

Introduction

1. Rabbi Eliezer Waldenberg (20th century Israel), Tzitz Eliezer 8:15:15

בנוגע לקיחת כדורי סליקט לשינה בשבת... השיב לו על כך הרה"ג דוד צבי האפמאנן, וכותב וז"ל: בנוגע לתרופות לשינה אינני רואה הבדל בין סמי שינה ובין תרופות אחרות, סמי שינה משקיטים את העצבים בזמן שתרופות אחרות משקיטים חלקים אחרים של הגוף...

The Challenges Involved

2. Kirsten Weir, *The Roots of Mental Illness*, Amer. Psychological Assoc., Monitor on Psychology, June '12

Diagnosing mental illness isn't like diagnosing other chronic diseases. Heart disease is identified with the help of blood tests and electrocardiograms. Diabetes is diagnosed by measuring blood glucose levels. But classifying mental illness is a more subjective endeavor. No blood test exists for depression; no X-ray can identify a child at risk of developing bipolar disorder. At least, not yet.

Thanks to new tools in genetics and neuroimaging, scientists are making progress toward deciphering details of the underlying biology of mental disorders. Yet experts disagree on how far we can push this biological model. Are mental illnesses simply physical diseases that happen to strike the brain? Or do these disorders belong to a class all their own?

Level 1: Concern for Self-Harm

3. Talmud, Taanit 22b; Rashi

יחיד שנרדף מפני נכרים או מפני לסטין ומפני רוח רעה על כולן יחיד רשאי לסגף את עצמו בתענית
מפני רוח רעה - שנכנס בו רוח שידה, ורץ והולך, ושמא יטבע בנהר או יפול וימות.

4. Rabbi Meir HaKohen of Rothenburg (13th c. Germany), Hagahot Maymoniyot to Hilchot Maachalot Asurot 14:15

שאלו לרבי על נכפה אחד והיה רוצה עכו"ם אחד לרפאותו ולהאכילו מאכל אחד לרפואה שנראין הדברים שיש בו שרץ העוף לפי הענין, והשיב כי נכפה חולי גדול וכמכה של חלל דמי ופעמים שמסתכן ונופל באור או במים ומותר אם הרפואה ידועה

5. Rabbi Moshe Feinstein (20th century USA), Igrot Moshe Yoreh Deah 2:59

אולי יש לדון מצד מחלתו: אם יאמרו הרופאים שיש בזה ענין פקוח נפש, כגון דעלול מזה להרוג את עצמו באם יהיה לו איזה צער, או דיעבור על דברים שאסורים גם בדיני המדינה ולא ישמע להפאליס ויריב עמם עד שיבא מזה שיהרגוהו, או שיאמרו דעצם המחלה היא סכנה שבאה לו מקלקול שבמוחו וא"א לרפאותו אלא במקום ההוא

6. Rabbi Moshe Feinstein (20th century USA), Igrot Moshe Even haEzer 1:65

הנה ודאי צדק כתר"ה ששטות הוא ענין סכנה לא רק לעצמה אלא גם להילדים הקטנים שאף מי ששטותו אינו לעשות רע, אפשר להתהפך שתוצאה לעשות רעה לעצמה ולהילדים ח"ו ואי אפשר להעמיד שומרים על זה. ולכן יש להתיר לה לשמש במוך...

7. Talmud, Nedarim 80b

מעייין של בני העיר, חייהן וחיי אחרים חייהן קודמין לחיי אחרים. בהמתם [ובהמת אחרים בהמתם] קודמת לבהמת אחרים. כביסתן וכביסת אחרים. כביסתן קודמת לכביסת אחרים. חיי אחרים וכביסתן חיי אחרים קודמין לכביסתן. רבי יוסי אומר כביסתן קודמת לחיי אחרים.

8. Rabbi Isser Yehudah Unterman (20th century England, Israel), HaTorah v'HaMedinah 4 pp. 26-27

ובהעמק שאלה מפרש כי פלוגתתם תלויה בפלוגתת בן פטורא ורע"ק... תפלאים בעיני הדברים מאד, כי אי אפשר לומר דכאן מיירי בסכנת נפש ממש שהאחרים ימותו בצמאון, דהאיך יתכן הדבר שר' יוסי יאמר כי כביסתן קודמת לחיי אחרים? ואעפ"י דערבוביתא דמאני מביאה לידי שעמום, מ"מ אין זה כלל וכלל בגדר סכנה קרובה ולא נחשבה אפילו לספק סכנה אלא לדבר שיכול להסתעף ולבוא לסכנה...

9. Rabbi Moshe Sofer (18th century Pressburg), Chatam Sofer Orach Chaim 83

מ"מ בהא סלקינן דלרוב הפוסקים משמע בפשיטות דבמה שמעמידו אצל נכרים אינו כמאכילו בידים... א"כ הכי שרי ובתנאי שכשיגיע לבן י"ג שנים ויום א' יוציאוהו משם עכ"פ.

10. Tori deAngelis, *A New Look at Self-Injury*, APA Monitor on Psychology July-August 2015

So having interviewed all of her self-injuring research participants in detail, she returned to her notes in search of clues. That's when one factor stood out: How often they spontaneously described themselves as being "bad," "defective" or "deserving of punishment." "It was as if harming themselves or experiencing pain was somehow congruent with their highly negative self-image," she explains.

11. Rabbi Yechiel Michel Epstein (19th-20th century Lithuania), Aruch haShulchan Orach Chaim 320:26

ודורס האדם שלג ברגליו ואינו חושש ואף על פי שלא ימלט דדרך דריכתו נימס מעט שלג מ"מ כיון דזהו דרך הלוכו לא שייך לאסור בזה וא"כ נהיה סגורים בבתינו כל ימי החורף ולא גזרו בזה...

12. Rabbi Ovadia Yosef (20th century Israel), Yabia Omer 3:Yoreh Deah 23

ראיתי להגרא"י אונטרמן שליט"א בשבט מיהודה (עמ' שיד) שאחר שחילק בין סומא לנכפה כאמור כתב בזה"ל, שוב התבוננתי כי אין לחלק בין זל"ז ויש סכנה ממשית גם לסומא, ולכן מקרי פקוח נפש לרפאתו מעירון, משום שלא יתכן שהסומא ישב תמיד בבית, וכשעובר ברחוב אורבות לו סכנות שונות, וגם צריך לעלות ולרדת במדרגות ואין הסכנה נמנעת...

Level 2: Mental illness can lead to death

13. Rabbi Dr. Judah L. Goldberg, *Towards a Jewish Bioethic: The Case of Truth-Telling*, Tradition 43:2 (2010)

Regarding the interplay between psychology and biology, the gap between the outlook of Hazal and the perspective of contemporary medicine is multi-dimensional. First, whereas Hazal breathed and functioned in an essentially Aristotelian world that took the seamless unity of both existence and knowledge for granted, modern science operates within a fractious intellectual outlook that utterly forbids the mixing of spirit and material substance. Accordingly, while Hazal might have embraced spiritual or psychological explanations for disease, contemporary medicine insists upon organic theories. Stress as the basis for stomach ulcers has been replaced by bacterial infection; Freudian descriptions of neurosis have given way to hormonal imbalances in the brain. The same holds true for the hypothesis that any degree of mental distress can be lethal for a fragile patient. What for Hazal might have seemed intuitive to the point of obvious is at best eyed with wariness by modern medicine and at worst with derision.

14. Some of the medical impact of stress

- Higher heart rate and blood pressure (norepinephrine neurotransmitter)
- Metabolization of fat and protein, and elevated blood sugar (cortisol)
- Suppressed immune responses (cortisol)
- Flu-like symptoms, allergic reactions, inflammation (cytokines)
- Narrowing of mental focus and loss of neuroplasticity (neural focus on the threat)
- Shutdown of neurons (calcium flooding from overstimulation of neurons)
- Long-term stress builds on these effects

15. Stress can have positive medical impacts, too

- Summoning helper hormones
- Focus on a problem
- Cell growth in the brain's learning centres
- Sense of resiliency

16. *Should Sabbath Prohibitions Be Overridden to Provide Emotional Support to a Sick Relative?* Rambam Maimonides Medical Journal 7:3 (Jul '16) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5001795/>

17. *Impact of Anxiety and Perceived Control on In-Hospital Complications After Acute Myocardial Infarction*, Psychosomatic Medicine 69:1 (2007)

Anxiety during the in-hospital phase of AMI is associated with increased risk for in-hospital arrhythmic and ischemic complications that is independent of traditional sociodemographic and clinical risk factors. This relationship is moderated by level of perceived control such that the combination of high anxiety and low perceived control is associated with the highest risk of complications.

18. *The relationship between depression, anxiety, and cardiovascular outcomes in patients with acute coronary syndromes*, Neuropsychiatric Disease and Treatment (2010:6)

Depression and anxiety among patients with acute myocardial ischemia are highly prevalent and independently associated with adverse cardiovascular outcomes, including mortality.

19. *Delirium in an adult acute hospital population: predictors, prevalence and detection*, BMJ Open 2013:3

Delirium is a complex neuropsychiatric syndrome, commonly encountered across all healthcare settings, and associated with adverse outcomes including more prolonged hospitalisation, institutionalisation and increased mortality, independent of age, prior cognitive functioning and comorbidities. In a recent study, mortality was shown to increase by 11% for every additional 48 h of active delirium, highlighting the need for timely detection and treatment.

20. Talmud, Yoma 84b

ראה שנעלה דלת בפני תינוק, שוברה ומוציאו, והזריו הרי זה משובח, ואין צריך ליטול רשות מבית דין...

21. Talmud, Shabbat 151b, with explanation of Meiri

אמר רבי חנינא אסור לישן בבית יחידי
מאירי: וכן בכל שהוא מביא עצמו לידי נסיון של פחד אסור והכל לפי טבעו

22. Talmud Yerushalmi, Shabbat 14:3, with Korban ha'Edah commentary

"והסיר ד' ממך **כל** חולי" (דברים ז:טו) זו רעיון.
קר' העדה: שכל החלאים תלויים בהרהורים רעים...

23. Talmud, Shabbat 128b

"אם היתה צריכה לנר, חבירתה מדלקת לה את הנר." פשיטא! לא צריכא בסומא. מהו דתימא כיון דלא חזיא אסור, קא משמע לן איתובי מיתבא דעתה, סברא אי איכא מידי חזיא חבירתה ועבדה לי.

24. Talmud, Moed Katan 26b

חולה שמת לו מת אין מודיעין אותו שמת שמא תטרף דעתו עליו...

25. Talmud, Bava Batra 156b

קונין קנין משכיב מרע אפי' בשבת... שמא תטרוף דעתו עליו.

26. Rabbi Yosef Karo (16th century Israel), Shulchan Aruch Yoreh Deah 338:1

וכל אלו הדברים אין אומרים לו בפני ע"ה, ולא בפני נשים, ולא בפני קטנים, שמא יבכו וישברו לבו.

27. Rabbi Moshe Feinstein (20th century USA), Igrot Moshe Choshen Mishpat 2:73:2

דוקא באופן שלא ידע החולה המסוכן שלפי אומדנות הרופאים א"א לרפאותו דאם ע"י זה יודע שא"א לרפאותו הרי יתבעת, שבשביל זה יש לחוש שיקרב מיתתו ויטרף דעתו שאסור בכל אופן

28. Rabbi Eliezer Waldenberg (20th century Israel), Tzitz Eliezer 8:15:9:1

וצריך לומר דשאני הדבר בהיכא דחששת טירוף דעתו הוא מפני שלא ממלאים רצונו בדבר שחושב שאם ימלאו רצונו ויתנו לו זה, יביא לו הדבר את רפואתו, בכפי שהמדובר ברדב"ז, כי בשם חששת הטירוף יכולה להביאנה לידי סכנה ממשית. ורק בהיכא שחששת הטירוף הוא מפני שאין ממלאים רצונו בדבר שאינו נוגע לעצמותו, כבהיכא שמונעים ממנו נחת רוח לגרש את אשתו או להקנות דבר פלוני לפלוני, וכן בלהביא לו קרוביו שיראם, בכל כגון דא שיערו חז"ל שאי מילוי רצונו אינו יכול להביאו לידי סכנה של ממש, ויכול רק לגרום להרעה במצב רוחו וצלילות דעתו במצבו, ומשום כך לא התירו בשם כי אם לעבור על איסורי שבות. ובהיכא שרואים שאי מילוי רצונו גם בשם תביאו לידי פקוח נפש כותב באמת גם בשם הערה"ש באו"ח שם, דאם הרופא אומר שיש סכנה אם לא יקיימו דבריו הרי הוא ככל חולה שיש בו סכנה ע"ש, ולזה אולי המכוון גם בפרמ"ג שם בא"א סקי"ח במ"ש על האי דינא בשם בלשון: כל פיקוח נפש שרי אף בד"ת כ"ש במידי דרבנן עיין שם.

29. Rabbi Yitzchak Weiss (20th century England, Israel), Minchat Yitzchak 4:8:2

אמנם נתעוררתי מת"ח גדול אחד, דאם מניעת התפילין יוכל לגרום צער להחולה, שנפשו עגומה עליו, לאיש ירא וחרד, על האי אפשרות לקיים מצוות תפילין, וחושש שלא להיות בכלל קרקפתא דלא מנח תפילין ח"ו, וחלישת הדעת הזו, תוכל לפעול ג"כ חלישת בהבריאות של החולה, אז

יש להקל להביא עמו התפילין, - והראה לי שכה"ג כתב לו הגה"צ מליובאוויטש שליט"א, בנדון חולה אחד, שהי' שאלה בדבר אם מותר לו להתפלל וללמוד...

30. Rabbi Yosef Shalom Elyashiv (20th century Israel), cited by Rabbi Yitzchak Zilberstein, Assia 42-43 (1987)

אמנם כאשר הסכסוך אינו חריף ואינו חורג הרבה מהמסגרת הרגילה של חיי בני זוג, אל לנו להתערב. אולם ריב רציני עלול להביא לידי סכנה ואין אנו יכולים לחזות מראש להיכן הדברים עלולים להגיע, והמחלוקת כבר הביאה לידי דכאון חמור שדינו כפקוח נפשי וגם עגמת נפש עלולה לפגוע בבריאות ולקצר חיי אדם. ויש בזה משום לא תעמוד על דם רעך. וגם אם אין בזה חשש ממש של פקוח נפש, הרי גם הצלה מצרה מצוה היא והיא בכלל לא תעמוד על דם רעך כמבואר ב"חפץ חיים" המובא בתחלת דברינו...

תשובת מו"ח שליט"א היתה שמותר לה להסתמך על דברי הרופא האומר שמצא בס"ד תרופה למחלתה. אעפ"י שאנו מתייחסים לדברי הרופא כאל ספק, ואם כן נכנסת היא לספק סכנה. הסביר מו"ח שליט"א שאם לא נתיר לה ללדת גם אז היא במצב של חשש סכנה, מאחר ואשה זו חפצה מאד בילדים, הרי גם עגמת הנפש והצער עלולים לסכן אותה. וכמו שאמרה רחל אמנו ליעקב אבינו: הבה לי בנים, ואם אין מתה אנכי (בראשית ל', א').

Level 3: Equating a state of mental illness with death

31. Rabbi Yisrael David Harpenes (21st century USA), Nishmat Shabbat, Volume 5 #322b

וראיתי בספר מלכים אומניך (ה:יד) דכשהכאבים עזים ביותר ובלתי נסבלים, הם קרוב לפיקוח נפש שהאדם עלול לרדת מדעתו כשנתקף בכאבים עזים, וכעין זה הבאנו לעיל בס' רצ"ו משו"ת אמרי יושר. אבל לענ"ד זה דבר שאינו מצוי כלל (אם לא שידוע שאיש זה יש לו עצבים חלולים) ואין להתיר איסור תורה בשביל זה.

32. Rabbi Natan Zvi Friedman (20th century Israel), Netzer Mata'ai I 8:1

ואם הלימוד הוא "וחי בהם" ולא שימות בהם", נכלל בזה גם רפואת חולי-רוח, שהרי מקרא מלא דיבר הכתוב (דברים ל) "לאהבה את ד' אלקיך, לשמוע בקולו ולדבקה בו כי הוא חיך ואורך ימך". וכל זמן שהוא שוטה הוא פטור מכל המצוות שבתורה...
וכן מוכח דבר זה לפי הדרש האחר המובא שם ביומא בשמו של רבי שמעון בן מנסיא, שלומד דין פקוח נפש שדוחה שבת מדכתיב (שמות לא) ושמרו בני ישראל את השבת — חלל עליו שבת אחת כדי שישמור שבתות הרבה. מפורש להדיא שהיתר של פקוח נפש הוא כדי לאפשר לו קיום מצוות להבא, שאם לא נפקח עליו את הגל לא יוכל לקיים מצוות להבא. אם כן במקרה שהוא בריא בגופו אבל חולה ברוחו, והיום הוא לא יכול לקיים מצוות כי שוטה פטור מכל המצוות, מצוה לחלל עליו שבת כדי שישמור שבתות הרבה. וזה פשוט וברור לפי דרשא זו.

Other questions

33. Rabbi Yosef Shalom Elyashiv (20th century Israel), cited by Rabbi Yitzchak Zilberstein, Assia 42-43 (1987)

וכעין זה שמענו שהיה מעשה בחולה שחפת שהרופא התיר לו לצום ביום הכפורים, מאחר והיתה לו הטבה ולא היה אז במצב של סכנה. אמר הגרי"ס זצ"ל הרב מבריסק לרופא, פקוח נפש אין פירושו שכעת יסתכן וימות, אלא אף אם הצום ישפיע עליו כעבור שנים כאשר יתקף שוב במחלה, ועקב צום זה ימות לפני זמנו גם זה בכלל פקוח נפש הוא וחייב כעת לאכול. השיב לו הרופא: עגמת הנפש שתגרם לחולה מעצם ידיעתו שהוא מוגדר כמסוכן, עלולה לסכן אותו. הרב קיבל את דבריו והשיב שאם כך יש להתבונן היטב כיצד לנהוג.

34. Rabbi Yehudah Leib Graubart (20th century Toronto), Chavalim baNe'imim 4:Orach Chaim 13

אבל נראה דאין משם ראי' להתיר כדי שלא תטרופ דעתו, דשאני התם שהוא חולה חיישינן שאם תטרופ דעתו יתגבר חוליו ויבוא לידי סכנה, אבל בבריא שחוששים שתטרופ דעתו וישתטה אין מתירים אפילו איסור דרבנן.