

גבריאל מור יוסף

מו"צ מוסמך בדיני טהרת המשפחה

rav.chatanim@gmail.com

0504133062

הלכות נדה [טהרה המשפחה]

הלכות נדה [טהרת המשפחה]

- בתורה כתוב ו"אל אישה בנידת טומאתה לא תקרב", בזמן שהאישה רואה דם היא נדה ואינה מותרת לבעלה.
- הימצאות דם אוסרת, וכל עוד האישה אסורה צריכים הרחקות כפי שיתבאר בסוף, כלומר כל יציאת דם בכל גודל שהוא בכל צורה שהיא ומכל סיבה שהיא מטמאת את האישה וצריכה תהליך טהרה כפי שיבואר להלן על מנת לחזור להיות טהורה לבעלה.
- מכל סיבה שהיא בעולם דם היוצא מן הרחם מטמא תמיד, בין אם הדם מגיע כתוצאה ממחזור בזמנו, או שיבוש רפואי, או אפילו ממאמץ או פעילות כלשהי, תמיד!! כל יציאת דם אוסרת מידית את האישה לבעלה וצריכים לנהוג בכל הדינים המתאימים לתקופה זו.
- עצם נוכחות דם בנרתיק אוסרת, לפיכך אם האישה רואה שם דם הרי היא טמאה נדה ואסורה לבעלה, זה יכול להיות באופן של מחזור רגיל, או בדיקת עד [חתיכת בד לבדיקת נקיות הנרתיק] שמוצאת בו דם, או מציאת דם בלבנים, או מציאת דם בחצאית, מצעי מיטה ספה וכדו', שכל דם היוצא ממנה מטמא אותה.
- כאשר מדובר בדם בגופה ממש אין אופן היתר כלל ותמיד טמאה מדאורייתא.
- כתם מדרבנן: במקרים שהדם אינו בגופה אלא על מוצר כלשהו, טמאה, ואם הוא פחות מגריס [מטבע שקל], או על בגד צבעוני [כהה], או נמצא על קרקע או שיש סיבה לומר שהדם הגיע ממקור חיצוני, יש מקום להתיר על פי התיעצות עם רב.
- כשנראה שהגיע המחזור תמיד טמאה, ולא מועיל היתרים לעיל.
- בכל מקרה אם נטמאה, זקוקה לתהליך הטהרה מחדש כפי שיבואר להלן.
- באם הוברר ע"י רופא שמדובר במכה או פצע בנרתיק אך לא מדובר בדם המגיע מן הרחם, טהורה.

נערך ע"י הרב ג.מ.י

rav.chatanim@gmail.com

ובאתר chatanim.org

דיני הרחקות:

- בזמן שהאישה רואה דם, היא אסורה לבעלה עד שלב הטהרה, האיסור כולל את הזיווג.
- כמו"כ אסורים בחיבוק ונישוק, מגע, הושטה מיד ליד, נגיעה בבגדים של זל"ז, או בגדים עצמם הנוגעים בז"ז. [הרמה יחד מותרת].
- אסורים בישיבה על ספסל אחד שמתנדנד או מרגישים זא"ז, אך בספה עם כריות נפרדות או ספסל מקובע, מותרים לשבת, ספסל אחורי של רכב מותרים לשבת עליו הגם שהוא רך.
- **נסיעה יחד לטיול** לבד ברכב אסורה, אלא"כ ילד בגיל שלוש ומעלה מצטרף, הליכה רגלית, או נסיעה לטיול בצירוף נוסעים נוספים כגון אוטובוס וכדו', מותר.
- **הפרדת מיטות** במרחק של חצי מטר לכתחילה, בדיעבד גדול גם במרחק אורך של כף יד מספיק. כמו"כ אסור לסדר המטה בפני הבעל משום חיבה [כיסוי המזרון וכיסוי הפוך מותר אף בפניו] לא לשכב על מיטתו בפניו, לשבת אפשר, הוא לא יכול אפי' לשבת גם שלא בפניה.
- כשאחד מבני הזוג חולה הדבר היחיד שמותר זה הושטה, אך לא נגיעה.
- **אוכל:** לא לאכול מצלחת אחת משום חיבה, היא יכולה לשתות או לאכול אחריו, אם הועבר לצלחת אחרת מותר, לא להגיש לבעל ישירות אוכל לצלחת או צלחת מוכנה באוכל למקומו אלא בשינוי כגון הרחקה מעט. צריך להשים היכר בזמן אכילתם אם אין נוכח נוסף בשלחן.
- אסור לבעל להסתכל על מקומות המכוסים שבאישה, לכן תנהג בצניעות בנוכחותו, בזמן שאסורה צריכה להקפיד על כיסוי ראש גם בתוך הבית, אסור לבעל לשמוע אותה שרה לכן לא לשיר לידו בזמן שאסורה.
- מסירת תינוק מיד ליד אסור אלא"כ הוא גדול שמצליח להושיט עצמו אל האיש וכדו' שאז מותר, באם הוא חולה או יושן אסור למוסרו אפי' אם יכול להושיט עצמו כי צריך להושיט עצמו בפועל.
- כל המקפידים קלה כבחמורה בדיני הרחקות יזכו לילדים צדיקים ושלוש בית הדוק עם הרבה אהבה, מהניסיון: שזוגות שזלזלו מעט היה להם בעיות פוריות חינוך ילדים, ומריבות בין בני הזוג, כל הגעגועים של אישה לליל טבילה זה רק כשמקפידים על כל דבר קטן של נגיעה הכי קטנה.

תהליך הטהרה: ה' שלבים:

א' המתנה:

- כל אישה לאחר שראתה דם צריכה המתנה של 5 ימים לניקוי, ואח"כ מתחילה בשבעה נקיים, כלומר מרגע שרואה היא אסורה לבעלה, וממתינה חמישה ימים בכל מקרה, גם אם היא רואה הרבה דם או שרואה דם קצת מאוד, ואפילו מלכתחילה ראתה רק כתם קטן שאסר אותה, אזי היא ממתינה חמישה ימים שהם בסיס התחלתי המחויב בכל מקרה של דם.
- אחרי החמישה ימים באם הבחינה שנגמר הדם יכולה לעבור לשלב הבא שנקרא הפסק טהרה, אך אם לא הסתיים הדם צריכה להמתין לסיומו.

נערך ע"י הרב ג.מ.י

rav.chatanim@gmail.com

ובאתר chatanim.org

ב' הפסק טהרה:

- על מנת שהאישה תוכל להיות מותרת לבעלה, שלב שני בתהליך זה, נקרא "הפסק טהרה" [שפירושו הפסקה מן הטומאה וכניסה לטהרה, כלומר הפסק הנרתיק שנפסק הדם לחלוטין].
- **שטיפה:** האישה צריכה לרחוץ היטב את הנרתיק וסביבתו במים חמים, [לא קרים] השטיפה צריכה להיות טובה עם זרם מים או ישיבה באמבטיה, כך שיתנקו כל כפלי העור, וסביבותיו. אח"כ מנגבים הכל היטב, וממתינים לכה"פ שלוש דקות ואח"כ בודקים. [חשוב להיזהר לנגב היטב אך בעדינות רבה עם מגע מיוחד שלא לפצוע].
- הבדיקה: לוקחים עד [חתיכת בד קטן, ניתן לקנות בחנויות בד מותאם] ומסובבים על האצבע, אח"כ מכניסים לאותו מקום, ומבצעים סיבוב בפנים ומוציאים, אם העד יוצא נקי הרי זה נקרא הפסק טהרה.
- **העיתוי:** לכתחילה קרוב לשקיעה [כחצי שעה לפני, באם זה שניה אחרי השקיעה, אותו היום נפסל], בימים קצרים או שבזמן קרוב לשקיעה האישה נמצאת חוץ לבית, יכולה לבדוק אפי' מהבוקר.
- **ראוי להניח מוך דחוק:** כלומר עד שנדחף פנימה ומונח שם מלפני השקיעה עד אחרי צאת הכוכבים, בערך כחצי שעה, ואחר כך בודקת אם הוא נקי. אם המקום רגיש ניתן לוותר על בדיקת מוך.
- החלפת בגדים: מיד לאחר הבדיקה האישה צריכה להחליף תחתון לצבע לבן, כמו"כ בגדי לילה ומצעים יהיו בצבע לבן, כל אלו למשך כל השבעה נקיים.
- באם האישה מרגישה פצע בנרתיק והוא מקשה עליה לבצע את הבדיקה משום שתמיד ישנו כתם דם, או שמפחדת, שיהיה כתם דם, אזי תברר אצל רב כיצד לבצע את הבדיקה, או שתבצע אותה אצל אחות הלכתית.

ג': בדיקות שבעה נקיים:

- אחרי שביצעה את ה"הפסק טהרה" היא מתחילה "שבעה נקיים" שהם שבע ימים של בירור נקיות הנרתיק ע"י עד, כל יום פעמיים, בדיקה אחת בבוקר ובדיקה אחת קרוב לשקיעה, שבכך היא מבררת שלא יצא עוד דם כלשהו, וכך כשהיא עוברת שבעה ימים שלמים היא יכולה לטבול לאחריהם כלומר בליל שמיני.
- לפעמים המקום רגיש לבדיקות בגלל שהעד יבש ובחיכוך עם מגע העור האינטימי ישנו פציעה קלה, לפיכך כשהמצב הוא כזה ניתן להרטיב מעט מאוד את העד [שהיה לח מעט, ולא רטוב], כמו"כ ברגישות גבוהה כמו שמצוי אחרי לידה, יש לברר אצל רב אילו בדיקות מעכבות ואלו ניתן לדלג.
- באם קרה ובאמצע השבעה נקיים האישה חשה בפצע או כואב בנרתיק, ומצאה טיפת דם בבדיקת העד שנראית קשורה למכה, תשלח את השאלה [העד] לרב, כי לפעמים ניתן להתיר, וזה רק על ידי שאלת חכם.

ד' הכנה לטבילה:

- **לא לשכוח:** ביום השביעי בדיקה [לכל הפחות אחת]. ללא בדיקה זו אינה יכולה לטבול.
- **זמן ההכנה:** הכי טוב להתחיל ביום ולסיים בלילה, למעשה ניתן לעשות הכל ביום או הכל בלילה ובלבד שההכנות ייעשו בנחת ובלי בלבול.
- ביום הטבילה לא לאכול בשר כדי להימנע גם מדברים הנדבקים בשיניים וכדאי גם ליזהר מקורנפלקס, וכדו'.
- הכנה לטבילה כוללת שני חלקים: רחיצה, עיון.
- **רחיצה:** לשבת באמבטיה כשעה, יש עדיפות לאמבטיה דווקא, [בדיעבד מקלחת בסדר] בזמן הישיבה לבצע סיבוב טוב של הגוף, עם שימת לב למקומות שקשה להגיע אליהם, וכן לכפלים כגון בין הרגליים, תחת הידיים, חזה וכו', חשוב

נערך ע"י הרב ג.מ.י

rav.chatanim@gmail.com

ובאתר chatanim.org

לחפוף את השיער היטב עם שמפו טוב שאינו מקשה את השיער, אלא מאפשר סירוק חלק, כמו"כ לנקות עור יבש לגמרי, לנקות קילופי עור, לנקות פצעים ככל שניתן, כלומר לרכך את הפצע ולהוריד את השכבה היורדת בקלות, לבצע גילוח במקומות המתאימים כפי מנהג האשה, וכן שלא ישאר מעט כי אז יש בכך הקפדה של חציצה אלא לגלח כפי הניתן באופן מוצלח, וכן ניקוי שיער בפנים למנוע הישארות של שיער שאינו רצוי כי כל שיער כזה עלול לחצוץ. וחציצה פוסלת את הטבילה.

- **לאחר הרחיצה:** ניקוי האוזניים היטב, ניקוי הפה היטב היטב, שלא ישאר שום פירור בין השיניים, גזיזת ציפרניים, חשוב להשים לב לא לשכוח כלום הן של ידיים והן של רגליים.
- לאחר ההכנה אין לאכול כלל, ניתן לשתות משקה נקי. [ללא סיבים וחתיכות פרי]
- **עיון:** בסיום ההכנות יש לעבור על הפריטים שבוצעו כהוגן: ציפרניים גזורות כהוגן, שיער מסורק לגמרי היטב, [כינים מהווים חציצה לכן אם ישנם ראוי להוציאם ככל הניתן לגמרי] לנקות קילופי עור ועור יבש, לנקות אוזניים היטב, לנקות פנים היטב, וכן את כל האיפור, לנקות את הפה מכל לכלוך, לצחצח שיניים היטב [במידת הצורך להיעזר בחוט דנטלי, מקלות שיניים] וכן להוציא עדשות מגע מכיון שהם מהוות חציצה [ניתן להוציאם סמוך לטבילה, אך חשוב לזכור.

ה' טבילה ודיני חציצה:

- **טבילה:** ראוי שהשיער לא יהיה ארוך הרבה, בעת הטבילה כל הגוף צריך להיות בתוך המים כולל השיער עד סופו, [מכיון שדרך השיער לצוף ואז הוא לא מוקף מים לכן ראוי להכניס את הראש עד למצב שהשיער טבול לגמרי או להחזיק השיער ביד באופן רך על מנת שיכנס בו המים] צריך לטבול במצב משוחרר ולא מקוץ, בכיפוף קל ובפתיחת ידיים ורגליים מעט.
- ישנם שנוהגות לברך לפני הטבילה, ישנם שנוהגות אחרי, כל אחת תעשה כמנהג אמה, אם אין ידוע מנהג עדיף לברך אחרי הטבילה. ישנן שנוהגות לטבול פעמיים להצלחת הטבילה.
- **חציצה:** כל ההלכות לעיל שעסקו בניקוי הגוף מטרם למנוע חציצה בין מי המקוה לגוף, מאחר שכל חציצה ולו המזערית ביותר מקלקלת את הטבילה וכאילו לא טבלה לכן ראוי להקפיד על ניקוי הגוף ומניעת דברים החוצצים לחלוטין.
- לאחר הטבילה תמהר לביתה, ולא תשתהה בסיבובים בחוץ מטעמי צניעות, ראוי שאחר הטבילה תראה דבר טוב ולא טמא ח"ו כי זה משפיע, לכן ישנן שנוהגות להביט בתמונה של צדיק במקוה או בפני הבלנית, ולא לפגוש בדבר טמא ביציאה מן המקוה.
- אישה שחזרה לבית וגילתה שמצאה דבר חוצץ המונח עליה שכנראה היה מלפני הטבילה תשאל לחכם שיברר בדיוק כי יש בזה פרטים רבים.
- **צניעות הטבילה:** אסור שמישהו יידע שהאישה טובלת מטעמי צניעות, כמו"כ חשוב שלא ישימו לב העוברים ושבים שהיא בדרכה למקוה ותצניע זאת ככל האפשר, ובגמרא כתוב שאישה שנזהרת בזה תזכה לבנים כשרים ואילו אישה שאינה מקפדת בכך נדבק בה רוח של טומאה שיכול להשפיע על העובר.
- בעת השהייה במקוה אם אישה פוגשת חברתה או סתם נשים אין ראוי שתדברנה זו עם זו, כלומר מטבע הדברים שעלולים לפגוש מכרות כלשהם, וראוי מאוד להקפיד לא לפתח שיחה מעבר לאמירת שלום, משום שבכך כל אחת מספרת לבעלה מה היא אמרה וכו' ויש בכך ידיעה מי הייתה וכו' ודבר זה מעורר קינאה בין הזוגות, לפיכך אין לפתח שיחה מעבר לשלום, כמו"כ להקפיד לא לומר בבית את מי פגשתי במקוה.

נערך ע"י הרב ג.מ.י

rav.chatanim@gmail.com

ובאתר chatanim.org

דיני וסתות:

- וסת פירושו קביעות, כלומר קביעות למחזור, יום קבלת המחזור יכול להוות צפי על תאריך מסוים בו תקבל שוב מחזור, המשמעות היא בתאריך הצפוי יצטרכו להימנע מקיום הזיווג למנוע תקלה כפי שיבואר להלן:
- ההלכה אומרת שבני זוג צריכים לפרוש זה מזה בזמן הוסת, בשביל שלא תהיה תקלה של ביאה בזמן שהיא נדה, וביאת נידה האיסור בכרת כמו אכילת חמץ בפסח. יש לשים לב שבזמן הוסת ההרחקות הן רק מעצם הביאה, מה שאין כן במצב נידה ממש ההרחקות הם כוללות מגע וקירבה המעוררת זיווג.
- כמו"כ בזמן הוסת האישה צריכה לבדוק עצמה פעמיים בבוקר ובערב, ולברר אם הגיע הוסת, אם הגיע הוסת או שהעד נמצא עם דם ה"ה אסורה, אך אם היא עדיין נקיה ה"ה מותרת למחרת יום הוסת וכמובן בזהירות רבה, לפני תשמיש ראוי שתעביר על עצמה איזה ניגוב חיצוני לראות שלא הגיע הוסת, ואז מותרת.
- באם הוסת קבוע וידוע אזי אינה צריכה לפרוש אלא בזמן הוסת, ובאם אינו קבוע כפי שמצוי כיום צריכה לפרוש בשלוש וסתות שעלולים להיות פעילים לגבה, ואלו הן: וסת החודש, וסת הפלגה, עונה בינונית.
- וסת החודש הוא התאריך העברי האחרון שראתה בו אזי התאריך החופף הבא הוא הוסת הצפוי, אם ראתה בפעם האחרונה ב"א ביום מסמנת לחודש הבא את י"א ביום בלבד ואם לילה אז בלילה בלבד.
- וסת הפלגה הוא הפרש הימים בין וסת לווסת כלומר אם רואה שני וסתות יכולה לבדוק את סך הימים ביניהם ואת זה לחשב שוב ולפרוש בעונה של היום או הלילה שראתה באחרונה.
- **עונה בינונית:** היא ספירת יום ה-31+30 מתחילת ראייה האחרונה והסימון של שני ימים אלו כזמן פרישה. בסימון ימים אלו צריך לסמן עונה כפולה כלומר גם היום וגם הלילה נאסרים.

אנטומיה בסיסית:

- צורת הרחם כמו של אגס הפוך עם פתח למטה.
- חלק חלל הרחם הוא מקום ההריון, חלק הנרתיק הוא מבוא לרחם.
- **מחזור:** בחלל הרחם נבנים קרומים של דם למשך זמן [22-30 יום] אח"כ הם מתפרקים ונושרים החוצה, וזה נקרא מחזור, רמת הכאב והסגנון משתנה מאשה לאשה.
- **ביוץ:** בחלל הרחם ישנם שני חצוצרות שמשחררות ביציות [לאחר 12-15 למחזור] זה נקרא ביוץ, הביציות שוהות ברחם למשך כשלושה ימים וממתינות להפריה ע"י מפגש עם הזרע, וכשזה קורה מתחיל הריון בשעה טובה. כאשר הביצית אינה פורייה ע"י מפגש עם זרע, אזי היא הופכת לחומר במצב חדש, שמפרק את קרום הדם הנמצא בקירות הרחם, שזה בעצם יצירת המחזור החודשי.
- גם סביב הרחם וגם סביב הנרתיק ישנם טבעות שריריות המקיפות בעיגול את הרחם והנרתיק, טבעות אלו הם רבות, במהלך ההריון הם משמרים את העובר, בעת הלידה טבעות הרחם מתכווצות וזה נקרא צירים והם מוציאים את התינוק, בעת מחזור הם אלו שיוצרים כעין צירים קטנים הפולטים את הדם. כמו"כ סביב הנרתיק ישנם מספר שרירים טבעתיים שיש להם מטרות שונות. בשלב החיים המוקדמים שרירים אלו אינם מורגשים אך עם הזמן הם מורגשים יותר.

משמעות הלכתית:

נערך ע"י הרב ג.מ.י
rav.chatanim@gmail.com
ובאתר chatanim.org

- דם היוצא מהרחם מגדיר את האשה במצב נדה [אסורה לבעלה], עד להיותה טובלת במקווה.
- בהלכה הגדרת נדה היא משלב יציאת הדם מן הרחם אל הנרתיק, אלא שבפועל א"א לגלות דם אלא ביציאתו לחוץ ממש ולפיכך כל שמגלה את הדם ביציאתו לחוץ כמובן שהיא נדה.
- מבחינה מעשית אין שום התעסקות עם הרחם ממש, אלא שחשוב לדעת שכל פתיחת הרחם לבדיקה כלשהי אצל רופאת נשים, בהכרח מוציאה טיפת דם אפי' מזערית ככל שתהיה ופוסלת את טהרת האישה לבעלה, לפיכך ראוי לברר טרם הבדיקה, האם הבדיקה שייכת לנרתיק או לרחם, כלומר שאם המדובר על התקרבות או נגיעה באזור הרחם ממש הרי שזה פוסל כנ"ל.
- **מומלץ:** במקרים שצריך דווקא לבדיקה זו כדאי לתכנן מראש [אם אפשר] לימים שבין כך האישה במחזור. [ברוב המקרים אין צורך בבדיקות אלו ולכן חשוב להיבדק בבדיקות הנצרכות בלבד כי הגעה לרחם ללא צורך יכולה להביא זיהומים וכו'].
- שאלת רב: בכל ספק התעוררות של מקרה כלשהו שלא יודעים מה לעשות, שולחים את השאלה לרב המומחה ב"מראות", לפיכך ראוי לברר ולהחליט מראש על רב המתאים לבני הזוג מבחינת נגישות השאלות אליו, [מענה טלפוני, הגשת עדים או כתמים לבדיקה],
- חשוב לדעת: אין מה להתבייש לשאול רב, [להביא עדים וכדו'] אלו הלכות נפוצות מאוד, כל האנשים נוהגים לשאול את הרב, האינטימיות שלכם נשארת חסויה ואין בה עניין מלבד ההוראה ההלכתית שהרב פוגש כאלו עשרות מידי יום. [בגמרא מסופר שדוד המלך היה צדיק בעיני ה' כשהיה מספר שכל מלכי עולם יושבים בארמונות פאר עם משרתים ואילו הוא ידיו מלוכלכות בבדיקת מצב שליא העיקר למצוא את ההיתר לבעלה].