

• Celiacs Who Can Have No Wheat (or Spelt) – Oats?

1. משנה מסכת פסחים פרק ב משנה ה

אלו דברים שאדם יוצא בהן ידי חובתו בפסח בחיטים בשעורים בכוסמין ובשיפון ובשבולת שועל

2. שולחן ערוך אורח חיים הלכות פסח סימן תנג סעיף א

אלו דברים שיוצאים בהם ידי חובת מצה, בחטים ובשעורים ובכוסמין ובשבולת שועל ובשיפון, ( והמנהג ליקח לכתחלה חטים),

3. משנה ברורה סימן תנג ס"ק ב

משום שהוא חביב לאדם ביותר ואיכא משום הידור מצוה ואם אין לו חטים יקח למצות מאחד מהד' מינים החשוב לו ביותר כדי שיאכל לתאיבון:

4. Rabbi Dovid Cohen, Celiac: A Guide to Mitzvah Observance

Accordingly, a celiac who is unable to eat wheat matzah would dearly be permitted to bake and eat oat matzot.

However, Maharsham suggests that a second reason for the *minhag* is based on the Gemara which indicates that the *chimitz*-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*.

5. תלמוד בבלי מסכת פסחים דף לה עמוד א

כוסמין מין חיטין, שיבולת שועל ושיפון - מין שעורין. כוסמין - גולבא, שיפון - דישרא, שיבולת שועל - שבילי תעלא. הני - אין, אורז ודוחן - לא. 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.

6. תלמוד ירושלמי (וילנא) מסכת חלה פרק א

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: רבי יוסי בשם ר"ש תני ר' ישמעאל בן רבי יונה רבי זעירא ר"ש בן לקיש בשם רבי ישמעאל א"ר מנא אזלית לקיסרין ושמעית ר' אחווה ור' זעירא. ואבא הוה אמר ליה בשם רבי ישמעאל אומר 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 אינן באין לידי מצה וחמץ אלא לידי סירחון.

7. רמב"ם הלכות חמץ ומצה פרק ו הלכה ה

העושה עיסה מן החטים ומן האורז אם יש בה טעם דגן יוצא בה ידי חובתו... מצה שלשה במי פירות יוצא בה ידי חובתו בפסח, אבל אין לשין אותה ביין או שמן או דבש או חלב משום לחם עוני כמו שבארנו, ואם לש ואכל לא יצא ידי חובתו...

8. מלחמת ה' מסכת פסחים דף י עמוד ב

ואם בלא מים תיפוק ליה משום שכל שאינו בא לידי חימוץ אין יוצאין בו במצה...

9. Rabbi Dovid Cohen

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 Achronim, including Pri Megadim and Graz (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 *shaat hadechak* (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 teshuva written to Dayan Asher Westheim, the certifying rabbi (Rav HaMachshir)

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 bracha 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 oafs. These matzot are free of the above concern and may definitely be used at the Seder even according to Rambam.

Note: The information presented above is true for oat matzot baked for 5770/2010 (and earlier years). Over the years, Rabbi Kestenbaum and Dayan Westheim have made a number of unsuccessful attempts to use oats which are not heat-treated, but believe that for Pesach 5771/2011 and beyond their matzot will meet this higher standard.

• **Shibolet Shual = Oats?**

	<p><b>שבולת שועל -</b>          (א) שיפון - Secale (שיפון)          המוזכר במשנה - מובנו לסוג          אחר המוזכר דלקמן)          באיטלקית - סגלה - segala -          סוג ממשפחת דגניים.          התפרחת - שיבולת.          (ב) שבולת שועל - ברזמית          ובאיטלקית - אבנה - Avena -          סוג ממשפחת הדגניים, חד          שנתי, משמש כמספוא לבהמות          וכמוון לבני אדם. מורגזו מכונים          גם גרסים לבישול: פחית          שבולת שועל הידועים בכינויים          "קואקר". יש משערים שהכוונה          לשעורה זו טורית - Hordeum          distichum</p>	<p><b>10. ערוך וערוך על הש"ס</b>  <b>שבולת</b> [האבער] (בריש כלאים) השעורים ושבולת          שועל (פסחים לה) בכוסמין ובשבולת שועל          פ"י סיקאל"א וי"א חיי"א העשויה כזנב שועל.  <b>שבולת</b> [ויעגון] תרגום בעבור בשביל.          [השעורים ושבולת שועל - פ"י סיגלא, וי"א: וינה העשויה כזנב          שועל. שבו ג]</p> <p>Avena = Oats - Rabbenu Gershom          (Menachot 70b) and Rashi (Pesachim 35a          and Menachot 70b)</p> <p>Segala=Subspecies of Barley – Rambam (Mishna,          Kilayim 1:1), <i>Leket Yosher</i> (OC 1:74) and          Rabbenu Natan Av Hayeshiva in his commentary          on the Mishnah.</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**11. משנה מסכת כלאים פרק א משנה א**  
 החטים והזונין אינן כלאים זה בזה השעורים ושבולת שועל הכוסמין והשיפון הפול והספיר הפורקדן והטופח ופול הלבן והשעועים  
 אינם כלאים זה בזה:

**12. תלמוד ירושלמי (וילנא) מסכת חלה פרק א**  
 שורה זו שבולת שועל ולמה נקרה שמה שורה שהיא עשויה כשורה.

13. **Rabbi Michael Brody, Journal of Contemporary Halacha 59**, <http://www.torahmusings.com/2011/08/oat-matzah/>

Furthermore, the translation of the term **שבולת שועל** to oats is difficult for many technical reasons that related to the scientific description of **שבולת שועל** found in the Gemara. The Gemara (*Pesachim* 35a and Mishnah, *Kilaim* 1:1) states directly that whatever exactly **שבולת שועל** is, it is a sub-species of barley, and this is cited by many *rishonim*. Oats is clearly not a part of the barley family – it is a distinct species of grain, unlike segala, which is a form of barley. Segala and barley cross breed, and oats and barley do not. Furthermore, the Mishnah in *Kilaim* 1:1 indicates that **שבולת שועל** and **שיפון** and barley can all cross-breed, which is simply false for oats (but true for segala). This ability to crossbreed is explicitly codified in *Shulchan Aruch* YD 297:14 and thus the classification of oats as **שבולת שועל** is inconsistent with the text of the *Shulchan Aruch*. Indeed, if one simply looks at the plants and the grain themselves, it is clear that oats do not even look like barley, unlike segala (which does).... Furthermore, the Jerusalem Talmud in *Challah* 1:1 notes that **שבולת שועל** grows in a row, which is consistent with the definition of segala (also known as two-rowed barley) and not for oats. One can say with some confidence that oats simply do not fit the botanical description found for **שבולת שועל** in the Mishnah, Talmud, *Shulchan Aruch* or later codes. This fact casts significant doubt on the correctness of the definition of many *rishonim* who translate **שבולת שועל** into Latin and call it avena or oats and this further inclines me to think that Rambam is correct and that **שבולת שועל** has to be a sub-species of barley. (No less a contemporary authority that Rav Sternbach in *Teshuvot Vehanbagot* 1:302 notes that our "oats" (which he calls "Quakers") are not **שבולת שועל**, a view seconded by *Yad Chanoch*, 22.)... It is of course true that the tradition found in the *achronim* to

identify oats as the fifth grain (see *Chayei Adam* 1:50:3, *Mishnah Berurah*, *Sha'ar Hatzijyun* 453:20 and *Aruch Hashulchan* 453:3) is the common one of the last centuries (and perhaps reflects the distance Jews have socially experienced from many agrarian matters for centuries). One could make a claim that for most rabbinic matters (*brachot* and the like) it is reasonable to follow that historical understanding of the *halacha*, as these are very much matters of *mesorah* (since *me'ikar hadin*, at least *bedieved*, one can make a *mezonot* on any food, say *hamotzi* on any grain-based bread, and perhaps even recite *birkat hamazon* on any grain-based bread; see *Iggerot Moshe* OC 4:40(1), *Nishmat Avraham* 1:58:2 and *Yabia Omer* OC 7:35. Certainly, one can *bedieved* recite a *hamotzi* and *birkat hamazon* on anything called bread; see *Betzal Hachochmah* 5:124. This would certainly be encompassed (at the least) by the rule of *safek brachot leihakel* given the number of *rishonim* and *achronim* who call oats one of the five grains.) Furthermore, of course, one should never consider fermented oats not-*chametz* since that would be directly against Rashi and those many *rishonim* who agree with him, and the many *achronim* who note our *mesorah* to treat oats as one of the five grains – to be lenient about the issur of *chametz* on Pesach is simply a mistake. But when it comes to the eating of oat matzah, there are three grounds to be strict, and the historical practice is to be strict, and not to use oat matzah for the mitzvah at the Seder.

#### 14. הרב יוסף אפרתי, מסורה יג'

חליה להניף יד בקבלה ובמעשה שהם עמודים גדולים בהוראה, וישתקעו הדברים המעוררים ספק בדבר שנתקבל בתפוצת ישראל, כבר הקדים הגאון הגדול רבי יונה מרצבך צ"ל לצאת בחריפות כנגד מעורר הספר פרופסור י. פליקס שבע כי זיהוי השבלת שועל "כ"קוואקר", היינו "זהו מוטעה".

#### 15. Rabbi Dovid Cohen

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... Additionally: Dr. Mordechai Kislev disputes Dr. Felix's archeological and other proofs, on academic grounds. - Dr. Munk 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 report that they tested oats and have found that they call become chametz: (as the five grains are supposed to) and do not become rancid (as other grains are supposed to). Based on the above, we will assume that oats are שועל and are therefore suitable for all mitzvot which require one of the five grains.

#### 16. משנה מסכת חלה פרק ג משנה ז

העושה עיסה מן החטים ומן האורז אם יש בה טעם דגן חייבת בחלה ויוצא בה אדם ידי חובתו בפסח ואם אין בה טעם דגן אינה חייבת בחלה ואין אדם יוצא בה ידי חובתו בפסח:

#### 17. בית יוסף אורח חיים סימן תנג

וכתב הראב"ד ז"ל והוא שיש שם דגן כדי שיאכל כזית בכדי אכילת פרס ויאכלנו וכתב הרב המגיד אבל מדברי הרמב"ן (הלכות חלה לב). נראה שאפילו אין שם כזית בכדי אכילת פרס יוצא בה לפי שמדין גרירה הוא שהחטין גוררין את האורז וזהו שהזכירו חטין ואורז בדוקא וכן מבואר בירושלמי (חלה פ"א ה"א) וגם רבינו בפרק ו' מהלכות בכורים (ה"א) כתב משנתינו בדין החלה בקמח חטים אורז ומשמע דדוקא באלו וכן עיקר עכ"ל וכן נראה מדברי הרא"ש בהלכות חלה (סי' טו) ומבואר שם בדבריו דאפילו באין כזית בכדי אכילת פרס אם יש בה טעם דגן יוצא בה ולכן סתם רבינו וכתב משנתינו בלי שום חילוק והרשב"א בפסקי חלה שלו (ש"א עמ' טז ד"ה והא דקתני) כתב שכדברי הראב"ד נראה לו עיקר:

#### 18. שולחן ערוך אורח חיים הלכות פסח סימן תנג סעיף ב

העושה עיסה מן החטים ומן האורז, אם יש בה טעם דגן יוצא בה ידי חובתו בפסח.

#### 19. Rabbi Broyde (R. Cohen writes that he thought of this, but it was not practical as such Matzah is not sold, and depends on many shitot we may not hold like)

So, what should a celiac do who simply cannot eat wheat?

First, such a person might very well be exempt from the mitzvah.

Second, there might well be a better solution. *Shulchan Aruch* 453:2 states that one can make matzah from a mixture of wheat and rice flour and so long as the mixture has the taste of wheat flour, one fulfils the mitzvah, because rice flour is so bland that it merely serves as filler. Both *Mishnah Berurah* and *Aruch Hashulchan* permit this in a time of need even if the amount of wheat flour is less than the minimum measure of a *kezayit* (as do the vast majority of *rishonim*). In consultation with food experts and after a number of sample bakings, it is clear that a mixture which is 90% rice and 10% wheat flour has the wheat taste and one can fulfill the mitzvah of matzah with such *matzot*, and almost all celiac individuals can, in fact, digest without harm less than 10 grams of wheat (for three matzahs) or less than 3 grams (for one matzah.) Indeed, it would be a halachic improvement if someone could make and sell such matzah's for celiacs.

Even though these *matzot* perhaps entail being lenient on the custom of *keitniyot*, it would seem to me that this is a much better halachic solution to the issue of matzah at the *sefer* for one who suffers from celiac than to rely on the use of oat matzah, which presupposes that oats are one of the five grains, against many *rishonim*, and in tension with the Talmud's and *Shulchan Aruch*'s own scientific description of שועל as one of the five grains, which is as a sub-species of barley.) Of course, a person who is completely intolerant of any wheat should use oat matzah without the unique *bracha*, as certainly it is a plausible fulfillment of a mitzvah and without a *bracha* is better than nothing. But the mixture of wheat and rice is superior to that in that the Talmud endorses this solution explicitly, as do the vast majority of *rishonim*, the *Shulchan Aruch* itself, as well as most *achronim*. (One who wants to be strict for those *rishonim* (Raavad and Rashba) who rule that one cannot fulfill the mitzvah of matzah on Pesach without at least the matzah being 51% wheat on (See *Sfar Hatzijyun* 553(14) and *Aruch Hashulchan* 553:9 who think it is best to be strict for such a view) can either add more wheat flour to the mixture if that is

medically permitted, or in addition to the rice-wheat flour, eat oat flour as well, hoping to add a deeper list of *rishonim* to those who would accept such a compromise and allow for a *bracha*.)

## 20. R. Dovid Cohen

Some celiacs also have a hard time tolerating oats, and the best solution for them is to eat just the bare minimum amount of (oat) matzah which is required. Although most people are required to eat 5 *kezaytim* of matzah at each ... the celiac who cannot stomach so much can fulfill the biblical mitzvah of eating 1 kezayit on the first night of Pesach and should eat nothing at the second Seder. ..

- Skip Motzi Matzah, and only have for Afikoman
- R. Asher Weiss notes that one should rely on the most lenient opinion of a kezayit.

## 21. ביאור הלכה סימן תפג

\* עד גאל ישראל - עיין במ"ב ולענין חולה שאינו יכול לאכול כזית מצה כתב בח"א דיכול לומר יהללך לכו"ע אכן בברכת אשר גאלנו לא יאמר לאכול בו מצה ומרור רק יאמר והגיענו הלילה הזה כן ה' אלהינו יגיענו וכו':

### • Sickness as Exemption

## 22. תלמוד בבלי מסכת נדרים דף מט עמוד ב

אמרה ההיא מטרוניתא לרבי יהודה: מורה ורוי! אמר לה: הימנותא בידא דההיא איתתא, אי טעימנא אלא קידושא ואבדלתא וארבעה כסי דפסחא, וחוגרני צידיעי מן הפסח עד העצרת, אלא חכמת אדם תאיר פניו.

## 23. שולחן ערוך אורח חיים הלכות פסח סימן תעב סעיף י

מי שאינו שותה יין מפני שמזיקו, או שונאו, צריך לדחוק עצמו ולשתות, לקיים מצות ארבע כוסות.

## 24. משנה ברורה על שולחן ערוך אורח חיים הלכות פסח סימן תעב סעיף י

(לה) מפני שמזיקו - ר"ל שמצטער בשתייתו וכואב בראשו מזה ואין בכלל זה כשיפול למשכב מזה:

## 25. שער הציון סימן תעב ס"ק נב

(נב) כן נראה לי פשוט, דאין זה דרך חירות:

## 26. משנה ברורה סימן תעג [בענין מרור]

ומי שהוא חולה או איסטניס מותר לו ליקח מאיזה מין שערב עליו ביותר וגם יאכל הכזית מעט מעט בכדי שיעור אכילת פרס דמעיקר הדין יוצא בזה ... ואם ג"ז א"א לו מפני בריאותו עכ"פ יאכל מעט או ילעוס בפיו לזכר טעם מרירות אך לא יברך ע"ז:

## 27. שער הציון סימן תעג ס"ק סא

(סא) אבל אם אינו נוגע לו לבריאותו, ראוי לו לדחוק עצמו בכל יכולתו אף שקשה לו, כדי לקיים מצות חז"ל [אחרונים]:

## 28. שולחן ערוך אורח חיים הלכות סוכה סימן תרמ סעיף ג

חולים ומשמשיהן פטורים מן הסוכה; ולא חולה שיש בו סכנה, אלא אפילו חש בראשו, (או) חש בעיניו; ויש מי שאומר שאין המשמשים פטורים אלא בשעה שהחולה צריך להם

- יש שהעלו (בשמים ראש [מזויף]) שזה פטור בכל התורה כולה. אבל רוב רובו של הפוסקים דחו.

## 29. שו"ת אגרות משה אורח חיים חלק א סימן קעב

וא"כ כ"ש זה שעדיף להאדם אף מחומש ממון ויותר שהיה מוציא להתרפא אף כל ממונו שנחשב אנוס ממצות עשה דשופר ופטור

## 30. שו"ת מנחת אשר חלק ג: מב-מג

<p><b>ומשו"כ</b> 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.</p> <p><b>אם</b> 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 (סק"ו), אך לא ירבה באכילה כדי שיאכל מצה לתיאבון.</p>	<p>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, עי"ש.</p> <p><b>נראה</b>, עיקר דפטור מן המצוות אם על ידי קיומן יפול למשכב, אך מ"מ רשאי הוא להחמיר ואפשר דאף מרת חסידות היא, ונראה לכאורה דיכול לברך על המצוה.</p> <p><b>ד</b>, צער בעלמא. חייב לדחוק עצמו וכמבואר בשו"ע לגבי המצטער בשתיית היין דצריך לשתות ארבע כוסות, כמבואר.</p>	<p><b>תמצית</b> הדברים. ארבע מידות יש בדין חולה במצוות:</p> <p><b>א</b>, חולה שיש בו סכנה. אסור לו לאדם לקיים מצוה אם ע"כ יכנס לסכנה, ואף אם סכנה רחוקה היא דאם מותר לו לעבור על כל הלאוין שכתורה בשביל פק"נ ק"ו שמכטל מצות עשה. ואם בריך על המצוה ברכתו לבטלה.</p> <p><b>ב</b>, סכנת אבר או כל נזק בלתי הפיך.</p> <p><b>נראה</b> לענין דאף בזה אסור לו להחמיר, ואף דאין סכנת אבר דוחה חילול שבת דאורייתא כמבואר בשו"ע (או"ח סימן שכ"ח ס"ז)</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------