

מנהגי אבלות וניחום אבלים

בשער זה מפורטים בתמצית ובקיצור הלכות ומנהגי האבלות וניחום האבלים. בהתאם לדרכה של היהדות הרפורמית הבחירה להקפיד בהלכות ולקיים את המנהגים השונים מסורה ליחיד ולבני המשפחה האבלים, ואין הכרח לקבלם כמקשה אחת. מותו של אדם קרוב והאבלות על לכתו הם אירועים קשים ומורכבים. ההתחשבות ברצונם וברגשותיהם של האבלים והרגישות להבדלים בגישות וברצונות של בני המשפחה השונים חשובה לא פחות מקיומם של המנהגים וההלכות. במקרה הצורך ניתן להסתייע ברבנינו לצורך עצה ומחשבה משותפת.

מי נוהג באבלות?

- א. חובת האבלות חלה על שבעה קרובים של הנפטר: אביו ואמו, בנו ובתו, אחיו ואחותו ובן/בת זוגו הנשואים לו. נוהגים במנהגי האבלות על פטירת הורה מאמץ, ילד מאומץ ואח שאומץ. כמו כן ניתן לנהוג במנהגי אבלות על פטירת אח/אחות לא ביולוגים.
- ב. קרובים נוספים כדוגמת נכדים או סבים וסבתות רשאים ויכולים לנהוג מקצת מנהגי האבלות יחד עם האבלים, לרבות לומר את הקדיש, אם האבלים נתנו לכך את הסכמתם.
- ג. בן שאביו אינו יהודי או אדם שהתגייר יכול לנהוג מנהגי אבלות על מות הורה או אח/אחות שאינם יהודים, ולומר לזכרם את תפילת הקדיש.

אנינות - מרגע הפטירה ועד ללוויה

- א. לאבלות ארבעה שלבים: אנינות, אבלות השבעה, אבלות השלושים, ובמקרה של פטירת הורים - אבלות שנה.
- ב. עם פטירתו של האדם, קרוביו החייבים באבלות מוגדרים כאוננים, עד הבאתו לקבורה. בתקופה זו מתמקדים האבלים בסידורי הלוויה ובהכנתה ואשר על כן הם פטורים מכל מצוות עשה. יחד עם זאת במידה והם בוחרים לעשות כן הם יכולים לנהוג במנהגי האבלות, לרבות אמירת קדיש בתפילה בציבור, עוד טרם הקבורה. על פי המנהג המסורתי, האוננים, בניגוד לאבלים בשבעה ובשלושים, אסורים באכילת בשר ושתית יין.

ג. המסורת היהודית מבקשת מהאבלים להביא את הנפטר לקבורה ללא שיהוי, הן מפני כבודו של המת והן בשל הרצון לסייע לאבלים להיכנס לתהליך האבלות וקבלת הניחומים. עם זאת במידה והשיהוי נעשה לכבודו של המת או לרווחתם של קרוביו האבלים (כדוגמת המתנה לבן משפחה המגיע מחו"ל) ניתן לעכב במידה סבירה את הלוויה.

השבעה

- א. עם הבאת הנפטר לקבורה וסתימת הגולל מתחילים האבלים את אבלות השבעה - תקופת האבל העיקרית.
- ב. על פי הכלל של "מקצת היום ככולו", יום הקבורה נחשב כיום הראשון של השבעה גם אם הקבורה הסתיימה סמוך לשקיעה. על פי אותו העקרון, האבלים רשאים לסיים את אבלות השבעה כבר בבוקר היום השביעי עם העלייה לקבר. במקרה בו נערכה הלוויה ביום ראשון מסתיימת השבעה עם צאת השבת, ואין האבלים נדרשים לשבת במוצאי שבת, גם אם העלייה לקבר נעשית בבוקר יום ראשון.
- ג. על פי רוב נוהגים לשבת בביתו של הנפטר, אולם אין בכך הכרח. האבלים יכולים לפצל את הישיבה במהלך השבעה בין בית הנפטר לביתם. האבלים יכולים לשוב בתום כל יום אבלות אל ביתם לצורך שינה והתארגנות, אם כי משפחות רבות נוהגות שהאבלים ישנים בבית בו יושבת המשפחה.
- ד. עם שובם של האבלים מבית הקברות מוגשת להם סעודת הבראה על ידי קרובים או שכנים. אכילת סעודת הבראה מוגדרת כחובה המוטלת על האבלים ועל המנחמים הקרובים והיא מיועדת לרווחתם הגופנית של האבלים השבים מהלוויה ועל מנת שלא להותירם לבדם. בכל מקום יש לברר ברגישות עם האבלים האם הם מעוניינים שילוו אותם בשובם מהלוויה.
- ה. לאבלים מותר לבצע את מטלות הבית השוטפות כדוגמת הכנת מזון לארוחותיהם, ניקיון הבית וכו'. יחד עם זאת מן הראוי שקרוביהם והמנחמים יסייעו בידם או ייטלו מידם משימות אלו, במידה והדבר מסייע לאבלים ומקל עליהם.
- ו. מן הבחינה ההלכתית, מוטלים על האבלים מספר איסורים במהלך ימי השבעה:
 1. איסור עשיית מלאכה: האבל אינו עוסק במלאכתו או בעסקו. יחד עם זאת במקרה של חשש לנזק משמעותי, מותר לאבל להסתייע באחרים לצורך הטיפול במלאכה, ובהעדר ברירה - אף לעשות הדבר בעצמו.

2. איסור רחיצה, סיכה ואיפור - האבלים אסורים ברחיצה לשם תענוג, להבדיל מרחיצת הגוף מטעמים הגייניים. נוהגים שלא להתאפר אך אין מניעה מלהשתמש בתכשירים הגייניים כדוגמת דאודורנט.
3. איסור תספורת וגילוח - האבל אינו מסתפר ומתגלח במהלך השבעה. אין מניעה על האבל מלהסתרק ולהתקין את שערו.
4. ישיבה על כסא שפוף - נוהגים שהאבלים, בזמן ישיבתם, יושבים על הקרקע או על כסא נמוך.
5. נעילת נעלי עור - האבל אסור בנעילת נעלי עור. אין מניעה לנעול נעלי בד וכדו'.
6. איסור כיבוס וגיהוץ - האבל אינו מכבס בגדיו במהלך השבעה ואינו לובש בגדים חדשים. נוהגים שהאבל על אמו או אביו לובש את הבגד בו בוצע הקריעה במשך ימי השבעה.
7. קיום יחסי אישות - האבל אסור בקיום יחסי אישות במהלך כל ימי השבעה.
8. איסור שמחה והשתתפות באירועי שמחה - האבל אסור בגילויי שמחה, כשמיעת מוזיקה לצורך תענוג או בהשתתפות באירועי שמחה במהלך השבעה.
9. איסור תלמוד תורה - האבל אסור בלימוד תורה לשמה, שכן הדבר מביא לידי שמחה. בשל כך - האבל אינו עולה לתורה במהלך השבעה, לרבות בשבת. נוהגים שהמנחמים יכולים לומר דברי תורה לזכרו של הנפטר בבית האבלים, ומשתדלים להתמקד בענייני אבלות, זיכרון וניחום אבלים.
10. איסור שאילת שלום - האבל אינו דורש בשלום של אחרים ואינו משתמש במטבע הברכה "שלום".
11. איסור אכילת פרי חדש או קניית חפץ חדש - האבל אינו משתמש בחפץ חדש או לובש בגד חדש במהלך השבעה. נוהגים שלא לאכול פרי בפעם הראשונה בעונה כדי להימנע מברכת "שהחיינו".
12. בצד האיסורים ההלכתיים קיימים מנהגים נוספים שרווחים ברבות מן העדות: הדלקת נר נשמה, כיסוי המראות בבית ועוד.
13. נוהגים להתפלל עם האבלים בביתם על מנת לאפשר להם לומר קדיש אבלים תוך כדי התפילה. האבלים יכולים לשמש כשליחי ציבור, ומנהג חלק מהקהילות להקפיד דווקא שהאבלים יעברו לפני התיבה בימי השבעה.

14. לאחר התפילה ניתן גם לומר את תפילת "אל מלא רחמים" או את תפילת ההשכבה. בקהילות היהדות המתקדמת סופרים נשים וגברים למניין ונוהגים שהן האבלים והן האבלות אומרות קדיש.
15. בבוקר היום השביעי של השבעה נוהגים לעלות לקבר הנפטר/ת ולערוך אזכרה. עדות ספרד נוהגות לערוך אזכרה וסעודה לזכר הנפטר בלילו של היום השביעי, במקום בו יושבים האבלים.
16. בחנוכה נוהגים להדליק נרות בבית האבלים. יש הנוהגים בפורים לקרוא את מגילת אסתר בבית האבלים ויש הנוהגים לצאת לשמיעת המגילה לבית הכנסת.

אבלות בשבת ובחג

- א. יום השבת נספר כאחד מימי השבעה. יחד עם זאת ביום זה לא נוהגים את מנהגי האבלות הפומביים, אלא רק מנהגי אבלות שבצנעא. אשר על כן האבלים רשאים להחליף בגדיהם, לנעול נעלי עור, לצאת לבית הכנסת לתפילות השבת, לערוך סעודות שבת וכו'. אין מניעה מביקורים של מנחמים ביום שבת, אולם נוהגים שרק הקרובים ביותר לאבלים עושים כן.
- ב. חגי התורה: ראש השנה, יום הכיפורים, סוכות, פסח ושבועות מפסיקים את אבלות השבעה, גם אם האבלים הספיקו לשבת באבלותם במשך זמן קצר לפני כניסת החג. אבלים המעוניינים בכך יכולים להמשיך ולקבל מנחמים גם לאחר החג ואפילו בתוך חול המועד (במקרה של סוכות ופסח). יחד עם זאת לאחר החג האבלים אינם נוהגים במנהגי אבלות השבעה.
- ג. קרוביו של אדם שנקבר במהלך חול המועד מתחילים את אבלות השבעה עם צאת החג למשך שבעה ימים. יחד עם זאת אם האבלים מעוניינים לקבל פני מנחמים במהלך ימי חול המועד הם רשאים לעשות כן, מבלי שהם חייבים במנהגי האבלות עצמם במהלך ימי חול המועד. עם צאת החג מקבלים פני מנחמים עד היום השביעי מהקבורה, ואין הכרח לקבל פני מנחמים עד להשלמת שבעת ימי האבל.
- ד. משפחה המביאה את יקירה לקבורה לפני חג או במהלך ימי חול המועד ראוי ותבהיר את רצונה מבחינת ניחום האבלים במודעות האבל או בהעברת השמועה דרך קרובים ומכרים.

ניחום אבלים

- א. ניחום אבלים הוא אחד מן הביטויים המרכזיים במסורת היהודית למעשה של גמילות חסדים. במעשה זה טמונים במקביל הפגנת הכבוד לאדם הנפטר וליקיריו האבלים (ובלשון המסורת: כבוד המת וכבוד החיים).
- ב. עיקר חובת ניחום האבלים בשעה שהאדם מתאבל על מתו את אבלות השבעה. יחד עם זאת יכול אדם לנחם את האבלים גם במהלך אבלות השלושים אם נמנע ממנו לנחמו במהלך שבוע האבל.
- ג. עיקר ניחום האבלים נעשה פנים אל פנים, אולם בהעדר יכולת לנחם את האבלים בביתם ניתן לנחם גם בכתב או הטלפון.
- ד. המנחם צריך לנהוג ברגישות באבל ובתחושותיו. להימנע מלכפות עליו שיחה על הנפטר, לאפשר לו להשיח באשר על לבו, וברצותו - להימנע כלל משיחה. מנגד אם האבל מבקש לשוחח על יקירו - להאזין לו ולתמוך בו. יש להיזהר מלהטיף לאבל על דרכי התנהלותו בתקופת האבלות ולאפשר לו להביע את צערו בדרך שיבחר.
- ה. נוהגים שלא לנחם אבלים בשבת אלא רק הקרובים להם ביותר. בהעדר קרובים יש לבדוק עם האבל אם הוא מעוניין שלא להיוותר לבדו במהלך השבת.
- ו. ניתן לנחם אבלים בחג - אך גם כאן ראוי והדבר יעשה על ידי הקרובים. נוהגים לנחם אבלים בחול המועד לאחר קבורת יקירם, אלא אם האבלים מבקשים לקבל פני מנחמים רק מצאת החג, במקביל לשבעת ימי האבלות בהם הם חייבים.
- ז. לכל עדה, קהילה ומשפחה - מנהגים ומסורות של ניחום אבלים, ומן הראוי שהמנחמים יכוונו לדרכו של האבל ולמנהגיו.

אבלות השלושים

- א. בתום אבלות השבעה, מתחילה תקופת האבלות המשנית הנמשכת עד ליום השלושים ממועד הלוויה. אבלות זו נוהגת על פטירתם של אותם הקרובים עליהם יושבים "שבעה".
- ב. מן הבחינה ההלכתית נוהגים בתקופת ה"שלושים" חלק מצומצם ממנהגי האבלות שנוהגים במהלך השבעה: איסור גילוח ותספורת; איסור השתתפות באירועי שמחה; איסור רכישת בגדים חדשים, ציוד וריהוט שאינם לצורך משמעותי או דחוף.
- ג. חתן או כלה, שבמועד חופתם שנקבע מראש מצויים באבלות השלושים, עורכים

- את חתונתם כמתוכנן, לרבות כל גילויי השמחה. קרוביהם המצויים אף הם באבלות השלושים (לדוג': הוריהם ואחיהם) יכולים לטול חלק בחתונה, אך נמנעים מגילויי שמחה יתרים (ויש הנמנעים מהריקודים).
- ד. מנחמים שלא עלה בידם להראות פנים לאבל במהלך השבעה, עושים זאת במהלך אבלות השלושים, תוך תיאום עם האבל והתחשבות ברצונו להמשיך ולקבל מנחמים.
 - ה. ביום השלושים ממועד הלוויה עולים לקבר הנפטר ועורכים אזכרה. עדות ספרד נוהגות לערוך אזכרה בבית הנפטר או בבית האבלים בליל יום השלושים, ויש הנוהגים לערוך את האזכרה בבית הכנסת.
 - ו. רבים נוהגים להעמיד את המצבה על קבר הנפטר לקראת אזכרת השלושים ויש הנוהגים להמתין עד לתום שנת האבל הראשונה.
 - ז. ימים טובים (ראש השנה, יום הכיפורים, סוכות, שמחת תורה, פסח ושבועות) מפסיקים את אבלות השלושים בדומה להפסקת אבלות השבעה.
 - ח. אם החל האבל את אבלות השבעה בסמוך לראש השנה מבטל חג זה את אבלות השבעה. לאחר החג נוהג האבל במנהגי אבלות השלושים עד ליום הכיפורים וחג זה מבטל אבלות זו. החל האבל את אבלות השבעה בסמוך ליום הכיפורים, תופסק האבלות עם כניסת החג, וחג הסוכות יבטל את אבלות השלושים. במקרה של ביטול אבלות השלושים נוהגים לערוך את האזכרה בערב החג, ויש הנוהגים להמתין עם האזכרה לחלוף שלושים ימים בכל מקרה.

אבלות השנה על פטירת הורים

- א. במקרה של אבלות על מות אב או אם, האבלות אינה מסתיימת אחרי שלושים ימים אלא נמשכת שנה שלמה מיום הקבורה. תקופת אבלות זו אינה נוהגת על מות הקרובים האחרים עליהם חייבים באבלות ה"שבעה" וה"שלושים". אבלות השנה נמשכת בכל מקרה שנים עשר חודשים בלבד, לרבות בשנה מעוברת.
- ב. מן הבחינה ההלכתית נוהגים שלא להשתתף באירועי שמחה במהלך השנה, לצאת לטיולים של תענוג (להבדיל מחופשות לטובת מנוחה והחלפת כוח) וכן לא לקנות קניות חדשות של מותרות (להבדיל מקניות של צורך).
- ג. אין הכרח מן הבחינה ההלכתית לדחות מועד של חתונה שנקבע מראש למועד בו החתן והכלה מצוים באבלות השנה על הורה. הורים ואחים רשאים לטול חלק בחתונת ילדם / אחיהם במהלך אבלות השנה על מות ההורה, אך מצמצמים את גילויי השמחה כדוגמת הריקודים.

משך אמירת קדיש

- א. תפילת הקדיש היא התפילה העיקרית הנאמרת לזכרם של הנפטרים על ידי קרוביהם האבלים. את התפילה אומרים בעת הלוויה ובאזכרות וכן בכל אחת מתפילות היום במהלך תקופת האבלות.
- ב. על כל הנפטרים, למעט אם ואב, אומרים קדיש במשך כל אבלות השלושים ובימי הזיכרון השנתיים. האבלים על מות אב או אם אומרים את הקדיש במשך שנה שלמה. יש הנוהגים לומר את הקדיש במשך אחד עשר חודשים בלבד.
- ג. במהלך תקופת האבלות האבלים אומרים גם את נוסח "קדיש דרבנן" הנאמר לאחר לימוד תורה בציבור.

יום הזיכרון השנתי

- א. מדי שנה נוהגים לציין את יום הפטירה בעליה לקבר ו/או במעמד תפילה ולימוד. עדות ספרד נוהגות לערוך סעודה ואזכרה בליל יום הזיכרון השנתי בבית הנפטר, בבית קרוביו או בבית הכנסת.
- ב. בשנה הראשונה נוהגים לציין את יום האזכרה בתאריך הקבורה. החל מן השנה השנייה מציינים את יום האזכרה בתאריך הפטירה.
- ג. ביום הזיכרון השנתי נוהגים להדליק נר נשמה. נוהגים לעלות לתורה בשבת שלפני יום האזכרה וביום האזכרה עצמו אם חל ביום בו קוראים בתורה.
- ד. חל יום הזיכרון השנתי בשבת, יש הנוהגים להקדים את העליה לקבר ליום שישי ויש הנוהגים לאחר ליום ראשון.
- ה. בשנה מעוברת - עדות ספרד נוהגות לקיים את יום האזכרה באדר ב'. עדות אשכנז - באדר א', למעט אם תאריך הפטירה עצמו היה בחודש אדר ב' בשנה מעוברת.
- ו. קרובי הנפטר שהיו חייבים באבלות אחרי פטירתו אומרים ביום הזיכרון השנתי את הקדיש במסגרת תפילות היום. יש הנוהגים שאדם המציין יום זיכרון לפטירת אחד מקרוביו (עליהם הוא היה חייב באבלות) משמש כשליח הציבור בתפילות הנערכות ביום הזיכרון.
- ז. בשבת שלפני יום הזיכרון השנתי נוהגים לעלות לתורה. בעדות ספרד אומרים את סדר ההשכבה לזכר הנפטר לאחר העלייה.

תפילות זיכרון בבית הכנסת

- א. בקהילות אשכנז, וכך גם במנהג קהילות היהדות הרפורמית בישראל, נוהגים לומר סדר הזכרת נשמות בבית הכנסת בארבעה מועדים: יום הכיפורים (לאחר קריאת התורה בשחרית או במנחה), שחרית שמיני עצרת (שמחת תורה), שחרית שביעי של פסח ושחרית חג השבועות.
- ב. במסגרת סדר הזכרת הנשמות אומרים את תפילת היזכור ואת תפילת אל מלא רחמים.
- ג. בקהילות ספרד נוהגים לומר השכבות לזכר הנפטרים בליל יום הכיפורים ולאחר העלייה לתורה בשבת שלפני יום הזיכרון השנתי.

**בְּלַע הַמּוֹת לְנֶצַח וּמָחָה אֶדְנִי יְהוָה דְּמַעָה מֵעַל כָּל
פְּנִים וְחָרַפְתָּ עִמּוֹ יִסִּיר מֵעַל כָּל הָאָרֶץ כִּי יְהוָה דִּבֶּר.
ישעיהו כה ח**

