

## הלכות והנהגות לצום תענית שלשת ימים סמוכים

י"ז יח' יט' בתמוז תשפ"א

ימים א' ב' ג' בשבוע פר' פינחס – (27,28,29 ביוני 2021)

### מי כלול בצום

- יום הצום הראשון, חל ב"שבעה עשר בתמוז", שהוא ביום ראשון לפרשת פינחס. והוא מעצמו יום "תענית ציבור" לכל, ודיניו והלכותיו הינם כפי כל ימי יתר תעניות הציבור שקבעו לנו הנביאים. לפיכך, האמור כאן הינו בעיקר רק בנוגע ליומיים הבאים.
- דיני האבלות של "ימי בין המצרים" מתחילים כבר ממוצאי שבת פרשת בלק, אור ל"ז בתמוז. אך מותר לאכול סעודה רביעית "מלווה מלכה" גם בבשר ויין.
- יום הצום השני חל למחרתו ביום שני – יח' בתמוז.
- יום הצום השלישי חל למחרתו ביום שלישי – יט' בתמוז.
- עיקר ימי הצום [ביומיים הנוספים] נועד לבריאים ובעלי כח מקרב הציבור, אנשים ונשים, בני 18 ומעלה. צעירים מכך - יתייעצו עם מבוגר אחראי, על פי חו"ד רב ורופא.
- גדר "בריא" היינו כל מי שמתענה בשאר תעניות ציבור, כפי מציאות כוחו האמיתית, על פי חו"ד רופא בקי והוראת חכם.
- בכל שיקול דעת של מצב רפואי, יש לנטות להקל ככל שאפשר.
- גם מי שברור לו שלא יכול לצום את כל שלושת הימים הסמוכים במילואם, טוב שיעשה כפי כוחו, ויצטרף לתענית יום או יומיים או אפילו לשעות.
- כל מי שרואה את עצמו שותף לקבלת תענית זו, כולל חולים, נשים או קטנים, אף אם יארע ויצטרכו לאכול על פי הוראת חכם ורופא, אין להם לאכול בשר ולשתות יין. ובכלל ימנעו עצמם מכל דבר מיותר של תענוג, ויסתפקו בהכרח הגמור בלבד, ויש להימנע מכל תענוגים בימים הללו.
- מי שלא צם, נכון שיפדה את תעניתו, ושיעור הפדיון – כפי שיעור העלות של סעודות היום, העשיר כפי עשרו, ושקול צער הממון נגד צער התענית, וטוב שלא לפחות בעד כל יום מסך ג' פעמים ח"י (18 ש).
- גם אלו שאין ביכולתם להצטרף לכל מהלך הצום, יש להם לצום ימים או שעות, מלבד חולים או פעוטים או נשים במצבים מיוחדים.
- מי שמעוניין לצום שלשה ימים מלאים ורצופים, דהיינו גם עם הלילות, (שהם ע"ב שעות כמנין 'חסד') - זה עניין פרטי שלו ובאחריותו בלבד.

### הצום הינו על אחריות הצמים בלבד!

### זמני הצום

- עיקר צום שלשת ימים - הינו לצום של שלשה ימים נפרדים וסמוכים. כך שבסך הכל נצבור לכל הפחות 36 שעות צום. דהיינו שבכל יום צמים לפחות 12 שעות (והכל על פי חישוב 'שעות זמניות'). שהם כמספר פעמיים ח"י.
- יום שלם לעניין הצום - הינו משעת 'עלות השחר' ועד שעת 'צאת הכוכבים' [הזמנים המדויקים מופיעים בלוחות].
- מכיוון ובימי מרדכי הצדיק ואסתר המלכה, צמו שלשת ימים לילה ויום, יש עניין, למי שלא קשה לו, להוסיף מעט, ולפחות כמחצית השעה, לפני עלות השחר ואחרי צאת הכוכבים.
- מי שחושש מהפסד שכר ימי עבודה או פרנסה, אזי אם הנזק הוא רק מועט, כדאי לו להתאמץ ולצום, אך אם הנזק מרובה ומקשה, או שעלול לגרום לו לפיטורין וכדומה, אין לצום.

## קבלת התענית

- כל תענית שלא קיבל עליו היחיד מבעוד יום - אינו תענית, כי התענית דומה לקרבן בזה שמקריב את חלבו ודמו, וכמו שהקרבן צריך להקדישו קודם שיקריבנו, כך המתענה חייב לקבל על עצמו את התענית מראש. יכול לקבל עליו, כל יום במנחה שקודם ליום הצום, את היום של מחרתו. אך יש עדיפות לקבל עליו את שלשת הימים בקבלה אחת.
- בסיום תפילת המנחה של שבת קודש פרשת בלק, טרם ימי הצום, קודם שאומרים את הפסוק: "יהיו לרצון אמרי פי" (השני - שלפני עושה שלום) יאמר:

רבון העולמים, הרי אני לפניך בתעניות נדבה של שלשה ימים סמוכים, הראשון מעת עלות השחר של מחר, שהוא יום תענית ציבור של צום שבעה עשר בתמוז ועד צאת הכוכבים. ואם יהיה בכוחי ותסייעני, אמשיך לצום כן גם למחרתו ביום שני. ואם יהיה בכוחי ותסייעני, אמשיך כן גם למחרתו ביום שלישי. שהם שלושה ימים סמוכים זה לזה בתענית. לשם יחוד קודשא בריך הוא ושכינתיה ובשם כל ישראל. והכל בקבלה טובה ומועלת, אך בלי נדר ובלי שבועה, וכפי כוחי ואפשרותי. ואם יארע ואהא בתענית רק בחלק מהזמן הזה, תועיל קבלתי להחשיבם ולצרפם, בין לשעות ובין לימים.

יהי רצון מלפניך ה' אלקינו ואלקי אבותינו, שתקבלני באהבה וברצון ותבוא לפניך תפילתי ותעלה ותענה עתירתי ותרפאני ברחמיך הרבים רפואה שלימה, רפואת הנפש ורפואת הגוף, ותבטל מעלי ומעל כל עמך ישראל כל גזרות קשות ורעות, וברוב רחמיך וחסדיך תמחול לנו על כל מה שחטאנו לפניך ותרצנו, כי אתה שומע תפילת כל פה.

## תפילות

- **יחיד שמתענה רק עד אמצע היום (דהיינו עד לאחר תפילת מנחה גדולה) יאמר את תפילת עננו רק ב"אלקי נצור" בסוף תפילת העמידה. ולא כרגיל בברכת 'שומע תפילה'. וכן הדין בקטן, אם מתענה חצי יום.**
- ואם אכל לפני שהתפלל מנחה, אינו אומר תפילת עננו.
- **מיהו אם מתפלל במנין של עשרה מתענים, יכול תמיד לומר נוסח עננו באלקי נצור.**
- נכון לומר תפילת "אבינו מלכנו" הארוך לאחר חזרת הש"ץ בשחרית ובמנחה, ולתקוע ולהריע בשופרות בעת הזכרת י"ג מידות של רחמים.
- **יש להרבות בבכיה ובתפילה בכוונה, ולהוסיף בתחנון סליחות ופיוטים ואמירת תהילים בתשובה ונתינת צדקה לעניים ולתורה.**
- רצוי להשתדל ולסיים בכל יום משלושת הימים הללו את כל ספר התהילים, ולומר לאחר מכן את תפילת יהי רצון שבסוף הספר. או לפחות שיאמר את הספר הרביעי שבתהילים (שבו י"ז פרקים כמנין טו"ב) ויוסיף לומר גם את הפרק שלאחריו (קפיטל קז' שבתהילים, שהם יחדיו עולים למנין ח"י פרקים). ולהוסיף לאחר מכן את תפילת יהי רצון שבסוף הספר.
- **מי שצם והוא מסופק אם יוכל לגמור את התענית, יכול להתפלל לפני העמוד ולומר עננו בברכה בפני עצמה בין גואל לרופא. וכן יכול לעלות לתורה ולישא כפיו במנחה אם הוא כהן. וכן מי שאוכל ושותה שיעורים הרי הוא כמתענה לגבי עניינים אלו.**
- כל המתענים, הן אלו שמבצעים זאת בשלימות, והן אלו שמחמת שכחה, הכרח או אונס מבצעים רק חלקי, יאמרו במנחה תפילת "עננו" ב"שומע תפילה". אמנם מי שאינו מתענה כלל עתה אינו מתפלל עננו.
- **אם שכח לומר "עננו" ב"שומע תפילה", יאמרו לפני "יהיו לרצון" שבסוף תפילת העמידה.**
- לשליח ציבור יעלה רק מי שמתענה, ואומר "עננו" הן בתפילת שחרית והן בתפילת מנחה בין ברכת "גואל ישראל" ל"רפאנו". אך דווקא אם יש בבית הכנסת עשרה שמתענים ומשלימים אותו היום. ואם

יש רק ששה מתענים יכול לאמרו ב"שומע תפילה" בלא חתימה. מובן שדין הש"ץ בתפילת הלחש שלו כדין שאר הציבור.

- **בשחרית וכן במנחה קורין "ויחל" אם יש בבית הכנסת עשרה מתענים והבעל קורא והעולים הם רק מאלו שמתענים. ואם יש כהן שאינו מתענה, יצא לחוץ עד שיקראו אחר במקומו.**
- במנחה נוהגים האשכנזים להפטיר "דרשו" וגם ספרדי שמתפלל במנין עם אשכנזים יכול לעלות שלישי ורשאי לברך ברכת ההפטרה ולהפטיר.
- **ביום ראשון, כיון שהוא יום תענית ציבור כללי של צום שבעה עשר בתמוז, הדין שונה, ואין צריך עשרה מתענים בבית הכנסת לעניין תפילת עננו וקריאת התורה בפרשת ויחל ועוד.**
- אסור למתענה לפרסם עצמו ולהחזיק טיבותא לנפשיה, ואפילו בלבו יזהר שלא יהיה לו פניה ומחשבת גאווה בגין כך, ורק למען דעת מספר המתענים בבית הכנסת, או בכדי שילמדו ממנו, רשאי וצריך להודיע מצבו.
- **במנחה, אם מתפללים סמוך לשקיעת החמה ואם יש בבית הכנסת עשרה מתענים, יש נשיאת כפיים על ידי כהן שמתענה. ואם הכהן אינו מתענה, יצא לחוץ קודם רצה. וכשאין שם כהן וכן במנחה גדולה, אומר הש"ץ או"א ברכנו וכו'.**

## הלכות לצום

- טוב למי שיכול להימנע משטיפת הפה בימי הצום הללו. אם יש צער או קושי של ריח רע וכדומה במניעתו, מותר לשטוף הפה במים ולפלוט מיד הכל, וכן מותר במקום צער לצחצח השיניים כדרכו ולפלוט מיד הכל. ויזהרו ביותר לכפוף הראש והפה למטה שלא יבואו המים לגרונו. בבליעת רוק אין מקום להחמיר, אא"כ סמוך ממש לאכילתו.
- **מי שנוטל תרופות ע"פ רופא חייב להמשיך בנטילתם הקבועה והרגילה גם בימי הצום. ואם אין ברירה אחרת יכול גם לנטלם עם מעט מים פחות מכשיעור.**
- מי שחש ברע או חולשה, ומבין שטעימה מועטת תיישב דעתו ומצבו, יכול לאכול פחות מכזית ולשתות מעט פחות ממלוא לוגמיו, וימתין בין אכילה לאכילה 9 דק' לבריא - עד 2 דק' לחלש (שהוא שיעור בכדי אכילת פרס). מי ששכח ואכל או שתה, יפסיק מיד וימשיך בתעניתו הראשונה. ואם אכל שיעור "ככותבת" או שתה כמלוא לוגמיו, הפסיד את אותו היום. ובכל זאת רצוי שישתדל להמשיך עם הצום, כדי להיות בכלל הציבור.
- הצום הוא מזמן עלות השחר ועד צאת הכוכבים - על פי הלוח בה נמצאים הצמים - כל אחד במקומו.
- היוצא לנסיעה או טיסה באחד מימי הצום, יפסיק את הצום בשעת צאת הכוכבים שבלוח של המקום שממנו הוא יצא.
- למחרת בבוקר - יתחיל את הצום לפי שעת עלות השחר במקום בו הוא נמצא.
- המנועים מלצום, יכולים לתרום לצדקה פדיון נפש, בסך 18 ש"ח - בעבור כל סעודה - על פי מספר סעודות הקבע שהם מורגלים בהם ביומם.

## סיום הצום:

- **הזמן המצומצם הראשון, של "צאת הכוכבים" - הינו 18 דקות לאחר השקיעה! (ויש אומרים 22 דק'. ויש מחמירים עד חצי שעה אחר השקיעה).**
- אפשר גם לטעום מעט שתיה ומזונות קודם תפילת ערבית, כדי שיוכל להתפלל כראוי. ואם מקדימים את תפילת ערבית, יש לזכור לשוב ולקרוא קריאת שמע בזמנה.

מאת הרה"ג ר' יוסף לזרוביץ שליט"א

לשאלות בענין הלכות הקשורות לצום ניתן להתקשר לטל': 0527655106

**מי שענה למרדכי הצדיק ולאסתר המלכה בשושן הבירה הוא יעננו**