

הקדמה

כל הדינים שבגליון זה, הם לכל החמשה צומות שחייבו חז"ל: צום גדליה, עשרה בטבת, תענית אסתר, יז בתמוז, ותשעה באב, וכן ליום כיפור. מלבד במקום שכתבנו.

קבלת תענית

אמרו חכמים, שהרוצה להתענות צריך לקבל על עצמו תענית מבעוד יום, שאם אינו מקבל תענית, לא חל עליו דין תענית על אותו היום, ואין חשיבות לתעניתו. למרות זאת, בתעניות שחז"ל קבעו לנו, והם חמשה צומות בשנה, וכן ביום כיפור, אין צריך לקבל תענית כלל, כיון שהוא חובת היום, לכן הוא יום תענית ללא קבלה כלל.

זמן התענית

בליל יז בתמוז ושאר צומות - מלבד ט' באב ויוכ"פ - מותר באכילה ושתייה עד עלות השחר. אבל מכל מקום, אם הלך לישון וקם לפנות עלות השחר אסור באכילה, אבל בשתייה מותר. לפיכך ראוי לעשות תנאי לפני שהולך לישון, שאם יקום לפנות בוקר יהיה מותר באכילה ושתייה. וראוי לדעת, שיש שני זמנים לעלות השחר, וברוב הלוחות מצויין רק הזמן החמור, שהוא תשעים דקות לפני נץ החמה, אבל במשנה ברורה פוסק שמעיקר הדין הזמן הוא רק שישים דקות לפני נץ החמה, לפיכך מי שקם לפני עלות השחר - לפני שישים דקות - אם התענית קשה עליו, יכול להקל כמשנה ברורה ולשתות מים עד זמן עלות השחר המאוחר, שהוא שישים דקות לפני נץ החמה.

שמירה על נוזלים ואכילה לפני צום

יש לדעת, שעיקר הקושי בצום הוא חסר בנוזלים ולא חסר באכילה, לפיכך ממצות שמירת הנפש יש להרבות בשתיית מים רבים לפני הצום, בפרט לפני שהולך לישון - אם אינו קם לפני עלות השחר. ומצוה לפרסם, שאכילת דבש לפני הצום עוצרת את הנוזלים בגוף האדם לשעות רבות, כמו כן אכילת תמרים, כי הסוכר שבהם מטבעו מחזיק את הנוזלים בגוף לשעות רבות, וכיון שהנוזלים נשארים בגוף זמן רב, אין חסר בנוזלים, ומי שאינו סובל מסוכר ומותר לו לאכול מהם, ראוי לאכול כמה כפות דבש לפני הצום ובתמרים, ולהרבות בשתייה, ואז לא ירגיש כל צמאון בשעות התענית. והוא בדוק ומנוסה שנים רבות. אבל אכילה לפני הצום מקשה לצום, כיון שמעוררת צמאון, ולוקחת נוזלים, לכן ראוי שלא לאכול סמוך לצום, אלא ירקות ופירות.

יום של התעלות

ראוי לדעת, שבזמן שאדם שרוי בתענית, תפלתו מתקבלת ביותר, כמובא בספר הקדוש "קב הישר" בשם הזוהר הקדוש, לכן יש לנצל יום גדול זה, לתפלת ובקשות בכל הענינים ולא לאבד את הזמן בדברים של מה בכך.

טעימה ביז תמוז

אם בטעות עבר שותה או אכל ביז בתמוז, לא הותר לו להמשיך ולשתות או לאכול, שיום זה אסור באכילה ושתייה, אבל האם יכול להתפלל עננו יש לעשות שאלת רב, כי זה תלוי בכמות האכילה והשתייה. וכל זה אינו דומה למי שקיבל על עצמו תענית, שאם עבר ושתה איבד תעניתו, כיון שאם התענית תלויה בקבלתו, ועבר שותה אינו מתענה, אבל יז בתמוז הוא יום של איסור אכילה ושתייה לכן גם אם עבר ואכל ושתה, מותר באכילה ושתייה.

מי שקיבל עליו תענית, חז"ל התירו לטעום מאכל ולפלוט בתענית, כדי לדעת האם חסר בו תבלין, אבל אסור לעשות זאת ביום כיפור ותשעה באב. ונחלקו הפוסקים מה הטעם אסור בהם, יש אומרים כיון שהם חמורים, שגם ללא קבלת תענית חייב להתענות בהם, ולפי זה גם ביז בתמוז ושאר תעניות שתיקנו חז"ל אסור לטעום. ויש אומרים מפני שאסור ברחיצה בט' באב ויום כיפור, ולפי זה ביז בתמוז ושאר צומות שמותר ברחיצה, מותר לטעום. להלכה המחבר מיקל, דדוקא בט' באב ויוכ"פ אסור, והרמ"א מחמיר, ופסק המשנה ברורה למעשה, שמי שמבשל ביז בתמוז כדי לאכול לאחר הצום, יכול להקל לטעום את התבשיל, ולפלוט.