



הדרכה הלכתית לצום תענית אסתר לחולים,

קשישים, חולי קורונה, מעוברות ומניקות

ביום ה' הקרוב חלה תענית אסתר. להלן נפרט בקיצור את הלכות התענית. כפי שנראה, תענית זו קלה יותר מכל שאר התעניות, ואף שנהגו לצום ואין לפרוץ גדר, וכן יש בתענית זו ענין סגולי מיוחד והיא עת רצון לתפילה ולישועות לכלל ולפרט, יש לדעת את ההלכות עבור חולים, קשישים, מעוברות ומניקות, וכן השנה רלוונטי במיוחד לדעת את ההלכה עבור חולי קורונה, אנשים בקבוצות סיכון, ומחלימים.

פסק השו"ע (אורח חיים סימן תרפ"ו, ב):

"מתענים ב"ג באדר; ואם חל פורים באחד בשבת, מקדימין להתענות ביום חמישי. הגה: ותענית זה אינו חובה, לכן יש להקל בו לעת הצורך, כגון: מעוברות או מניקות או לחולה שאין בו סכנה, ואפילו רק כואבי עינים, שאם מצטערים הרבה לא יתענו ויפרעו אחר כך, אבל שאר בריאים לא יפרשו מן הצבור (חדושי אגודה בשם מחזור ויטרי)".

תענית אסתר נחשבת לאחד הצומות הקלים, מאחר שלא נזכרה בזכריה (פרק ח) שמנה את ארבעת התעניות, ואפילו בגמרא אינה מוזכרת כלל. ומכל מקום נהגו להתענות בו, וסמכו זאת על הכתוב במגילת אסתר "לקיים עליהם דברי הצומות וזעקתם" (עיין טור ובית יוסף), והלבוש כתב (הובא במשנה ברורה) שהוא כדי להזכיר לאדם שהקדוש ברוך הוא שומע תפילה בעת צרה כמו שהיה בימים האלה.

ומחמת הקולא שיש בתענית זו יותר משאר הצומות, ואפילו יותר מצום גדליה שאינו רק מנהג אלא קבלו עליהם חובה (טור סימן תק"נ), לכן כתב הרמ"א שאפילו מי שרק מצטער הרבה פטור מן התענית.

להלן נפרט חלק מהלכות התענית ובפרט דיני התענית לחולים.



1. תחילת הצום היא מעלות השחר עד צאת הכוכבים.
2. צום זה, כמו שאר הצומות חוץ מתשעה באב ויום הכיפורים, מותרים ברחיצה, סיכה, נעילת הסנדל ותשמיש המיטה (שו"ע סימן תקי"ב), וברחיצה יש בפוסקים שהחמירו שבעל נפש לא ירחוץ כל גופו בחמין, אבל מותר לרחוץ כל גופו בקרים או פניו וידיו ורגליו בקרים, וכן יש המחמירים בתשמיש, אם אינו ליל טבילה (משנה ברורה שם סק"ו ושער הציון), והגרש"ז אויערבאך כתב שאין להחמיר ברחיצה ותשמיש חוץ מי"ז בתמוז וט' באב (הליכות שלמה פרק יג), והספרדים מקילים בכל זה (אור לציון חלק ג פרק כה הערה א).
3. והזקוק לרחיצה לרפואתו וכדומה, בודאי מותר.
4. והרוצה לרחוץ עצמו לכבוד פורים, לכל הדעות יכול להקל ברחיצה (פסקי תשובות סימן תרפ"ו בשם נט"ג (פורים פ"ז סעיף י"ח).
5. טעה ואכל בתענית ישלים תעניתו (משנ"ב סי' תקמ"ט ס"ק ג'), ואפילו אכל כזית, משלים התענית ואינו צריך להתענות יום אחר, אלא אם כן רוצה לעשות כן לכפרה (משנ"ב סי' תקס"ח ס"ק ח), ואם הוא חלש יפדה בצדקה (כף החיים סי' תקמ"ט סק"ז).
6. כתב השו"ע (סי' תקס"ז ג') שאינו כשר לשטוף פיו בבוקר, וכתב המגן אברהם (סי' ק ו') שבפחות מרביעית מותר, והמשנ"ב (סי' ק י"ו-י"א) הביא שיש להחמיר בזה, ומכל מקום במקום צער מותר על ידי שיטה את ראשו כלפי מטה שבודאי לא יבלע מן המים.
7. ובודאי כך הדין במי שצריך לשטוף את פיו מסיבה רפואית, וכגון אדם שעקר שן בינה וכיוצא בזה, שצריך לשטוף את פיו, שמותר לעשות כן, ובפרט אם מדובר במים מיוחדים לשטיפה רפואית שאינה ראויה לשתייה.
8. קטנים אינם צמים כלל בתענית זו, ואף שכתב המשנ"ב (סי' תקי"ג ס"ק ה') שאם יש לו דעת מאכילים אותו רק לחם ומים, לא נהגו כן (הליכות שלמה פרק יג הערה 10), אלא אוכל כרגיל.
9. מעוברות אינן צמות (שו"ע סי' תקנ"ד סעיף ה'), וכך מנהג בני ספרד בכל הצומות שאינם תשעה באב ויוה"כ (אור לציון פרק כה סעיף ז'), אבל דעת הרמ"א (סימן תקי"ג סעיף א') שנהגו להחמירו לצום אפילו שפטורה, אלא אם כן מצטערת הרבה. וביאר המשנה ברורה (שם ס"ק ג) שבכל מצב של חולשה לא תצום.
10. ובימינו פשטה ההוראה שחולשה ירדה לעולם וסתם מעוברת חלשה ומצטערת בתענית ולכן יש להקל שלא יצומו המעוברות כלל (הליכות שלמה פרק טז, א, חוט שני שבת חלק ד עמ' רסא) [ויש שהורו שיתחילו לצום ואם מרגישות חולשה יפסיקו מיד (בשם



- הגר"ש וואזנר]], ובתענית אסתר שהיא קלה יותר מכל התעניות הסכמת הפוסקים שאין למעוברות לצום כלל (פסקי תשובות תרפ"ו הע' 9).
11. ומה שאמרנו שמעוברת פטורה, היינו **מתחילת ההיריון ועד סופו** (משנה ברורה ס"ק ג' ואור לציון שם).
12. **מיניקות**, לדעת השו"ע (שם) אינן מתענות כלל, וכן מנהג בני ספרד, וגם לגביהן כתב הרמ"א להחמיר שלא במקום צער, וכתבו הפוסקים שבימינו יש לחשוש שאם תתענה יפסק חלבה, ולכן לא תצום כלל (חוט שני שבת ח"ד עמוד רס ועוד), וכתב החוט שני וכן האור לציון (שם) שפטורה אפילו מניקה מעט או פעם אחת ביום.
13. **יולדת**, פטורה מלצום עד שלושים יום מהלידה (שו"ע סימן תקנד, ו), שדינה כדין חולה שאין בו סכנה שפטור מצומות אלה (עיין להלן), ואם היא חלשה אפשר להקל גם אחרי ל' יום (כף החיים סימן תקנ"ד ס"ק כח). ויש שהקילו בכל יולדת כ"ד חודש אחר הלידה, משום שלדעתם הטעם שפטרו מיניקה אינו מצד החלב שלה, אלא מצד שעל ידי הלידה איבירה מתפרקין ואינה חוזרת לבריאותה עד כ"ד חודש, ולהלכה יש להחמיר בזה, אבל הכל לפי הענין, ואם היא חלשה המיקל יש לו על מי שיסמוך (חזון עובדיה תעניות עמ' סב).
14. אישה **שהפילה** לאחר ארבעים יום מהעיבור, דינה כיוולדת (ביאור הלכה סימן תרי"ז סעיף ד', שמירת שבת כהלכתה פרק לו סעיף ה).
15. **חולה שאין בו סכנה** פטור מלצום בכל הצומות שאינם תשעה באב ויום הכיפורים, שבמקום חולי לא גזרו חכמים ולא תקנו כלל התענית עבורו (שו"ע סימן תקנ"ד, ו), ולא זו בלבד אלא שאסור לו להחמיר ולצום (משנ"ב סי' תק"נ ס"ק ד).
16. **מיהו חולה שאין בו סכנה?**
- א. מי שמחמת מחלתו חש **כאבים בכל גופו** או **שמוכרח לשכב במיטה** (שו"ע שכת, י).
- ב. **חום גבוה** מעל 37.5 מעלות כבר מלמד שיש סיבה רפואית לכך ולכן פטור מלהתענות (אור לציון חלק ג עמוד רס), ויש לדעת שחום גבוה יותר, לפעמים נחשב כחולי שיש בו סכנה.
- ג. **כאבי ראש** עד כדי שמזיע מחמתם (אור לציון שם).
- ד. **סכרת**, מעל 200-180 מ"ג.
- ה. **לחץ דם גבוה**.
- ו. **דלקת פנימית** כגון דלקת גרון, כליות, פרקים וכדומה.
- ז. **קלקול קיבה** וכדומה, הגורמים לשלשולים.
- ח. **חולי לב** שהתענית מזיקה להם.
- ט. **חולים במחלה ממארת** רח"ל.



17. חולה שעבר ניתוח קל, כגון ניתוח שבר, פטור שלשה ימים אחרי הניתוח. ואם אינו מרגיש טוב פטור שבעה ימים. ואם היה זה ניתוח קשה יותר, פטור שלשים יום, כמו ביולדת. והכל לפי הענין, דשאם מרגיש חולשה פטור אפילו לאחר מכן (אור לציון שם תשובה ו').
18. חולשה יתירה, כאבי עיניים, או כאבי ראש חזקים, פוטרים מן התענית, ובפרט בתענית אסתר (פוסקים בסימן תק"נ).
19. זקן מעל גיל 80 לא יצום (אור לציון ח"ג סי' כט). ופחות מגיל זה אם אומר הרופא שהתענית מזיקה לו, דינו כחולה שאין בו סכנה ופטור מלצום. ואם הוא חזק ובריא, יצום (כף החיים סי' תק"נ ס"ק ו'). והחכם עיניו בראשו שלא יזיק לעצמו על ידי הצום ויצא שכרו בהפסדו.
20. חולי קורונה עם תסמינים, כגון חום מעל 37.5, כאבי שרירים, או קוצר נשימה וכדומה, פטורים מן התענית.
21. חולה קורונה שאין לו תסמינים אבל נמצא בקבוצת סיכון לפתח מחלה קשה, ישאל למורה הוראה, ויש מקום להקל לו שלא להתענות.
22. חולה שהתרפא, ועדיין מרגיש חלש כתוצאה מהמחלה, פטור מהתענית. לדוגמא, מי שהיה לו חום למעלה מ-38 מעלות ומעלה במשך שלשה ימים, או חום עם דלקת ושלשולים, והבריא, פטור שלשה ימים אחר שהבריא. ואם היה זה חום גבוה (40-39 מעלות) שנחשב חולי שיש בו סכנה, פטור אחר כך שבעה ימים (אור לציון שם).
23. ודבר זה מצוי מאוד בחולי קורונה שלאחר שהחלימו סובלים מחולשה גדולה בכל גופם, ודינם כאמור בסעיף הקודם.
24. מי שהותר להם לאכול בתענית, ימעטו קצת באכילה ושתיה כדי שלא לפרוש לגמרי מן הציבור, ואם אין צורך רפואי בכך, לא יתענגו באכילת בשר ושתית יין (אשל אברהם סימן תרפ"ו).
25. כתב הדעת תורה בשם שו"ת בשמים ראש (סימן רל"ט), שמי שעל ידי התענית נחלש הרבה ביום שלאחר התענית, ונמצא שמצטער ביום הפורים, יש להקל לו שלא להתענות. אך לא פשטה ההוראה כך, ואין להקל ללא הוראת חכם (פסקי תשובות סימן תרפ"ו).
26. הפרזים הקוראים את המגילה בצאת התענית, ליל י"ד אדר, ינהיגו עליהם ועל זרעם שלא להרעיש בקריאת המגילה יתר על המידה, שלא להכביד על הזקנים והחלופים שהיתה קשה עליהם התענית.