יום השביעי.

**16** And in the first day there shall be to you a holy convocation, and in the seventh day a holy convocation; no manner of work shall be done in them, save that which every man must eat, that only may be done by you.

**טז** וביום הראשון מקרא קדש וביום השביעי מקרא קדש יהיה לכם כל מלאכה לא יעשה בהם אך אשר יאכל לכל נפש הוא לבדו יעשה לכם.

**17** And ye shall observe the feast of unleavened bread; for in this selfsame day have I brought your hosts out of the land of Egypt; therefore shall ye observe this day throughout your generations by an ordinance for ever.

**יז** ושמרתם את המצות כי בעצם היום הזה הוצאתי את צבאותיכם מארץ מצרים; ושמרתם את היום הזה לדורותיכם חקת עולם.

**18** In the first month, on the fourteenth day of the month at even, ye shall eat unleavened bread, until the one and twentieth day of the month at even.

**יח** בראשון בארבעה עשר יום לחדש בערב תאכלו מצות עד יום האחד ועשרים לחדש בערב.

<sup>1</sup> Title and material taken from Rabbi Noach Goldstein's Shabbos HaGadol Drasha at the Jewish Center (5779).

## 2. Mechilta (Masechta Di-Pischa, Parsha 8)

שבעת ימים מצות תאכלו. לעשות הראשון חובה ושאר הימים רשות. אתה אומר לעשות הראשון חובה ושאר הימים רשות או אינו אלא לעשות הראשון רשות ושאר הימים חובה? ת"ל בראשון בארבע עשר יום לחדש בערב תאכלו מצות הכתוב קבעו חובה.	“Seven days shall ye eat unleavened bread” – <u>Meaning the first day is obligatory and the remaining days are optional.</u> You claim to make the first day obligatory and the remaining days optional; perhaps it means to make the first day optional and the remaining days obligatory? Learn from “On the fourteenth day of the month at even, ye shall eat unleavened bread” that Scripture establishes this as obligatory.
---	---

## 3. Rambam, *Hilkhot Chametz u-Matzah*, 6:1

מצות עשה מן התורה לאכול מצה בליל חמשה עשר שנאמר + שמות י"ב+ בערב תאכלו מצות, בכל מקום ובכל זמן, ולא תלה אכילה זו בקרבן הפסח אלא זו מצוה בפני עצמה ומצוה כל הלילה, אבל בשאר הרגל אכילת מצה רשות רצה אוכל מצה רצה אוכל אורז או דוחן או קליות או פירות, אבל בליל חמשה עשר בלבד חובה ומשאל כזית יצא ידי חובתו.	<u>The Torah commands us to eat matzah on the night preceding the fifteenth day of Nisan</u> , as it is written: "In the evening, you shall eat unleavened bread" (Exodus 12:18), everywhere and throughout time. This consumption does not depend on the paschal sacrifice, rather it is an independent commandment lasting the entire night. <u>However, for the rest of the festival, eating matzah is optional: if he wants he may eat matzah, and if he wants he may eat rice or millet or nuts or fruits.</u> But on the night of the fifteenth alone it is obligatory, and once he has eaten the size of an olive he has fulfilled his duty.
--	---

## 4. Shulchan Arukh, O.C. 475:1

יטול ידיו ויברך על נטילת ידים ויקח המצות כסדר שהניחם הפרוסה בין שתי השלימות ויאחזם בידו ויברך המוציא ועל אכילת מצה, ואחר כך יבצע מהשלימה העליונה ומהפרוסה משתיהן יחד... ויאכלם בהסיבה ביחד כזית מכל אחד ואם אינו יכול לאכול כשני זיתים ביחד יאכל של המוציא תחלה ואחר כך של אכילת מצה. ואחר כך יקח כזית מרור... ואחר כך נוטל מצה שלישית ובוצע ממנה וכורכה עם המרור וטובלה בחרוסת ואומר זכר למקדש כהלל, ואוכלן ביחד בהסיבה...
---

## 5. Magen Avraham 482:1

<u>חולה שאינו יכול לאכול כ"א כזית מצה, או שאין לו אלא כזית מצה, יאכל תבשילו בלא המוציא, ואחר סעודתו יברך המוציא ועל אכילת מצה, ויאכל כזית... אבל אם אין לו ג"כ יין, א"כ צריך לקדש על המצה תחלה ואח"כ יאכל תבשילו.</u>	<u>An ill person who cannot eat more than one olive-size of matzah, or who only has one olive-size of matzah should eat his meal without saying <i>ha-motzi</i>, and then after his meal he blesses <i>ha-motzi</i> and <i>al akhilat matzah</i> and eats the olive-size.</u> But if he does not have wine then he must first make <i>kiddush</i> on the matzah, and then eat his meal.
---	---

## Part 2 - Problem 1: Non-Wheat Matza?

### 6. Mishna, Pesachim 2:5

אלו דברים שאדם יוצא בהן ידי חובתו בפסח: בחטים, בשעורים, בכסמין ובשיפון ובשבלת שעל	These are the [grains] with which a person may discharge his [obligation to eat matsa] on Pesach: with wheat, with barley, with spelt, and with rye, and with oats.
---	---

## 7. Shulchan Arukh 453:1

אלו דברים שיוצאים בהם ידי חובת מצה: בחטים, ובשעורים, ובכוסמין, ובשבולת שועל, ובשיפון.

These are the [grains] etc.

והמנהג ליקח לכתחלה חטים (מהרי"ל). The custom is to ideally take wheat. (Maharil)

## 8. Mishna Berura ad loc.

משום דהוא חביב לאדם ביותר, ואיכא משום הידור מצוה. ואם אין לו חטים, יקח למצות מאחד מהארבעה מינים החשוב לו ביותר, כדי שיאכל לתאבון. (חק יעקב וחמד משה והגר"ז)

Because it is more precious to people, and so one fulfills "beautifying the commandment." But if he does not have wheat, he takes whichever of the other four grains is most desirable to him, in order to eat with an appetite.

## 9. Rabbi Dovid Cohen, "Celiac: A Guide to Mitzvah Observance"

However, Maharsham suggests that a second reason for the *minhag* is based on the Gemara which indicates that the *chimutz*-process for some grains is different than for wheat, and we should therefore only bake matzah from the grain with which we have the most experience (i.e. wheat). Based on this, Minchat Yitzchak says that one should not produce matzot from non-wheat grains even for those who are unable to eat wheat matzah.

Although the responsum ends on a strict note, Rabbi Kestenbaum reports that when Dayan Weiss was informed that there are some people who are so allergic as to be unable to eat wheat matzah under any condition, he agreed that such people were permitted to eat oat matzot. This leniency is quite understandable in light of Ramo/Maharsham merely reporting a *minhag* to use wheat only; the leniency is even more appropriate regarding the oat matzot made by Rabbi Kestenbaum, since, in fact, he now has many years of experience working with oats and preventing them from becoming *chametz*.

## Part 3 - Matzah that Does Not Become Chametz

### 10. Pesachim 35a

מנהגי מילי? אמר רבי שמעון בן לקיש וכן תנא דבי רבי ישמעאל וכן תנא דבי רבי אליעזר בן יעקב: אמר קרא "לא תאכל עליו חמץ; שבעת ימים תאכל עליו מצות" – דברים הבאים לידי חימוץ אדם יוצא בהן ידי חובתו במצה, יצאו אלו שאין באין לידי חימוץ אלא לידי סירחון.

Only these [are fit], but not rice or millet. Whence do we know it? — Said R. Simeon b. Lakish, and thus the School of R. Ishmael taught, and thus the school of R. Eliezer b. Jacob taught, Scripture saith, Thou shalt eat no leavened bread with it, seven days shalt thou eat unleavened bread therewith: [with regard to] commodities which come to the state of leaven, a man discharges his obligation with unleavened bread [made] thereof; thus these are excluded, which do not come to the state of leaven but to the state of decay.

### 11. Rambam, *Hilkhot Chametz u-Matza* 6:5

מצה שלשה במי פירות יוצא בה ידי חובתו בפסח, אבל אין לשיין אותה בין או שמן או דבש או חלב משום לחם עוני כמו שבארנו, ואם לש ואכל לא יצא ידי חובתו.

One may discharge his obligation with matzah that was kneaded with fruit juice, but one may not knead with wine, oil, honey, or milk, because it must be "poor bread" as we have explained. If he did knead [with one of these] and eat he has not fulfilled his obligation.

## 12. Milchamot Hashem (Ramban) Pesachim 10b

ואם בלא מים תיפוק ליה משום שכל שאינו בא לידי חימוץ אין יוצאין בו במצה	If [he did not knead with water] then we apply the principle "anything that cannot come to the state of leaven cannot be used for matzah."
---	--

## 13. Rabbi Dovid Cohen - ibid.

This *machloket* is relevant to oat matzot, because oats are different than other grains in that they must be heat-treated before being stored. **After that treatment they are unable to become chametz** (as per Gemara, *Pesachim* 39a). If so, according to the understanding of Ramban (that one may only use matzot made from a mixture which could become *chametz* if left alone for long enough), **oat matzot would not seem to be acceptable for use at the Seder**, since heat-treated oats cannot become *chametz* even if they are mixed with water! (This concern would not apply to spelt matzah, which may be a solution for some people who are allergic to wheat.)

Thus, it turns out that using oat matzot at the Seder depends on whether one follows the opinion of Rambam or Ramban. Which opinion is accepted? A number of *Acharonim*, including *Pri Megadim* and *Gra"z* (both of whom seem to be based on *Magen Avraham*), appear to follow the strict opinion of Ramban. *Chayei Adam* cites a number of proofs to Rambam's position, and concludes his discussion with the statement that one may rely on Rambam in *sha'at had'chak* (a time of urgent need). This statement indicates that he prefers the strict opinion wherever possible.

**The reticence of Poskim to rely on the lenient opinion is mirrored in Shevet HaLevi who, in a teshuvah written to Dayan Asher Westheim, the certifying rabbi for Rabbi Kestenbaum's oat matzot, notes that in cases of great need a celiac may rely on Chayei Adam/Rambam and eat oat matzot at the Seder (but should have someone else recite the beracha of al achilat matzah for him).**

In recent years, however, another group, known as the Lakewood Matzah Bakery, has begun producing gluten-free oat matzot which avoid rancidity without ever heat-treating the oats. These matzot are free of the above concern and may definitely be used at the Seder even according to Ramban.

## Part 4 - Problem 3: What is "שיבולת שועל"?

### 14. Pesachim 35a

תנא: כוסמין מין חיטין; שיבולת שועל ושיפון מין שעורין. כוסמין – גולבא; שיפון – דישרא; שיבולת שועל – שבילי תעלא. הני אין אורז ודוחן לא.	A Tanna taught: Kusmin [spelt] is a species of wheat; oats and rye are a species of barley; kusmin is gulba; shipon is dishra; shibolet shu'al is foxears. Only these [are fit], but not rice or millet.
מנהני מילי? אמר רבי שמעון בן לקיש וכן תנא דבי רבי ישמעאל וכן תנא דבי רבי אליעזר בן יעקב: אמר קרא "לא תאכל עליו חמץ; שבעת ימים תאכל עליו מצות" – דברים הבאים לידי חימוץ אדם יוצא בהן ידי חובתו במצה, יצאו	Whence do we know it? – Said R. Simeon b. Lakish, and thus the School of R. Ishmael taught, and thus the school of R. Eliezer b. Jacob taught, Scripture saith, Thou shalt eat no leavened bread with it, seven days shalt thou eat unleavened bread therewith: [with regard to] commodities which come to the state of leaven, a man discharges his obligation with unleavened bread [made] thereof; thus these are excluded,

אלו שאין באין לידי חימוץ אלא לידי סירחון.	which do not come to the state of leaven but to the state of decay.
מתניתין דלא כרבי יוחנן בן נורי דאמר אורז מין דגן הוא וחייבין על חימוצו כרת דתניא רבי יוחנן בן נורי אוסר באורז ודוחן מפני שקרוב להחמיץ	Our Mishnah does not agree with R. Johanan b. Nuri, who maintains: Rice is a species of corn, and kareth is incurred for [eating it in] its leavened state. For it was taught: R. Johanan b. Nuri prohibits [the use of] rice and millet, because it is near to turn leaven.

### 15. Talmud Yerushalmi, Challah 1:1

<p><b>מתני'</b> חמשה דברים חייבין בחלה החיטים והשעורים והכוסמין ושיבולת שועל והשיפון...</p> <p><b>גמ'</b> חמשה דברים חייבין בחלה כו' כתי' [במדבר טו יט] "והיה באכלכם מלחם הארץ תרימו תרומה לה". יכול יהו כל הדברים חייבין בחלה ת"ל מלחם ולא כל לחם. אם מלחם ולא כל לחם. אין לי אלא חטין ושעורין בלבד. כוסמין שובולת שועל ושיפון מניין? ת"ל [שם כ] "ראשית עריסותיכם" ריבה. וריבה הכל! .... ואבא הוה אמר ליה בשם רבי ישמעאל אומר <u>נאמר לחם בפסח ונאמר לחם בחלה. מה לחם שנאמר בפסח דבר שהוא בא לידי מצה וחמץ. אף לחם שנאמר בחלה דבר שהוא בא לידי מצה וחמץ. ובדקו ומצאו שאין לך בא לידי מצה וחמץ אלא חמשת המינים בלבד. ושאר כל הדברים אין באין לידי מצה וחמץ אלא לידי סירחון.</u></p>	<p><b>Mishna</b> Five species are obligated in <i>challah</i>: Wheat, barley, spelt, oat, and rye.</p> <p><b>Gemara</b> Scripture states "When you eat from the bread of the land, you shall set apart a portion for a gift unto the LORD." It could have been that everything would be obligated in <i>challah</i>; but we derive "From the bread" and not "all the bread". But if so then we only know about wheat and barley; what about spelt, oat, and rye? We derive from "The first of your dough" to include. But then it should include everything!</p> <p>Abba quoted R. Yishmael as saying: Scripture states "bread" in the context of Passover and "bread" in the context of <i>challah</i>. <u>Just like bread for Pesach is something that can become either unleavened or leavened bread, so too "bread" in the context of <i>challah</i> is something that can become either unleavened or leavened bread. They investigated and discovered that you can only make both unleavened and leavened bread from these five species.</u> All other species do not become unleavened or leavened bread, rather they decay.</p>
---	---

1. **Common wheat** (*Triticum aestivum*) - חטה
2. **Barley** (*Hordeum vulgare*) - שעורה
3. **Rye** (*Secale cereale*) - שיפון
4. **Oat** (*Avena sativa*) - שיבולת שועל (Possibly)
5. **Spelt** (*Triticum spelta*) - כוסמין

### 16. Rashi, Pesachim 35a

שיבולת שועל – אבינא, שיבולת שלה עשוי כזב שועל. שיפון – שיגל"א
--

### 17. Rabbeinu Gershom, Menachot 70b

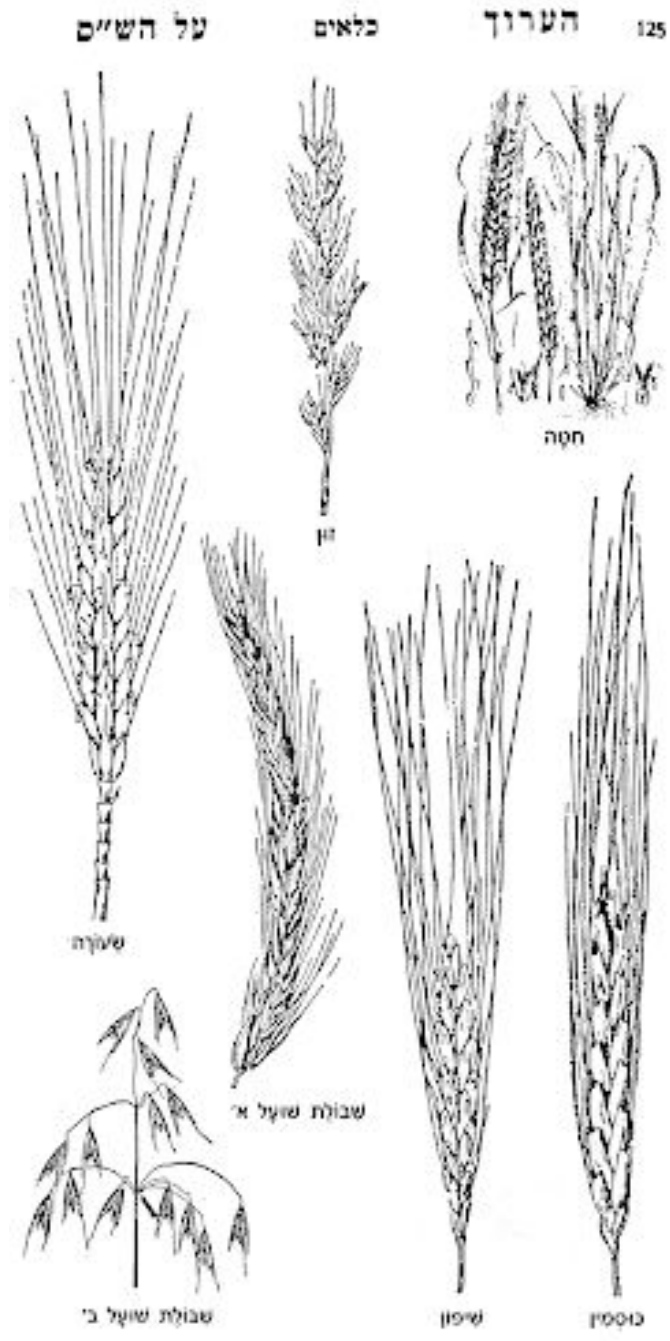
דשרא. שיגלא בלשונם: שבולי תעלא. אבינא:
---

**18. Rambam, *Peirush ha-Mishnayot*, Kilayim 1:1**

ושבולת שועל – "סנבל אלת'עלב", והיא שעורה המדברית.

19. Sefer ha-Arukh (R. Natan of Rome, 1035-1106)

הזרעם. (זבין)  
 השעורים ושבולת שועל - פי' סיגאלא, וי"א: ווינה העשויה כזנב  
 שועל<sup>ג</sup>. (שבל ג)



20. Professor Yehuda Felix, "הצומח והחי במשנה" (p. 155)

שִׁבּוּלַת שׁוּעַל



תמונה קמא  
שבולת שועל  
שעורה דו־טורית  
*Hordeum distichum*  
— אנגלית —  
Two Rowed Barley  
משפחת הדגניים  
Gramineae

שִׁבּוּלַת שׁוּעַל

מחמשת מיני הדגן. כימינו מכנים בשם זה את הדגן המשמש כמספוא ולהכנת קוואקר (ר' תמונה קעג). ברם החוקרים מטילים ספק גדול אם אמנם גידלו צמח זה בארץ בתקופה העתיקה. זיהוי זה אינו מתיישב עם ההלכה המונה שיבולת שועל ושעורים כמין אחד לדיון כלאים, בעוד שאלה שני מינים שונים מאד. בירושלמי (חלה פ"ח ה"ח נו ע"ב) מציין ר"ש בן נחמן שיבולת שועל "שהיא עשויה כשורה"/ כלומר כמין סרגל. תיאור זה, וכן שאר התיאורים בהלכה מצביעים על זיהוי שיבולת שועל לשעורה הדו־טורית. זיהוי זה הובא בפירושו למשנה של רבי נתן אב הישיבה. דגן זה, ששרידיו נמצאו לאחרונה בחפירות שבסביבות עין גדי, משמש גם כימינו בעשית הבריה.

07.06.2018/10/11

- 1 השעורים ושבולת־שועל . . . אינן כלאים זה בזה. כלאים א, א
- 2 חמשה דברים חייבים בחלה . . . ושבולת־שועל ושיפון. חלה א, א
- 3 אלו דברים שאדם יוצא בהן יצי חובתו בפסת . . . ובשבולת־שועל ובשיפון. פסחים ב, ה



### 21. Mishna, Kilayim 1:1

החטים והזונין אינן כלאים זה בזה. השעורים ושבלת שועל, הכסמין והשיפון, הפול והספיר, הפרקדן והטופח, ופול הלבן והשעועית, אינן כלאים זה בזה.	Wheat and darnel [rye grass] are not <i>kilayim</i> . <u>Barley and oats</u> [together], spelt and rye, beans and chickpeas, small peas and sweet peas, white beans and kidney beans are not <i>kilayim</i> one with the other.
---	---

### 22. Talmud Yerushalmi, Challah 1:1

שורה – 'שורה' – זו שכולת שועל. ולמה נקרה שמה שורה? שהיא עשויה כשורה.	“Row”: This is <i>shibbolet shual</i> . Why is it called “row”? Because it is made in a row.
---	--

### 23. Rabbi Dovid Cohen - ibid.

**In recent years, this translation was challenged by Dr. Yehudah Felix, an Israeli botanist, who argued that oats did not grow in Eretz Yisroel at the time of the Mishna.** Furthermore, he cited other indications that oats could not possibly be one of the five grains discussed in the Mishna, which have a unique halachic status. According to Dr. Felix's position, oats **cannot** be used for matza, and the other halachot of the five grains (challah, berachot, chametz) do not apply to them. [**His position, that oats, which are relatively gluten-free, are not one of the five grains, would seem to dovetail with those who suggest that the presence of significant amounts of gluten is what differentiates the five grains from rice, corn, and other "grains".**] This suggestion was widely rejected by all contemporary Poskim, including Rav Moshe Feinstein, Rav Elyashiv (both cited by Rav Ephrati at the end of his article in Mesorah 13), and Rav Yosef Dov Soloveitchik (see M'pninei haRav p 69) based on our age-old tradition that שכולת שועל is oats. Additionally:

- Dr. Mordechai Kislev (Sefer HaYovel, Mincha L'Ish pp 155-168 & 179-185) disputes Dr. Felix's archeological and other proofs, on academic grounds.
- Dr. Munk (Techumin I pp 97-100) suggests that what differentiates the five grains from all others is that they contain beta-amylase (which oats do contain), which allows the fermentation to occur before the proteases cause the grains to go rancid.
- Rav Ephrati (ibid.) and Rabbi Kestenbaum (Sefer HaYovel ibid pp.169-170) report that they tested oats and have found that they can become chametz (as the five grains are supposed to) and do not become rancid (as other grains are supposed to).

24. Rabbi Yosef Dov Soloveitchik, M'pninei HaRav (p. 69)

ברכות הנהנין: א] אחד מן התלמידים הראה לרבנו את באור המשניות החדש לסדר זרעים אשר נזכר שם שעל שיפון ועל שיבולת שועל יש שמסתפקים לומר שאינם מחמשת מיני דגן, ושהמורגל בפי העולם – טעות הוא. ורבנו השליך את הספר מידיו על השלחן בקפידא, ואמר שלא ניתן להאמר דבר שכזה, וחזר על יסודו של הרב בית הלוי שזיהוי המינים (דחלזון, ואורז, ומיני דגן) תלוי במסורה של כלל ישראל, ולא מהני לזה הוכחות מדעיות. (עיין נפש הרב, עמ' נ"ג.) [כן כתב רי"ס במאמרו בעתון (האנגלי) "הפרעס היהודי", אייר, תשמ"ח.]

25. Or Yitzchak 1:60 (Rabbi Yitzchak Abadi, b. 1933)

### ברכת קוואקר

שאלת: קוואקר עם תפוחים (טחונים), יש הרבה מהתפוחים, איזה ברכה ראשונה יברך, ואיזה ברכה אחרונה.

תשובה: דעתי נוטה שאוטמיל (קוואקר) אינו מין דגן וברכתו בורא פרי האדמה, ולכן בנתערב עם תפוחי עץ אזלינן בתר העיקר או הרוב. ל

### Part 5 - Illness and Matzoh

26. Rabbi Dovid Cohen - ibid.

A person is not required to spend more than 1/5 of his money to fulfill a positive biblical mitzvah, such as lulav or matzah. **What if eating matzah will make the celiac sick to the point that he/she will become a *choleh she'ain bo sakanah* (Illness that temporarily incapacitates)? Is that justification for that person not to perform the mitzvah?** A number of Acharonim discuss this question, as follows:

- *Maharam Schick* discusses whether a *choleh* who eats matzah or marror against the doctor's orders can recite a *beracha*, and appears to hold that if there is no *sakanah* one **must** perform the mitzvah even though it would make him sick.
- *Birkei Yosef* appears to hold that a *choleh she'ain bo sakanah* is exempt from positive biblical mitzvot, where performing the mitzvah exacerbates or causes his sickness.
- *Aishel Avraham* suggests that there is no special leniency for a sick person except that if the person would be willing to pay 1/5 of his money to avoid the illness caused by fulfilling the mitzvah, then he is excused from performing that mitzvah.
- *Binyan Shlomo* suggests that hurting one's body is considered worse than spending one's money, and inasmuch as one is not required to spend more than 1/5 of his money for a positive mitzvah, he is also not required to make himself a *choleh sh'ain bo sakanah*).

## 27. Sheilot u-Teshuvot Minchat Asher, 3:42 – “A Sick Person and the Mitzvot of the Festivals” (Rabbi Asher Weiss, b. 1953)

נראה דמ"מ דוחה קיום מצות עשה. וביותר נראה כן לפי מש"כ הש"ך ביו"ד (סימן קנ"ז סק"ג) להקל אף בדאורייתא בסכנת אבר, ע"ש.

ג. חולה שאב"ס.

**נראה** עיקר דפטור מן המצוות אם על ידי קיומן יפול למשכב, אך מ"מ רשאי הוא להתמיר ואפשר דאף מדת חסידות היא, ונראה לכאורה דיכול לברך על המצוה.

ד. צער בעלמא. חייב לדחוק עצמו וכמבואר בשו"ע לגבי המצטער בשתיית היין דצריך לשתות ארבע כוסות, כמבואר.

**תמצית** הדברים. ארבע מידות יש כדין חולה במצוות:

א. חולה שיש בו סכנה. אסור לו לאדם לקיים מצוה אם עי"כ יכנס לסכנה, ואף אם סכנה רחוקה היא דאם מותר לו לעבור על כל הלאוין שבתורה בשביל פקוד"נ ק"ו שמבטל מצות עשה. ואם בירך על המצוה ברכתו לבטלה.

ב. סכנת אבר או כל נזק בלתי הפיך.

**נראה** לענ"ד דאף בזה אסור לו להתמיר, ואף דאין סכנת אבר דוחה חילול שבת דאורייתא כמבואר בשו"ע (או"ח סימן שכ"ח ס"ז)

28. Ibid. 3:43 – “Celiac and the Mitzva of Matza”

**ומשו"ב** נראה דיש עליו להתייעץ אם רופאיו  
ואם יתברר דאף כזית מצה עלול  
לגרום לו נזק בלתי הפיך במערכת כלשהי אסור  
לו להחמיר בזה. אך אם יתברר כפי שמסתבר  
דאכילת כזית לא יזיק לו, אם עכ"פ יפול למשכב  
ויסבול כאבים גדולים, פטור הוא אך רשאי הוא  
להחמיר, ואם כל החשש אינו אלא לכאב ראש או  
בטן ברמה סבירה חייב הוא לדחוק עצמו.

**אם** יכול הוא לאכול רק כזית לא יאכל בתחילת  
הסעודה אלא באפיקומן שהרי אם יאכל רק  
בתחילת הסעודה אסור לו שוב לאכול שהרי אין  
מפטירין אחר הפסח אפיקומן, ועוד דצריך לאכול  
על השובע וכמ"ש המגן אברהם (בסי' תפ"ב סק"א)  
ומשנ"ב (ס"ק ו'), אך לא ירבה באכילה כדי שיאכל  
מצה לתיאבון.

**ועוד** יש לו לדעת שמעיקר הדין יכול הוא להקל  
בשיעור כזית, דאף השיעורים הקטנים של  
הגר"ח נאה יש בהם חומרא, ובשעה"ד כבני"ד  
יכול לסמוך דשיעור כזית הוא כזית בינוני

בזמנינו, והחזו"א לקח לשאר המסובים לכזית  
חתיכת מצה כגודל כף ידו כמ"ש בארחות רבנו  
(ח"ב אות ל"ו-מ"ו), וכך נהג האבני נזר כעדות  
תלמידו הגדול בעל שו"ת ארץ צבי (ח"א סימן כ"ב).

