

אמונה
שליחות
עשייה

באר יעקב

המועצה
התולית

מן השמים תנוחמו

הדרכה לאבלים

הלימוד לעילוי נשמת:



ולא תוסיפו לדאבה עוד

הלכות אבלות שבתורתינו הקדושה יש להם שני פנים. האחד מצד הנפטר, והשני מחמת קרובי המת החיים, אותם שעל פי דין התורה חייבים להתאבל עליו. מצד הנפטר, שכן פטירתו של אדם אינה כמו כלי שנשבר או בעל חיים שמת, שהרי כל אדם הוא 'עולם קטן' (תנחומא פקודי ג). החסרון של ביטוי הנשמה דרך חיי הגוף יש לו משמעות עצומה הרבה מעבר למה שאנו מצליחים להבין. בפטירת האדם הקרובים והמכרים עוצרים את שטף החיים ומתייחדים עם זכרונה של הדמות שנפטרה מן העולם. זהו כבודו של הנפטר.

אך גם מצד החיים, ישנו צורך אנושי פשוט להביע את הכאב והצער, האדם שנפטר קרובו שיקר לו מבקש לפרוק את צערו ולבטא את רגשותיו, טוב לו לקבל תנחומין שמרגיעים את סערת הנפש ומיישבים את הדעת. ולשם כך צריך למצוא את המסגרת המתאימה המאוזנת, שמצד אחד תביא לידי ביטוי את רחשי ורגשי לבו אך במידה ללא הפרזה רגשית המאבדת את טעם החיים ומעכירה את הדעת. וכך אמרו חכמים (מועד קטן כז,ב): "שלשה ימים - לבכי, ושבעה - להספד, ושלשים - לגיהוץ ולתספורת. מכאן ואילך - אמר הקדוש ברוך הוא: אי אתם רחמנים בו יותר ממני".

תקוותינו לעולם מתוקן כוללת בתוכה את ביטול תופעת המוות, זוהי למעשה מדרגת עולם הבא, שתחיית המתים היא ביטוי עוצמתי לעוז החיים ושלימותם המופיעים בה.

וכלשון ישעיה הנביא (כ"ה, ח'): "בַּלַע הַמּוֹת לְנֶצַח וּמָחָה אֲדָנִי יְהוָה דְּמַעָה מַעַל כָּל פְּנִים וְחָרְפֵת עִמּוֹ יִסִּיר מֵעַל כָּל הָאָרֶץ כִּי יְהוָה דִּבֶּר"

מן השמים תנוחמו.

אבלות שבעה

סעודת הבראה:

לאחר הקבורה אסור לאבל לאכול את הסעודה הראשונה מאוכל ששייך לו. שכניו וידידיו מביאים לו משלהם. נהגו לאכול לחם עם ביצים קלופות ו/או עדשים.

הנחת תפילין:

ביום הפטירה האבל אסור בהנחת תפילין. אם הפטירה ביום אחד והקבורה ביום אחר, כגון שנפטר ביום ונקבר בלילה או לאחר מכן, לא מניח גם ביום הקבורה. ויש נוהגים במצב זה להניח בצנעה בלי ברכה.

נעילת נעליים:

אסור לנעול נעלי או סנדלי עור. מותר לנעול נעלי גומי, בד, עץ או פלסטיק.

שאיילת שלום:

אבל אסור בשאיילת שלום במהלך כל השבעה. אינו שואל בשלום אחרים ואין האחרים שואלים בשלומו. ואם בכל אופן שאלו בשלומו בשלושת הימים הראשונים יאמר שהוא אבל, ולאחר מכן יכול להשיב בשפה רפה. אמירת המילה 'שלום' אסורה, אך בוקר טוב וכדומה מותר. ויש מחמירים.

ישיבה על הקרקע:

האבל בתוך השבעה יושב על הארץ או על כיסא נמוך עד גובה 30 ס"מ. נהגו להקל שהאבל ישן על גבי מיטה ולא על הארץ. תימנים נוהגים בעטיפת הראש.

בבית האבל:

נוהגים להדליק נר לעילוי נשמה במהלך כל השבעה. נוהגים לכסות את המראות בבית האבל. מותר לשטוף את הרצפה, להדיח כלים, ולסדר את הבית בשבעה.

רחיצה:

רחיצת הגוף אסורה אפילו במים קרים. רחיצת פנים ידיים ורגליים מותרת במים קרים. רחיצה להסרת לכלוך או לצורך רפואי מותרת.

סיכה ואפור:

סיכה בסבון משחה או דאודרנט לתענוג אסורה אפילו רק באיבר אחד. סיכה לצורך רפואי או לניקיון מותרת. אישה אבילה לא תתאפר בשבעת ימי האבל. כלה תוך 30 יום לנישואיה ובחורה בגיל השידוכים - מותרת.

עשיית מלאכה:

אסור לאבל ללכת לעבודתו ואסור לו לעשות את מלאכתו ע"י אחר או ע"י גוי. (כיום, חופשה מחמת אבלות מעוגנת בהסכמי העבודה). מותר לאבל לעשות עבודות בית נצרכות כמו הכנת אוכל, סידור הבית ושטיפתו, אבל לא יכבס ולא יגהץ.

תלמוד תורה:

אסור לאבל לתלמוד תורה בשבעת ימי האבלות. מותר לתלמוד דיני אבלות וכן דברים שאינם משמחים כגון ספר איוב. מותר בשבת לקרוא שניים מקרא ואחד תרגום.

חיי אישות:

חיי אישות אסורים בכל שבעת ימי האבלות בין לאיש ובין לאישה.

כיבוס ולבישת בגדים מנובסים:

בתוך שבעת ימי אבלות אסור לאבל לכבס את בגדיו, ואסור לו ללבוש בגד מנובס. ואין משהך את הבגד או לובש בגדים מנובסים. אם הבגד התלכלך או ספוג בזיעה מרובה מותר להחליפו, אך לפני שלובשו יתן את הבגד המנובס לאדם אחר ללבושו זמן קצר או יזרוק על הרצפה. על אביו או אימו צריך לקרוע את הבגד החדש שמחליף, אבל על שאר הקרובים לא צריך לקרוע. בגדי זיעה כמו לבנים וגרביים ניתן להחליף לפי הצורך.

תספורת וגילוח:

אסור לאבל להסתפר ולהתגלח, מותר להסתרק.

גיזת ציפורניים:

אסור לגזוז ציפורניים בכלי, אבל בידיו ובשיניו מותר.

יציאה מהבית:

אבל לא יצא מהבית שיושב בו כל השבעה, כדי שלא יסיח דעתו מן האבלות. כשיש צורך אפשר להקל, בפרט לאחר שלושה ימים ראשונים, ועדיף לצאת בצנעה כגון בלילה.

שמחה:

בתוך השבעה נאסר בשמחה לכן אין לשמוע מוזיקה, או ללכת לשמחות, ואפילו לשחוק עם תינוק וכדומה.

ברכת שהחיינו:

מותר, אך אם אפשרי עדיף לדחות לאחר השבעה.

שבת:

בשבת שבתוך השבעה נוהגת רק אבילות שבצנעה, כלומר: איסור תשמיש המיטה, איסור רחיצה ואיסור תלמוד תורה. מעט לפני כניסת השבת יחליף את בגדיו לבגדי שבת וינעל את נעליו. (אסור להתרחץ כמו בשאר הימים). מותר לומר שבת שלום.

קימה מהשבעה:

ביום השביעי, לאחר תפילת שחרית, ולאחר שמנחמים, אומרים לאבלים 'קומו' (וכל עדה ומנהגיה) וכך מסתיימים ימי השבעה.

אבלות שלושים יום

כל הקרובים החייבים באבלות מחוייבים באבלות זו

תספורת וגילוח:

אסורים כל שלושים יום. וביום השלושים יכול להסתפר ולהתגלח, מלבד אבל על אב ואם.
שיער השפם שמפריע לאכילה מותר לספר בתוך שלושים אע"פ שאסור בתוך השבעה.
בענין נשים,
לספרדים: אשה יכול להסתפר מיד לאחר השבעה.
לאשכנזים: דינה כדין האיש רק ביום השלושים.

ציפורניים:

אין ליטול ציפורניים בקוצץ או במספריים, מותר לטלם ביד או בשיניו. מותר לאישה לגזוז ציפורניה לצורך טבילתה.

רחיצה:

לאחר השבעה מעיקר הדין רחיצה אפילו בחמין מותרת, וכך נוהגים הספרדים. האשכנזים נהגו להחמיר ברחיצת תענוג כל שלושים יום, אך לצורך נקיון מותר, וכך נוהגים להקל להתרחץ במהלך השלושים יום ובפרט במקום חם.
סיכה מותרת לאחר השבעה.

בגד מכובס ומגוהץ:

לאחר השבעה מעיקר הדין מותר ללבוש בגדים מכובסים, וכך נוהגים הספרדים. האשכנזים נוהגים שלא ללבוש בגד מכובס בימי השלושים, אלא אם כן יתן לחברו ללבוש את הבגד או יניח על גבי הרצפה לזמן מה. ואפשר להקל גם בלא זה אם מחליף בגד מחמת זיעה או לכלוך בבגד. מותר לכבס בגדים לאחר השבעה גם למנהג האשכנזים.

בגד חדש:

למנהג הספרדים אסור ללבוש רק בגד מגוהץ לבן חדש, אך שאר בגדים מותר. והאשכנזים מחמירים שלא לקנות או ללבוש בגדים חדשים בתוך שלושים יום, ואם צריך אז ייתן לחברו ללבושו לפחות חצי יום. ויש גם ספרדים שנוהגים כך.

כלים חדשים:

אם יש צורך מותר לאבל לקנות בימי השלושים כלי בית ורהיטים או לסייד את הבית ולעבור דירה.

שאילת שלום:

מעיקר הדין האבל שואל בשלום אחרים ומשיב שלום, אבל אחרים אין שואלים בשלומם, ונוהגים להקל בשאילת שלום שלנו כגון "מה נשמע?" וכדומה. אין נותנים מתנה לאבל כל שלושים יום כמו שאילת שלום.

שינוי מקום:

האבל משנה את מקומו בבית הכנסת, למנהג הספרדים עד השבת שלאחר שבעת ימי האבלות, ובשבת חוזר לשבת במקומו. למנהג האשכנזים אבל על אביו ואמו משנה מקומו כל יב' חודש של האבלות, ועל שאר הקרובים שלושים יום כולל שבתות, ובחג אינו משנה את מקומו. שינוי המקום כשאפשר צריך להתרחק ד' אמות (2 מטר), ויש לשבת במקום אחורי יותר ואם אי אפשר ישנה לצדדים (ולא קדימה).

מוזיקה:

אסור לשמוע מוזיקה בתוך שלושים ימי האבלות, אבל לא צריך לצאת מביתו אם בני ביתו שומעים מוזיקה כל שאין כוונתו להינות ממנה. נגינה לצורך פרנסה או לימוד מוזיקה מותר.

שמחות:

אבל אסור בשמחה כל שלושים יום. לכן לא ילך לבית המשתה, לשמחות, למסיבת מרעים, לאירועים שיש בהם מוזיקה או ריקודים וכד'.
בחתונה במקרה של קרבה משפחתית כגון הורים בחופת בניהם, אחים בחתונת אחיהם או אחותם או חבר קרוב – ישאלו שאלת חכם כיצד לנהוג.
מותר להשתתף בכינוסי מצווה כגון ברית מילה, פדיון הבן, חנוכת בית, בר מצווה וכד', שלא בשעת הסעודה. מותר גם לטעום שם מיני מרקחת. אם יש שם ריקודים ותזמורת יש להימנע מלהשתתף. ספרדי שמקל להשתתף בסעודה במצבים אלו כשאינן שם מוזיקה וריקודים, יש לו על מה שיסמוך.

ביקורי חברים:

למנהג הספרדים כל שאין בו שמחה מותר. והאשכנזים מחמירים בזה ולא יזמין חברים לסעוד אצלו. ובשבת ויו"ט מותר להזמין אורחים ולהתארח אצל אחרים. לפעמים יש בביקורי חברים צורך משפחתי או צורך חשוב אחר, סעודה כזו שאינה לשמחת מרעות, מותרת.
אירועים גדולים של קהילות וכד' שמטבעם יש בהם עסק גדול ושמחה, אסורים לכולם. השתלמות מקצועית – מותרת.

אבילות של י"ב חודש

היא רק לבנים ולבנות על הוריהם

וניתקנה משום מצוות כיבוד אב ואם

תספורת וגילוח:

אבל על אב או אם אסור בתספורת עד שיגערו בו חבריו או שיהיה במצב שראוי שיגערו בו, כלומר, על פי רוב שלושה חודשים. ספרדים נהגו להמתין שני חודשים. אם גערו בו חבריו יכול להסתפר מיד לאחר הגערה אפילו ביום שלושים. בענין נשים, לספרדים נשים יכולות להסתפר מיד לאחר השבעה, ולאשכנזים יכולות להסתפר ביום שלושים ואין צורך בגערה.

בגד חדש:

למנהג הספרדים אסור ללבוש בגד מגוהץ לבן חדש עד שיגיע אחד מהחגים לאחר שלושים ויגערו בו חבריו שבגדיו בלויים. ולמנהג האשכנזים אין ללבוש בגדים חדשים במשך יב' חודשים, ואם צריך ייתן לחבירו ללבוש לפחות חצי יום. וכך נהגים תימנים, ויש מהספרדים שנוהגים כך. באירוע חשוב כמו חתונה מותר לחתן וכלה ולהורים ללבוש בגדים חדשים, שמנהג נדחה מפני השמחה.

כלים חדשים, שאילת שלום, שינוי מקום, מוזיקה - דינם לענין יב' חודש כמו שנזכר לעיל באבלות שלושים.

שמחות:

באופן עקרוני דינם כמו שנזכר לעיל באבלות שלושים. חתונה - אין להשתתף בחתונה, ובמקום צורך משמעותי אפשר להקל להגיע לחופה. הורי החתן והכלה או הסבא והסבתא רשאים להשתתף בחתונה. אחים וקרובים רשאים להגיע לחתונה, ולא ישתתפו ברקודים, ויאכלו בשולחן צדדי. למנהג האשכנזים ישמשו את האורחים, ויש מהספרדים שמקילים שאינם צריכים לשמש.

זמני אבלות אזכרה ועליה לקבר

תאריך פטירה: _____

שבעה - אזכרה: _____

סיום אבלות (יום שביעי מהקבורה, מקצת היום ככולו): _____

עלייה לבית העלמין: _____

שלושים

סיום האבלות (יום שלושים מהקבורה, מקצת היום ככולו): _____

אזכרה: _____

עלייה לבית העלמין: _____

אחד עשר חודש - הפסקת הקדיש: _____

למנהג הספרדים לאחר אחד עשר חודש (מיום הפטירה) מפסיקים למשך שבוע, ולאחר מכן חוזרים לאומרים עד סוף שנים עשר חדשים. אשכנזים ותימנים מפסיקים לומר אחד אחד עשר חודש (מיום הקבורה).

אזכרה (רק ספרדים נוהגים, אחד עשר חודש מהפטירה): _____

עלייה לבית העלמין (רק ספרדים נוהגים): _____

שנים עשר חודש

אזכרה (יב חודש מהפטירה): _____

עלייה לבית העלמין: _____

סיום אבלות על אב ואם (יב חודש מהקבורה, אין אומרים מקצת היום ככולו): _____

יום השנה (יארצייט ע"פ יום הפטירה): _____

בכל שנה נוהגים להדליק נר, לקיים אזכרה ולעלות לקבר ביום הפטירה (גם בשנה ראשונה).

- למנהג הספרדים אומרים קדיש מליל שבת הסמוכה ליום השנה עד ליום השנה.
- למנהג האשכנזים והתימנים אומרים קדיש בשבת שסמוכה ליום השנה, וביום השנה בלבד.



השכבה לאיש

הַמְרַחֵם עַל-כָּל-בְּרִיּוֹתָיו, הוּא יְחוּס וְיַחְמוּל וְיִרְחַם עַל נַפְשׁ רֹחַ וּנְשָׁמָה
שֶׁל הַנִּפְטָר בְּשֵׁם טוֹב מִן הָעוֹלָם (פב"פ),

רוח ה' תְּנִיחֶנּוּ בְּגֵן עֵדֶן: הוּא וְכָל-בְּנֵי יִשְׂרָאֵל הַשּׁוֹכְבִים עִמּוֹ בְּכָלל
הַרְחָמִים וְהַסְּלִיחוֹת,
וְכֵן יְהִי רָצוֹן וְנֹאמַר אָמֵן:

השכבה לאשה

הַמְרַחֵם עַל-כָּל-בְּרִיּוֹתָיו, הוּא יְחוּס וְיַחְמוּל וְיִרְחַם עַל נַפְשׁ רֹחַ וּנְשָׁמָה
שֶׁל הַנִּפְטָרָת בְּשֵׁם טוֹב מִן הָעוֹלָם (פב"פ),

רוח ה' תְּנִיחֶנָּה בְּגֵן עֵדֶן: הִיא וְכָל בְּנוֹת יִשְׂרָאֵל הַשּׁוֹכְבוֹת עִמָּה בְּכָלל
הַרְחָמִים וְהַסְּלִיחוֹת,
וְכֵן יְהִי רָצוֹן וְנֹאמַר אָמֵן:

קדיש

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא.

בְּעֶלְמָא דִּי בְּרָא כְרַעוּתָהּ וְיִמְלִיךְ מַלְכוּתָהּ וְיִצְמַח פּוּרְקָנָהּ וְיִקְרַב מְשִׁיחָה.
בְּחַיִּיכוֹן וּבְיּוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעַגְלָא וּבְזָמַן קָרִיב וְאִמְרוּ אָמֵן:
יְהִי שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעַלְמֵי עָלְמַיָּא. יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח וְיִתְפָּאֵר
וְיִתְרוֹמַם וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל, שְׁמֵהּ דְקוּדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא
לְעֵילָא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחֲמַתָּא, דְאִמְרִין בְּעֶלְמָא. וְאִמְרוּ
אָמֵן:

עַל יִשְׂרָאֵל וְעַל רַבְּנָן וְעַל תַּלְמִידֵיהוֹן וְעַל כָּל תַּלְמִידֵי תַלְמִידֵיהוֹן. דְעַסְקִין
בְּאוּרִיתָא קְדֻשָּׁתָא. דִּי בְּאַתְרָא הֲדִין וְדִי בְּכָל אַתְר וְאַתְר. יְהִי לְנָא וְלַהוֹן
וְלְכוּן חֲנָא וְחֻסְדָּא וְרַחֲמֵי. מִן קֳדָם מְאִרֵי שְׁמַיָּא וְאַרְעָא וְאִמְרוּ אָמֵן:
יְהִי שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא חַיִּים וְשָׁבַע וְיִשׁוּעָה וְנַחֲמָה וְשִׁיזְבָּא וְרַפּוּאָה
וְסְלִיחָה וְכַפָּרָה וְרוּחַ וְהַצָּלָה, לָנוּ וּלְכָל יִשְׂרָאֵל וְאִמְרוּ אָמֵן:
עוֹשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְוּמָיו הוּא בְּרַחֲמָיו יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עֲלֵינוּ וְעַל עַמּוֹ כָּל
יִשְׂרָאֵל, וְאִמְרוּ אָמֵן:

