

הטבילה במקווה

כתבה: רבקי בוקיעט
תרגום: הרב אמחיה אבן-ישראל

mikvah.org   מקווה mikvah.org.il



**כל פסקי הדינים הנם עפ"י הנחייתו של הרב חייקין,
הרב של מקווה אורג בארה"ב.
במקרה של שאלות- יש להתייעץ עם הרב שלך**



טבילה במקווה – מבט פנימי

טבילה במקווה היא אחת משלוש המצוות הייחודיות לנשים.
(השתיים האחרות הן הדלקת נרות והפרשת חלה).

- זוהי עת רצון **לתפילה** להשם.
- הרבי הדגיש את חשיבות נתינת צדקה במיוחד לפני קיום מצוות אלו.

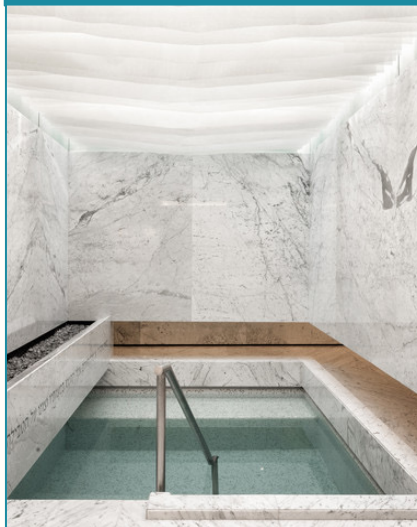


שלוש המצוות המיוחדות של הנשים

הפרשת חלה



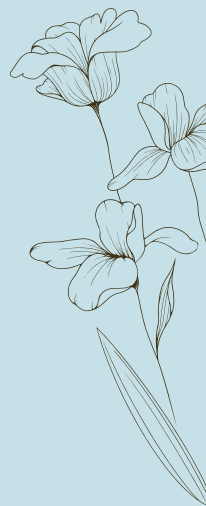
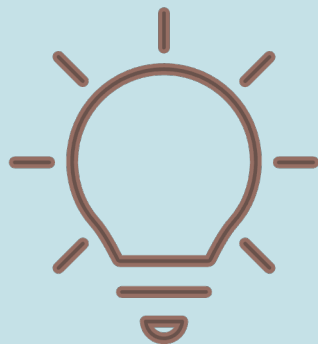
טהרת המשפחה



הדלקת נרות

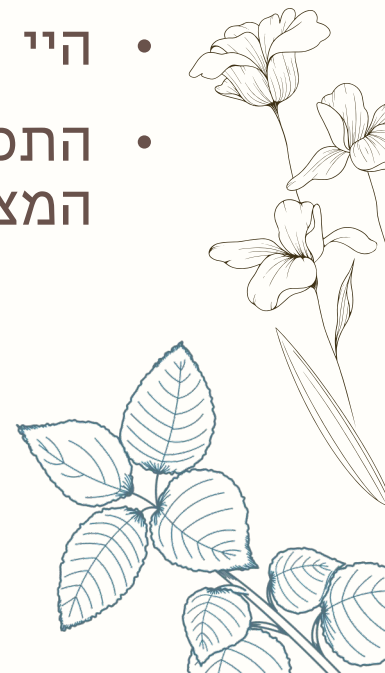


אופן ביצוע המצווה, כמו גם המחשבות
והכוונות שבלילה מיוחד זה, משפיעים
על הנשמה היורדת למטה, ויוצרים את
ה"לבושים" שנשמה זו תישא עמה.
(תניא)



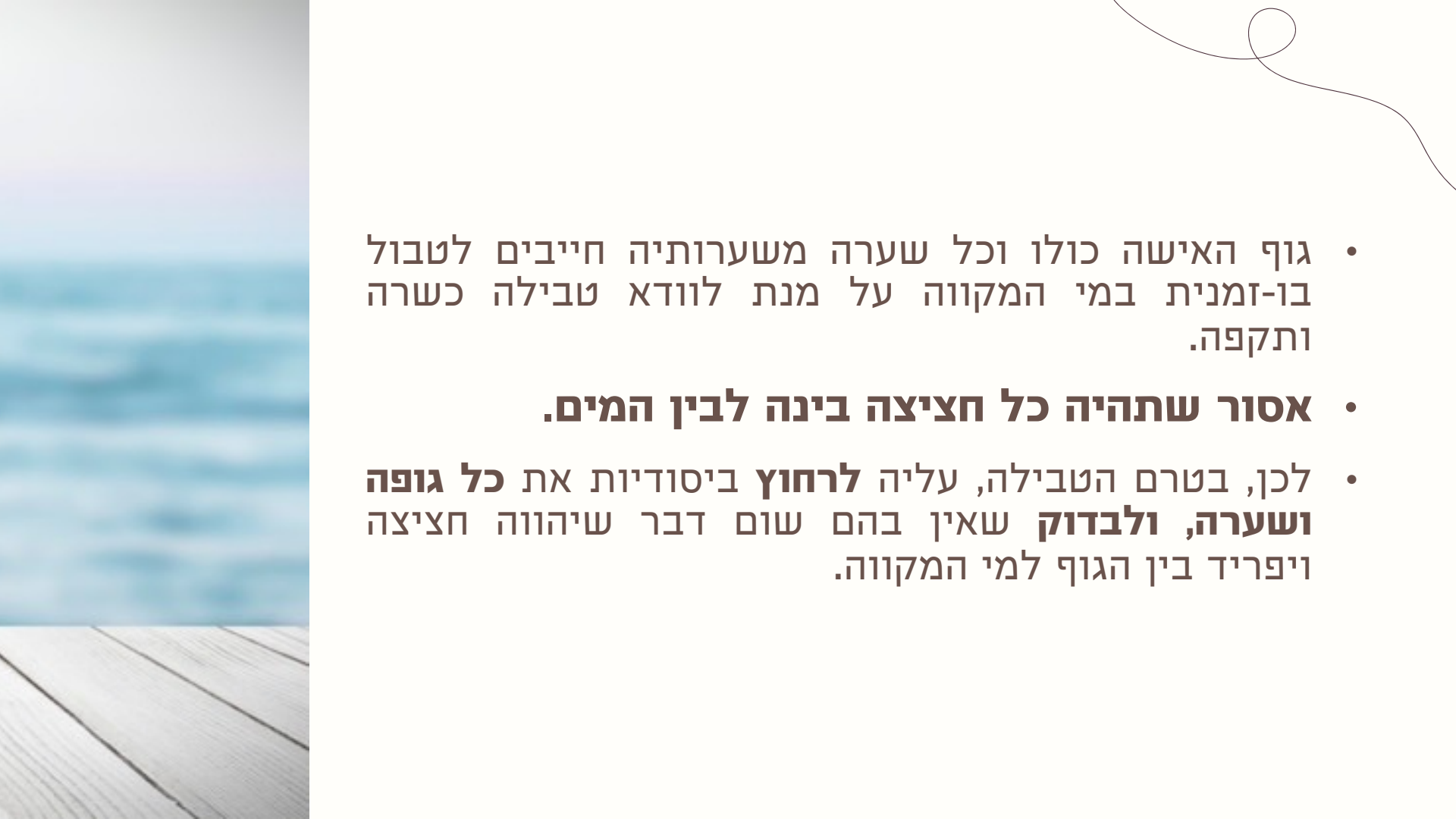
הבהרות:

- חשוב לטבול ביום הנכון.
- היי דיסקרטית ככל האפשר - זוהי המצווה הפרטית שלך!
- התכווני מראש על מנת להימנע מלחץ מיותר, כך תיעשה המצווה בשמחה!





חציצה



- גוף האישה כולו וכל שיערה משערותיה חייבים לטבול בו-זמנית במי המקווה על מנת לוודא טבילה כשרה ותקפה.

- **אסור שתהיה כל חציצה בינה לבין המים.**

- לכן, בטרם הטבילה, עליה **לרחוץ** ביסודיות את **כל גופה ושערה, ולבדוק** שאין בהם שום דבר שיהווה חציצה ויפריד בין הגוף למי המקווה.

מהי חציצה?

כל דבר המונע מחלק כלשהו של גופך/עורך לבוא במגע ישיר ומלא עם מי המקווה.



מה נחשב כחציצה?

1. דבר קטן שרוב הנשים מקפידות בקשר אליו, גם אם את אינך מקפידה עליו.
2. דבר שאת מקפידה עליו, גם אם שאר הנשים אינן.
לדוגמה: הדרך שבה את מסירה שיער גבות.

שימי לב: אם את מאמצת הרגל אישי, שנהגת בו שלוש פעמים או יותר כהכנה למקווה, וברצונך לחדול ממנו מעתה, יש להתייעץ עם רב לפני כן.

3. כל חומר זר, גם אם אף לא אחת מקפידה לגביו.
חציצה היא גם כאשר הדבר מכסה רק חלק קטן מגופך!
לדוגמה: קרם על הפנים, ידיים או רגליים.

פצעים

דם

דם שהתייבש ונקרש, או דם המצוי **מחוץ** לפצע - נחשב **חציצה**.

מכל מקום, דם לח בתוך הפצע, אינו נחשב חציצה.

גלדים

גלדים של פצעים שטרם החלימו, שהם יבשים וקשים, יש לרכך במים חמים.

אם הפצע החלים, יש להסיר את הגלד.

מוגלה

מוגלה שהתנקזה אל מחוץ לפצע והתייבשה, נחשבת **חציצה** לאחר 72 שעות.



פצעים

קוצים/ שבבים

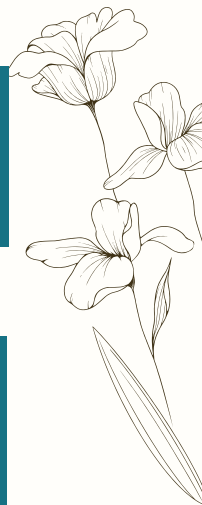
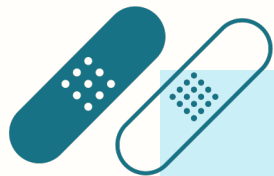
קוצים/שבבים שחדרו אל תוך העור, אם הם בולטים מחוץ לעור, הם נחשבים **חציצה**.
ואולם, אם הם מתחת לעור בשלמותם, הם אינם נחשבים חציצה.

יבלות

יבלות אינן חציצה. יש לרכך אותן.
אם הן רפויות או עומדות לנשור, יש לשאול רב.

שלפוחיות

שלפוחיות סגורות אינן נחשבות חציצה.
אם פקעו ואינן כואבות, יש להסיר את העור המדולדל ולנקות.



דיו

שפשפי עד כמה שאת יכולה, אם לא נשאר חומר של ממש אלא רק כתם, זה בסדר.

טיפ: אקונומיקה (אם אינך רגישה לה), מיץ לימון, חומץ או שמן תינוקות, יכולים להיות יעילים להסרת כתם דיו.

הסירי כל שארית של חומרי הניקוי.



התייעצי ברב בקשר ל:

- ציוד דנטלי זמני/ עיצומו של תהליך דנטלי (לדוגמה: מילויים זמניים).
- שן הגורמת לכאב.
- ציפורן חודרנית שאי אפשר לנקות.
- גבס.
- תפרים.
- (באופן כללי, תפרים שמתמוססים מאליהם עדיפים מאלה שאינם היועצי ברב).
- נובה רינג ומדבקה למניעת היריון* הן חציצה, ויש להסירן לפני הטבילה.
- התקן תוך-רחמי* איננו חציצה (יש לנקות את חוטי ההתקן).
- *בשימוש לאחר היתר מרב





להתכונן מראש

הסרת שיער



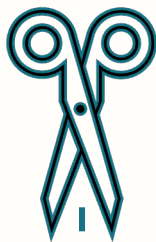
אם אינך מקפידה:

אם הסרת שיער נעשית כאשר את חשה שאת צריכה לעשות זאת, הדבר לא חייב להיעשות בכל חודש. אם את צריכה להסיר שיער החודש, הדבר צריך להיעשות לפני הטבילה. כאשר את חשה שיש צורך, וְדאי שאת אומרת לעצמך שהדבר הוא רק לפעם זו, בלי נדר. לדוגמה: יש נשים המסירות שיער רק בקיץ. אם את מסירה שיער מחלקים מסוימים בלבד, זה כל שעלייך לעשות לפני המקווה.



אם את מקפידה:

אם הסרת שיער/גילוח הוא דבר **שאת מקפידה עליו ועושה זאת בדרך כלל**, יש להסיר שיער לפני טבילה במקווה. אם נהגת כך **שלוש פעמים** ואינך רוצה לעשות זאת עוד, היועצי ברב.



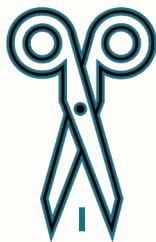
הסרת שיער

תספורת/שעווה וגילוח

- **תספורת/הסרת שיער, מוטב לעשות לפחות שלושה ימים לפני הטבילה במקווה.**
- **אם הדבר נעשה סמוך יותר לטבילה או ביום הטבילה עצמו, שימי לב שלא יישארו כל שאריות או שיער רופף.**

הערה: הסרת שיער לפני טבילה במקווה, מותרת בחול המועד, בימי ספירת העומר ובשלושת השבועות.

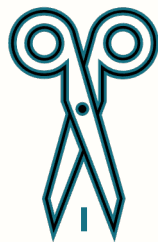




צבע לשיער

- אם מדובר בצבע קבוע לשיער ואין לו ממשות, אין זו חציצה. היוועצי ברב.
- אם הצבע איננו בכל השיער, או ששיער צומח מחוצה לו, היוועצי ברב.
- כדאי לצבוע כמה ימים עד שבוע לפני הטבילה, על מנת לוודא שלא נותרות כל שאריות חומר על השיער.





קשקשים/ביצים/כינים

- הקפידו לטפל לפני הטבילה במקווה, עדיף כמה ימים לפני כן, אם כבר התגלו.
- לאחר שבוצע טיפול מלא לניקוי ולהסרה, כל מה שאיננו ניתן להסרה, איננו מהווה חציצה.





יום המקווה

(היום השביעי)

יום המקווה – היום השביעי

המנעי מכל הדברים הבאים ביום המקווה:



בשר ועוף

- אכילת **עוף** או **בשר** (רגיל או טחון), היכול להיתקע בין השיניים. (הערה: אם נאכל בשר בטעות, הקפידי לנקות את השיניים היטב).
- מותר לאכול בשר בסעודת מצווה, שבת ויום טוב, אבל הקפידי מאד לנקות את השיניים היטב לאחר האוכל.

מאכלים אחרים

- מאכלים אחרים שעלולים להיתקע בין השיניים. לדוגמה: תירס, פופקורן, טופי, תפוזים או מנגו.

עיסוקים בחומרים שונים

- חומרים דביקים כמו **בצק**.
- בצק משחק, צבע, נצנצים, טוש סימון, **השתמשי בכפפות אם יש צורך**.
- מסקרה עמידה במים, וכל איפור עמיד במים או ארוך טווח (איי ליינר וכדומה).

הסרת שיער

- תספורת, שעווה וגילוח ביום המקווה (לכתחילה עדיף שייעשו כמה ימים מראש), אם נעשים ביום הטבילה, נדרשת זהירות יתרה שלא יישארו כל שערות או שאריות חומר.

יום המקווה- היום השביעי

זכרי לבצע את הבדיקות!

- דאגי מראש לתכנן סידורים כמו שמרטפות, לוחות זמנים וארוחת ערב – כדי להפחית לחץ.
- "ערב מקווה" עלול להיות לחוץ ממש כמו ערב שבת.
- הגבירי את הסיכויים לשלום בית ביום זה, במחשבה תחילה.





חפיפה



1 רחצה



2 סירוק



3 בדיקה



חיוניים לטבילה כשרה!



1

רחצה



רחצה של הגוף כולו
וכל השיער.

2

סירוק



סירוק של כל שער
הגוף בעוזו רטוב.

3

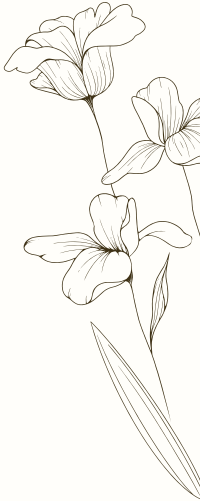
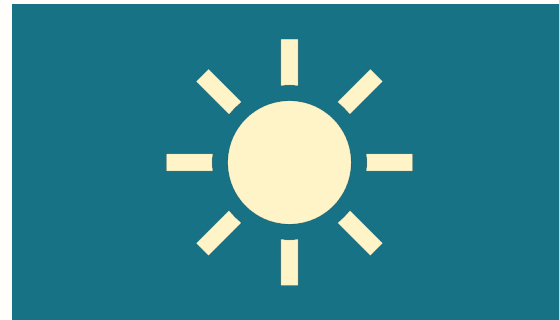
בדיקה



בדיקה של כל הגוף -
במבט ובמגע.

מתי יש לעשות זאת?

- לכתחילה, יש להתחיל ב'חפיפה' לאחר הבדיקה האחרונה לפני השקיעה, ולהמשיך אל תוך הלילה (הזמן שלאחר צאת הכוכבים).
- עדיף להתחיל את ההכנות בשעות היום, לוודא שדברים אינם נעשים בחיפזון.



כמה זמן זה אמור לקחת?



בלילה

אם אין באפשרותך לעשות דבר במשך היום, 'חפיפה' מלאה יכולה להתבצע **כולה בלילה**.

מכל מקום, במקרה כזה, על ה'חפיפה' לקחת לפחות כשעה, כדי לוודא שדברים אינם נעשים בחיפזון.

ובלילה

ביום

אם אינך יכולה להתחיל 'חפיפה' לפני השקיעה ולהמשיך בלילה, נסי לעשות לפחות משהו (לדוגמה: חפיפה כלשהיא וגזירת ציפורניים), על מנת להתחיל ב'חפיפה' **במשך היום**.

אם ה'חפיפה' התחילה **במשך היום** - עליה לקחת לפחות 30 דקות.

ביום

אם ה'חפיפה' מבוצעת **כולה ביום**, עדיין עליך לרחוץ, לסרק ולבדוק שוב לפני הטבילה, בליל המקווה.

אם ה'חפיפה' התחילה **במשך היום** - עליה לקחת לפחות 30 דקות.

חשוב: על החפיפה להיעשות ביסודיות, בנינוחות ובשלווה.

היכן נעשית ה'חפיפה'?

ה'חפיפה' יכולה להיעשות בבית או במתחם המקווה, או שתתחיל בבית ותסתיים במתחם המקווה.

אם ה'חפיפה' נעשית בבית, ובכל מקרה אחר שבו יש פער של זמן בין ה'חפיפה' לטבילה,

את שלושת הצעדים העיקריים אפשר לעשות בבית, אך אז **חובה** לעשות אותם שוב במתחם המקווה לפני הטבילה:

בדיקה

סירוק

רחיצה

שימי לב: אם יש הפסק בין החפיפה - כולל רחצה באמבטיה - לבין הטבילה, יש להתקלח ביסודיות במתחם המקווה לפני הטבילה. אם החפיפה נעשתה בבית ממש לפני היציאה למקווה, די בשטיפה קלה במקלחת.





שלב 1: רחצה



הסרת פריטים/ חומרים חיצוניים



- תכשיטים
- פלסטרים
- עדשות מגע
- לק
- קרמים

רחצה וסיבון

- התרחצי במים חמים והשתמשי בסבון ובספוג
 - התרחצי בישיבה באמבטיה. אם אין אפשרות לרחוץ באמבטיה, שאלי רב.
 - לאחר האמבטיה, התקלחי והסירי שערות שנדבקו.
 - בדקי שלא נשארו שאריות סבון וכדי על הגוף.
 - יש להשתמש בשמפו ללא מרכך.
 - בשיער שהקשרים בו רבים, אפשר להשתמש בכמות מעטה של מרכך, אך יש לוודא שטיפה מלאה שלו לאחר מכן.
- טיפ:** רחצי עצמך מלמעלה כלפי מטה, בכדי לוודא שלא תפספסי אף חלק מהגוף שלך.





שיער



שיער

- רחצי כל שיער בראש ובגוף בשמפו וסבון.
- סרקי את שערך במסרק.
- ודאי שאין קשרים.
- סרקי ביסודיות את כל שער הגוף -
- שער הראש, גבות, ריסים, בית השחי ושער ערווה.
- הסירי כל שערה רופפת.



חציצה בשיער

קשרים:

- קשרים בשיער (לא שיער קשור יחד, אלא קשרים בשיער עצמו).
- אם זהו **רוב השיער**, זוהי **חציצה** (ככל קשר).
- אם הקשרים **מפריעים לך** זוהי **חציצה**.
- אם הקשרים אינם מפריעים לך, אבל הם נחשבים **כהפרעה לרוב הנשים**, זו **חציצה** ויש להסיר אותם. הדרך הטובה ביותר היא פשוט לחתוך את אותם קצוות עם קשרים.
- מכל מקום, קשר רפוי, שנוצר מכמה שערות יחד, אינו נחשב חציצה.



עיניים / אף / אוזניים



עיניים



- הסירי עדשות מגע.
- הסירי כל הפרשה יבשה או לחה מהעיניים.
- הסירי כל איפור מהעיניים ביסודיות.
- **טיפ:** להסרה בקלות, השתמשי במקל אוזניים ומסיר איפור.
- **טיפ:** בד לבן או פד גזה לחים, המועברים על סיומת העפעפיים/ריסים יראו אם ישנן שאריות איפור כלשהן.

חציצה בעיניים:

מוגלה:

- אם הופרשה מוגלה מן העין והתייבשה, לאחר **72 שעות**: זוהי **חציצה**.
- אם ישנה הפרשה שקופה מן העין או מוגלה לחה שנמצאת פחות מ-72 שעות: אין זו חציצה.





אף:

- נקי את האף עד למחיצת האף (המקום שעד אליו יכולה הזרת להגיע).

אוזניים:

- נקי את חורי העגילים.
- **טיפ:** טבלי את חוד העגיל באלכוהול כדי לנקות בעזרתו את החור.
- נקי את פנים האוזניים עד היכן שהזרת יכולה להגיע.
- אפשר להשתמש בצמר גפן כדי לנקות את הקפלים שבצד החיצוני של האוזניים.



שיניים

שיניים

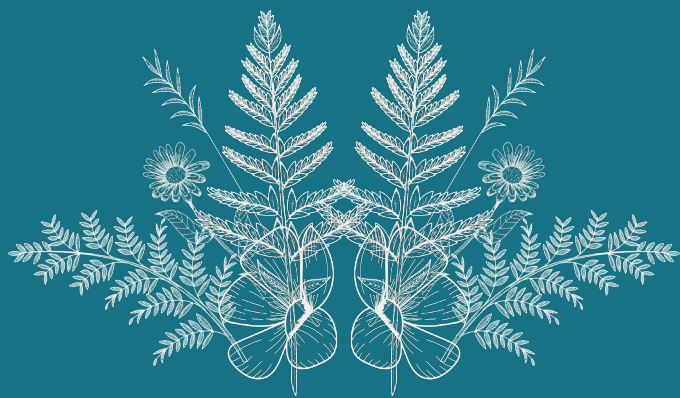
- **צחצחי** שיניים ביסודיות.
- **נקי** את הלשון, **ושטפי** את הפה בכדי להסיר כל שאריות משחה.
- העבירי חוט דנטלי (חוט ללא שעווה עדיף, רק אם את בטוחה שהוא לא ייתקע בין השיניים. אחרת השתמשי בקיסם דנטלי מפלסטיק).
- **טיפ:** אם את משתמשת בחוט דנטלי עם שעווה, העבירי חוט לפני הצחצוח, ואז צחצחי את השיניים על מנת להסיר כל שארית אפשרית של שעווה.
- **טיפ:** סילון מים דנטלי עשוי לסייע לניקוי שיניים צמודות מאד, או בניקוי של תוספים דנטליים קבועים.



חציצה בשיניים:

- הסירי כל דבר מתוך השיניים או מעליהן, וכל ציוד דנטלי הניתן להסרה.
- כל תוסף דנטלי שאינו ניתן להסרה (סתימות וכדומה), יכול להישאר.
- אם ישנו הליך דנטלי דחוף בעיצומו של תהליך, היוועצי ברב.





ציפורניים

ציפורניים

- **הסירי כל לק.**
- **ודאי שאת מנקה** תחת כל הפינות ואת כל העור שסביב הציפורן, בציפורני הידיים והרגליים.
- **גזי את ציפורני הידיים והרגליים ביום המקווה!***
- **ציפורניים חלקות.** ודאי שאין קצוות קשים או מחוספסים.
- (הסירי עור קשה מסביב לציפורן אם הוא מפריע לך, או אם את רגילה לעשות זאת).
- **גזיזת ציפורניים כהכנה למקווה מותרת אפילו בחול המועד.**





חציצה בציפורניים:

- הסירי חתיכות עור מדולדלות סביב הציפורן.
- הערה: היזהרי מאד להסיר ביסודיות לק בהיר או שקוף (עשוי להיות קשה להבחין בשאריות בקצות הציפורן).



עור



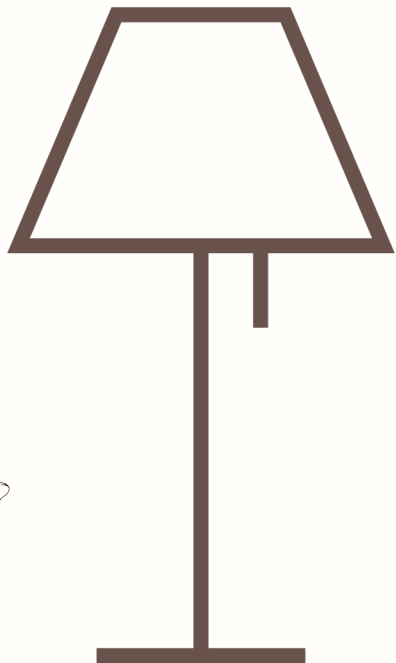


עור

- רככי כל עור קשה או יבלתי על גופך.
- בדקי אם ישנן שלפוחיות, קילופי עור וכד'.
- כל עור מדולדל או רפוי יש לחתוך בעדינות ולהסירו.
- **טיפ:** שימוש באבן ספוג וקרמים לריכוך עור קשה במשך החודש כולו, יקל על ההכנות למקווה.

הקדישי תשומת לב מיוחדת ל:

- ☐ שיער (כל שער הגוף)
- ☐ אוזניים, חורי העגילים
- ☐ עיניים, גבות, ריסים, פינות העין.
- ☐ אף: נקי ונשפי.
- ☐ סנטר, תחת הסנטר, צוואר.
- ☐ בית השחי, קפלי המרפק ובין האצבעות.
- ☐ פטמות ותחת החזה
- ☐ אזור הטבור והערווה (קפלים).
- ☐ ברכיים, קפלי הברכיים וקפלי הירכיים.
- ☐ רגליים - אצבעות, בין האצבעות וכפות רגליים.
- ☐ גב.





שלב 2: סירוק



סרקי את כל **שער הגוף** ואת כל **שיער**
הראש לאחר הרחצה באמבטיה.
סרקי את השיער במסרק כשהשיער
עודנו רטוב.
התירי את כל הקשרים.



שלב 3: בדיקה (עיון)



בדיקה עצמית הינה חיונית לטבילה כשרה! זוהי ההלכה!

שימי לב: אם יש עיכוב כלשהו בין החפיפה לטבילה, נדרשת בדיקה
(עיון) ממש לפני הטבילה, גם אם נעשתה בדיקה מוקדם יותר.





בדיקה לפני טבילה

לאחר שטיפה, **בדקי*** את הגוף כולו.
בכדי שהטבילה תהיה כשרה, נדרשות כל שלוש
הבדיקות הבאות:

- בדיקה במבט
- בדיקה במגע
- סקירה במחשבה (לעבור על רשימה)

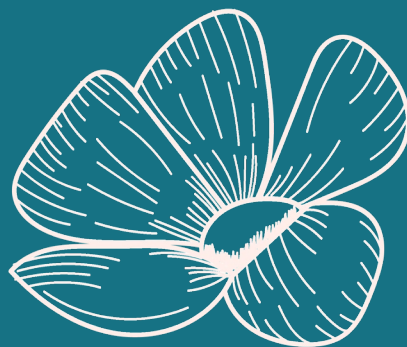
***שימי לב:** אם לא בוצעה בדיקה, גם אם לא נמצא דבר
לאחר הטבילה, עלייך לבדוק את עצמך ולטבול בשנית.
אם נזכרת בזה רק בבית/ביום שלמחרת - היוועצי ברב.



אם הלכת לשירותים:

- שטפי עוד פעם
- הסתרכי עוד פעם
- בדקי עוד פעם

אל תתנגבי לאחר השטיפה!
נעלי כפכפים ואת מוכנה לטבילה!



טבילה



המקווה

- על אישה לוודא כי היא טובלת במקווה כשר, הנמצא תחת השגחת רב ירא שמים הבקי בהלכות מקוואות.
- **הטבילה במקווה כשר חיונית לטהרת האישה וצאצאיה כל הדורות!**
- היי זהירה במיוחד לוודא על כשרות המקווה כשאת נוסעת לערים קטנות.



- ברכת המקווה חייבת להיות מחוברת למקור מים טבעיים. מקוואות מודרניים בנויים כך שבריכת הטבילה מלאה במי ברז ומחוברת למקור מים טבעיים.
- אם אין לך גישה למקווה ואת רוצה לטבול באגם, ים או באוקיינוס, היועצי ברב.
- ברצפת המקווה אסור שיהיה בוץ, שטיחונים או אריחים רופפים, שעליהם את עומדת.

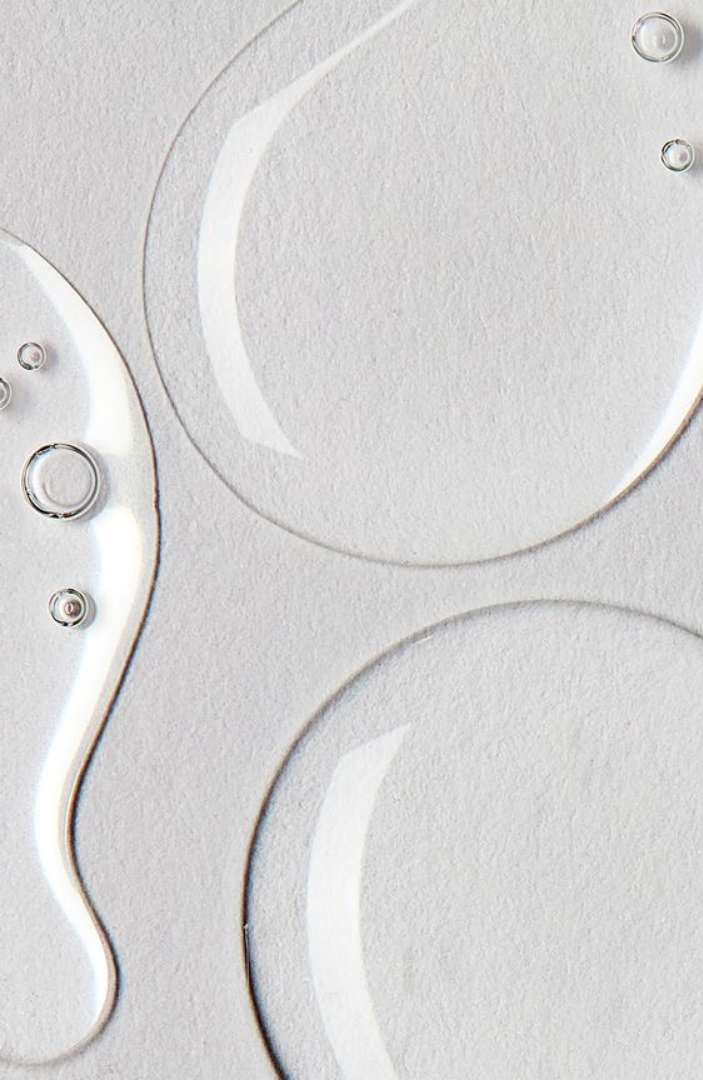


- מלווה יהודייה (בדרך כלל הבלנית),
לכתחילה יראת שמים ושומרת תורה
ומצוות, צריכה להתלוות אלייך ולוודא
שטבלת בשלמות.
אם מלווה כזו אינה בנמצא, שאלו רב.
- המים צריכים להגיע לגובה של כ-27 ס"מ
מעל הטבור (בערך בגובה אמצע החזה),
כאשר את עומדת בהם.



זמן הטבילה

אישה טובלת במקווה בלילה שלאחר
היום הנקי השביעי, **לאחר צאת**
הכוכבים.



תהליך הטבילה

1. הרטיבי עצמך במקווה

2. טבילה

3. ברכי את הברכה

4. טבלי שנית

(מנהג לטבול גם פעם שלישית ל"טהרה יתרה")

5. אמרי את התפילות האישיות שלך

(אפשר לומר אותן לפני או אחרי הטבילה

השלישית)

תהליך הטבילה

1. הרטיבי עצמך וטבלי פעם אחת.
2. עלייך להתכוון לקיים את המצווה ולהיטהר.
3. העמידי עצמך לאמירת הברכה
 - ידיים משולבות מסביב למותניים שלך, על מנת ליצור מעין "חגורה" המפרידה בין חלק הגוף העליון לתחתון.
 - הבלנית תעביר לך מגבת כדי לכסות את השיער שלך. (אין לדבר מתחילת הברכה ועד לאחר הטבילה)
4. ברכי: "ברוך אתה... על הטבילה".
כשאת מברכת:
 - העיניים מופנות כלפי מעלה, מחוץ למים. אל תביטי בהשתקפות שלך בשעת הברכה.
 - התכופפי מעט, כך שהמים יגיעו לך לסנטר.
5. טבלי פעם שנייה בלי לדבר (שתי הטבילות הראשונות חיוניות להלכה). טבלי פעם שלישית לשם "טהרה יתרה".

תהליך הטבילה

6. לאחר מכן, את יכולה לומר את נוסח "יהי רצון" ותפילות פרטיות אחרות (ה"יהי רצון" והתפילות יכולים להיאמר לפני או לאחר הטבילה השלישית).

(יש משפחות שנהוג אצלן לטבול שבע או יותר פעמים).



תנוחת הטבילה

היכנסי למקווה והרטיבי עצמך במי המקווה.

ישנן שתי תנוחות אפשריות לטבילה על פי הלכה:

1. "כעורכת את הפת" 2. "כדג".

- כל אחת מן התנוחות מצריכה שהזרועות יהיו מרוחקות מן הגוף, והרגליים מופרדות זו מזו, כך שהמים יגיעו לכל הגוף שלך. פרסי את אצבעות הידיים והרגליים. השיניים, שפתיים ועיניים סגורות קלות, ולא קמוצות בחוזקה.

התמונה באדיבות שמואל לוי- אדריכל מקוואות



"כעורכת את הפת"

תנוחת הטבילה

- **תנוחה 1:**

”כעורכת את הפת”

כריעה קדימה כשהידיים מופרדות והרגליים בפיסוק.

- **תנוחה 2:**

שכבי מתחת למים כשאת ישרה לגמרי, ”כמו דג”.

תנוחה זו מתאימה רק אם את מרגישה בנוח בתנוחה זו.

- התמתחי ישר כמו דג, רגליים ישרות מופרדות ומתוחות כלפי

חוץ, זרועות ישרות ומתוחות קדימה.

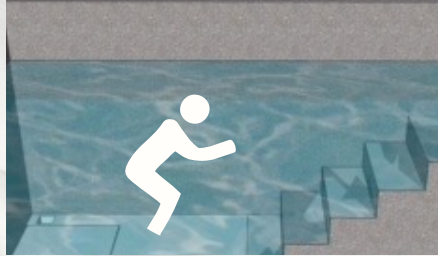
טיפ:



- בכדי להגיע לקרקעית המקווה לשם תנוחת הדג, היעזרי במעקה או בקיר.

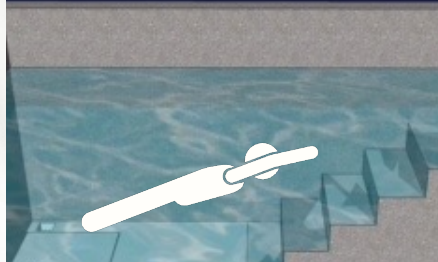
- את עשויה להרגיש יותר בנוח אם את יכולה לעמוד במקווה כשגבך מופנה לבלנית.

התמונה באדיבות שמואל לוי- אדריכל מקוואות



”כעורכת את הפת”

התמונה באדיבות שמואל לוי- אדריכל מקוואות



”כדג”



השיער בשעת הטבילה

שיער בפה הוא חציצה!

טיפ: אם יש לך שיער ארוך, החזיקי



את השיער ביד לפני הטבילה,

ושחררי כשאת תחת המים.



לאחר הטבילה



לאחר הטבילה

- הבלנית תכריז "כשר!" לאחר כל אחת מהטבילות. באותה שעה מהדהד הדבר גם בשמים, ומתבטא בילדים שעובדים השם לשם שמים (האריז"ל).
- הדבר הראשון שאת פוגשת לאחר הטבילה צריך להיות דבר טהור, הבלנית עצמה יכולה לשרת מטרה זו. זו אינה הלכה, אבל לראיית דבר קדוש וטהור יש השפעה על הילדים שלנו.
- טלי את ידייך לסירוגין, וברכי אשר יצר.
- **עלייך לאשר בדיבור לבעלך שטבלת ואת טהורה, על מנת לסיים את ההרחקות (הודעה כתובה אינה מספיקה).**
- אין לרחוץ את הגוף כולו, במקלחת או באמבטיה, לאחר הטבילה, עד לבוקר שלמחרת. מותר לשטוף חלקים מן הגוף לפי הצורך. אם יש צורך גדול ברחצה מלאה, שאלו רב.



אם שכחת משהו

- אם את שמה לב ששכחת משהו, או מבחינה במשהו שאולי עלול להיות בעיה, כשאת עדיין במקווה - טבלי שוב בלי ברכה (טבילה אחת).
- אם נזכרת רק לאחר שכבר הגעת הביתה או ביום שלמחרת, שאלי רב מה לעשות. שאלי אם עלייך לטבול שוב, ואם כן, האם יש לברך על הטבילה.



מקווה בימים מיוחדים

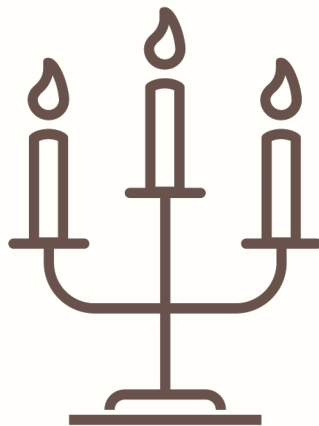




מקווה בליל שבת או בליל חג

אם עלייך ללכת למקווה לפני שבת:

2. תוכלי להדליק נרות שבת מוקדם יותר (אך לאחר פלג המנחה), אך לא לקבל את השבת לפני שהלכת אל המקווה. **שימי לב:** בעלך חייב לקבל שבת בזמן שאת מדליקה נרות.



1. בעלך יכול להדליק את נרות השבת ולברך בעבורך. את תקבלי את השבת כאשר השבת נכנסת.

שימי לב: אם את רוצה להדליק נרות ואז לנסוע ברכב אל המקווה, עלייך להתייעץ עם הרב, אם הדבר מקובל במקרה ובאזור שלך. יש רבנים האוסרים זאת בשל החשש מעיכובים בתנועה וחילול שבת אפשרי.

בצעי את ה'חפיפה' בערב שבת (או בערב החג)

1

חפיפה

בצעי את ה'חפיפה' כולה בערב שבת (או ערב חג), עדיף בבית.

אם קשה לעשות ה'חפיפה' בסמוך להדלקת הנרות, את יכולה לרחוץ באמבטיה מוקדם יותר ביום ולהתקלח ביסודיות **לפני הדלקת הנרות**.

שימי לב לקפלים ופתחים, ואז **הסתרקי** שוב ובדקי.

2

בדיקה

זכרי לבצע את הבדיקה האחרונה של שבעת הימים הנקיים

3

שיער

אם יש לך שיער ארוך, קשרי אותו כך שלא יסתבך. (השתמשי בקליפס שאפשר להסיר בקלות, בלי לתלוש שיער).

4

חציצה

היזהרי מחציצה בזמן שבין ה'חפיפה' לטבילה.

אל תתאפרי.

אין לאכול בין החפיפה לטבילה. את רשאית לשתות מים.



מקווה בליל שבת או בליל חג

במקווה, לפני הטבילה:

1

שיער

החליקי את השיער בידייך.
שטפי את אזור הערווה
בידיים, בלי להשתמש
בספוג או בד.

2

בדיקה

בדקי את גופך במבט
ובמגע.

3

הרטבה

הרטיבי את עצמך (קפלים
ופתחים) במי המקווה לפני
הטבילה.
היזהרי לא לסחוט שיער.





מקווה במוצאי שבת, חג, יום כיפור ותשעה באב

.....

ה'חפיפה' נעשית פעמיים: פעם אחת בערב השבת או
החג, ופעם שנייה במוצאי השבת או החג.

בצעי את ה'חפיפה' הראשונה בערב שבת או בערב החג (וכן בערב תשעה באב ויום הכיפורים)

1

חפיפה

בצעי את ה'חפיפה' כולה בערב שבת (או ערב חג).

אם קשה לעשות את ה'חפיפה' בסמוך להדלקת הנרות, את יכולה לרחוץ באמבטיה מוקדם יותר ביום ולהתקלח ביסודיות לפני הדלקת הנרות.

שימי לב לקפלים ופתחים, ואז הסתרכי שוב ובדקי.

2

בדיקה

זכרי להמשיך עם בדיקות השבעה נקיים לפי הצורך (7&6)

3

שיער

אם יש לך שיער ארוך, קשרי אותו כך שלא יסתבך. (השתמשי בקליפס שאפשר להסיר בקלות, בלי לתלוש שיער).

4

חציצה

היזהרי ממגע בדברים דביקים וכד' העלולים לגרום לחציצה בזמן שבין ה'חפיפה' לטבילה.



מקווה במוצאי שבת, חג, יום כיפור ותשעה באב

בצעי את ה'חפיפה' השנייה במוצאי השבת או החג.

בדקי שוב

2

בדקי את גובה במבט
ובמגע.

הסתרקי שוב

2

סרקי את שיערך.

רחצי שוב

1

- בצעי 'חפיפה'. רחצי ביסודיות
באמבטיה או במקלחת.

אם רחצת באמבטיה בערב שבת, די
במקלחת יסודית במוצאי שבת.
אך אם רק התקלחת בערב שבת,
נדרשת אמבטיה במוצאי שבת.

- זכרי לצחצח שיניים ולהעביר
חוט דנטלי.

- כדאי לשייף קלות את
הציפורניים במוצאי השבת או
החג, אם נגזזו בערב השבת או
החג (מנהג).



כאשר אינך יכולה לבצע 'חפיפה' מלאה בערב שבת, חג, יום כיפור ותשעה באב

- כאשר אינך יכולה לבצע 'חפיפה' מלאה בערב שבת (חג, יום כיפור או תשעה באב), התחילי במשהו לפחות.
- לדוגמה: גזזי ציפורניים, התקלחי וכד'. ואז במוצאי השבת או החג רחצי באמבטיה והשלימי את תהליך ה'חפיפה' (רחצה, סירוק, בדיקה).
- מאחר שה'חפיפה' החלה בערב השבת או החג, ה'חפיפה' במוצאי שבת צריכה להימשך **לפחות 30 דקות**.
- אם אינך יכולה לעשות דבר בערב השבת או החג, תוכלי לבצע 'חפיפה' מלאה במוצאי השבת או החג (אמבטיה, רחצה, ציפורניים, סירוק, בדיקה וכו').
- במקרה כזה, על ה'חפיפה' להימשך **לפחות כשעה**.





מקווה בליל יום טוב שני של גלויות (בחוץ לארץ)



בצעי את ה'חפיפה' בערב החג הראשון (יום חול)

1

חפיפה

בצעי את ה'חפיפה' כולה בערב החג הראשון (יום חול).

זכרי להסיר שיער ולגזוז ציפורניים.

אם קשה לעשות את ה'חפיפה' בסמוך להדלקת הנרות, את יכולה לרחוץ באמבטיה מוקדם יותר ביום ולהתקלח ביסודיות לפני הדלקת הנרות.

שימי לב לקפלים ופתחים, ואז הסתרקי שוב ובדקי.

2

בדיקה

זכרי להמשיך עם בדיקות השבעה נקיים לפי הצורך.

3

שיער

אם יש לך שיער ארוך, קשרי אותו כך שלא יסתבך. (השתמשי בקליפס שאפשר להסיר בקלות, בלי לתלוש שיער).

4

חציצה

- היזהרי ממגע בדברים דביקים וכד' העלולים לגרום לחציצה בזמן שבין ה'חפיפה' לטבילה.
- אל תתאפרי



מקווה בליל יום טוב שני של גלויות (בחוץ לארץ) במקווה, לפני הטבילה:

1 שיניים

היזהרי מאד בקשר לשיניים. נקי את השיניים באמצעות קיסם שיניים מפלסטיק, מברשת שיניים יבשה ומי פה. אם בדרך כלל אינך מדממת בהעברת חוט דנטלי, העבירי חוט בחוט שנחתך מראש, בערב החג. שטפי את הפה. **שימי לב:** נקי שיניים לאחר אכילת בשר ועוף, וגם לפני הטבילה.

2 שטיפה

- שטפי את אזור הערווה בידיים, בלי להשתמש בספוג או בד.
- במידת הצורך, את רשאת לשטוף חלקי גוף בנפרד, במים חמים (במיוחד קפלים או פתחים), בלי להשתמש בספוג או בבד. אין לרחוץ את שער הראש.

3 שיער

החליקי את השיער בידייך.

4 בדיקה

בדקי את גופך במבט ובמגע.

5 הרטבה

הרטיבי את עצמך (קפלים ופתחים) במי המקווה לפני הטבילה. היזהרי לא לסחוט שיער.





**מקווה במוצאי יומיים או שלושה של שבתות וחגים (מוצאי חג
שלאחר השבת, מוצאי שבת שלאחר החג, מוצאי שבת שלאחר
שני ימי ראש השנה).**



מקווה במוצאי יומיים או שלושה של שבתות וחגים

מתי מבוצעת ה'חפיפה'?

- כדאי להתחיל ולעשות משהו מן ה'חפיפה' בערב החג/השבת (יום חול).
- 'חפיפה' מלאה מבוצעת במוצאי השבת או החג.



ימים שאין טובלים בהם:

- ליל יום הכיפורים וליל תשעה באב (אלא אם כן תשעה באב חל בשבת, והצום נדחה למוצאי השבת).
- אם אחד מבני הזוג יושב שבעה ר"ל.

יש להתייעץ עם רב במקרים הבאים. הרב יקבע אם על הטבילה להתקיים בזמנה או להידחות:

- אם ליל הטבילה חל בלילה של עונת פרישה.
- אם אחד מבני הזוג לא נמצא בעיר (בני הזוג מרוחקים זה מזה).
- אם ישנן סיבות פרקטיות, פיזיות או רפואיות שבגללן אי אפשר לקיים יחסי אישות באותו לילה.

דחיית מקווה:

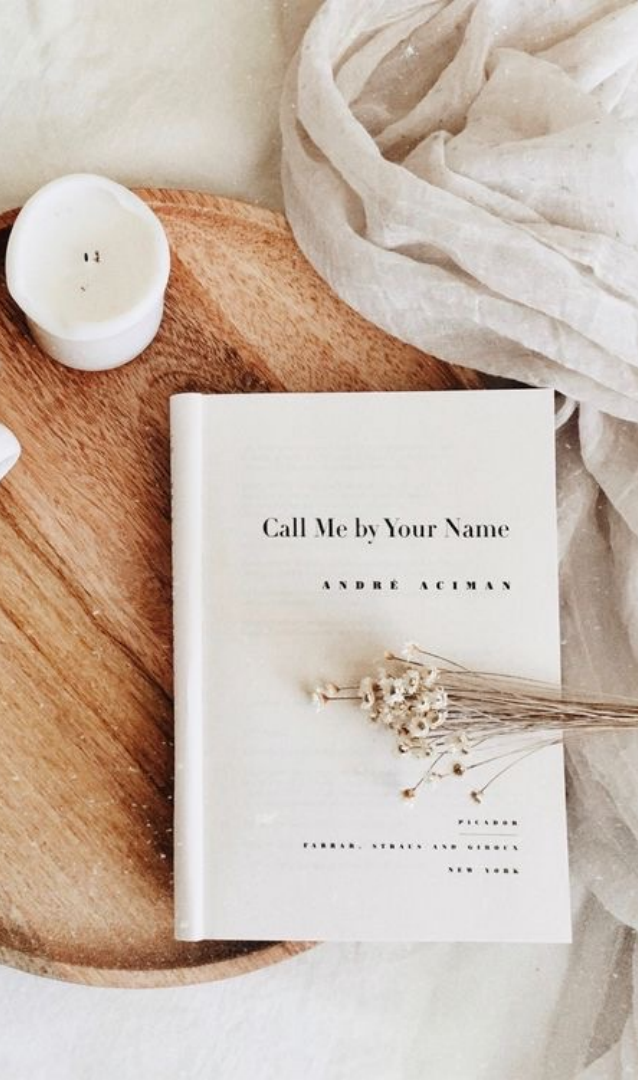
חשוב לעשות כל מאמץ אפשרי כדי לטבול במקווה בזמן

- אם מקווה נדחה **אי פעם**, יש להיוועץ ברב. איננו דוחים מקווה בקלות, אך מכל מקום, ישנם מצבים שבהם קשה ביותר או בלתי אפשרי לטבול בזמן. הרב ייעץ כיצד לנהוג וכן לגבי המשך בדיקות וימים נקיים.
- יש לשאול רב אם טבילה יכולה להתקיים בליל שבת, כשהיא **נדחית** מערב קודם.

סיפור

אשתו של ר' ברוך נסעה לאומן בלילה הראשון של חנוכה, בחורף תקפ"ה (1724), בכדי לטבול במקווה. כשיצאה מהמקווה, פגשה בעל חיים לא טהור, שלוש פעמים. במסירות נפש, היא טבלה במים הקפואים שוב.

לפתע הפכו המים למים כמי גן עדן, חמימים, מבושמים ומרפאים. היא צלחה את הניסיון וזכתה ללידת ילד מיוחד שגדל להיות הצדיק 'הסבא משפולי'. הריח המיוחד המשיך ללוות אותה כל חייה.





מקווה בשיטת חב"ד



מקווה חב"די בנוי בדרך "בור על גבי בור".

כחסידי חב"ד, עדיף מקווה הבנוי "בור על גבי בור", כפי שהורה הרבי הרש"ב. בדרך זו יש פחות חילופין של מי ברז ומי גשמים, ונמנעות בעיות שונות הכרוכות בכך.

להלן כמה יתרונות שישנם במקווה כזה:

1. דרך זו שבה ברכת הטבילה ממוקמת מעל הברכה שבה ישנם מי גשמים, מאפשרת פחות תערובת של המים.
2. מי ברז חמים למעלה לא יתערבו במי הגשם הקרים שלמטה.
3. אין צורך בפקק, וכך אין את הסיכון שבלשכוח להסיר את הפקק.

התרשימים הבאים ממחישים דגמים שונים של מקוואות.

שימי לב: אם אין בסביבתך מקווה "בור על גבי בור", מותר לטבול בכל מקווה הנמצא תחת השגחה רבנית נאותה.

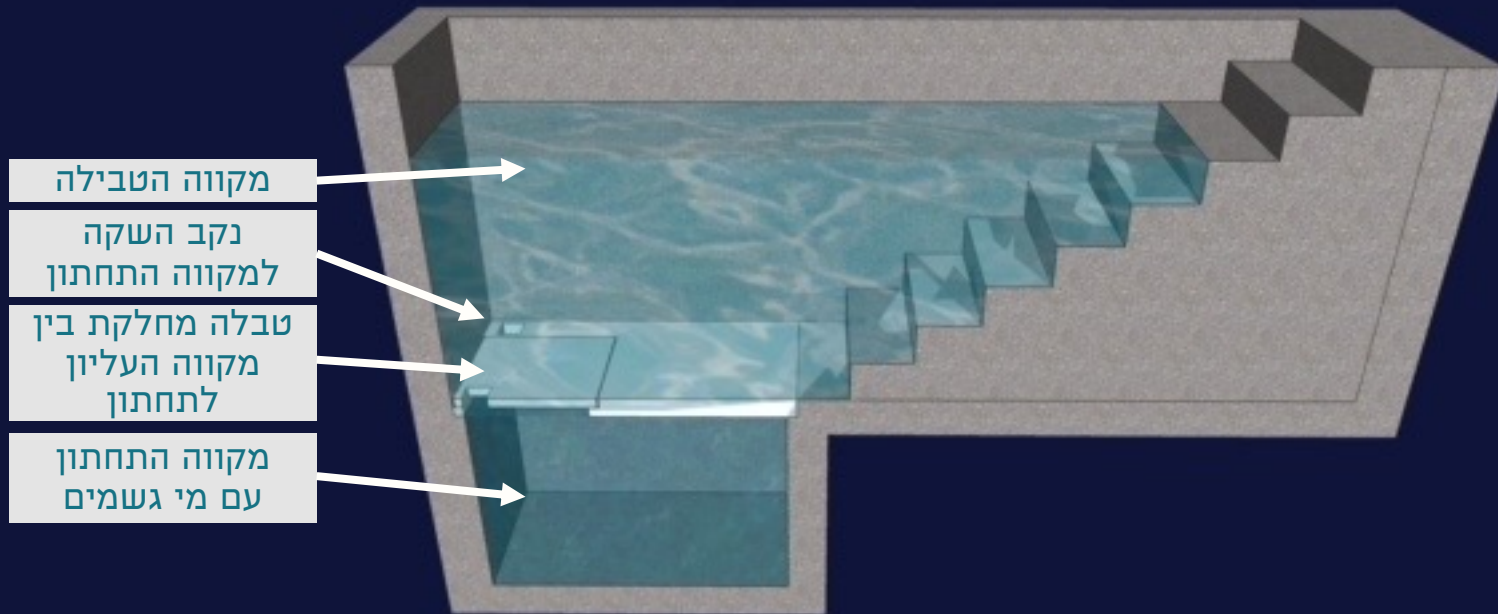




תרשימי מקוואות

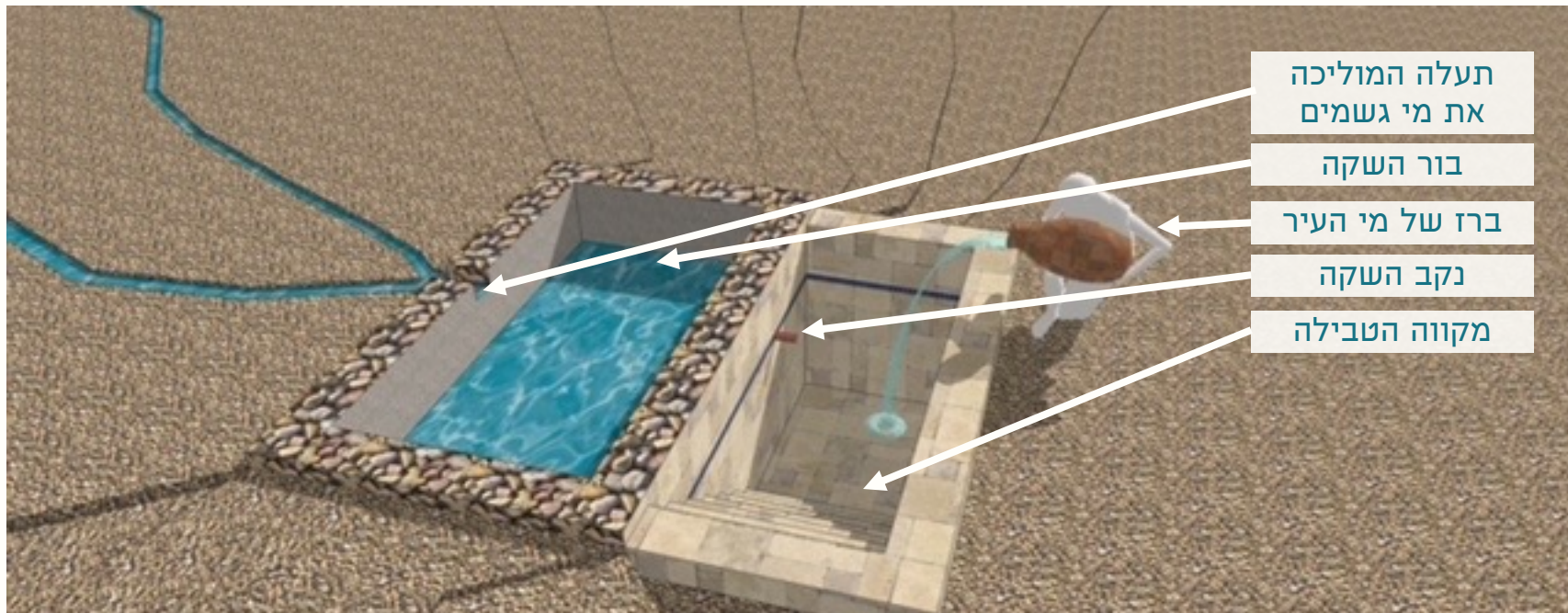
התמונות באדיבות שמואל לוין- אדריכל מקוואות

מקווה בשיטת חב"ד (בור על גבי בור)



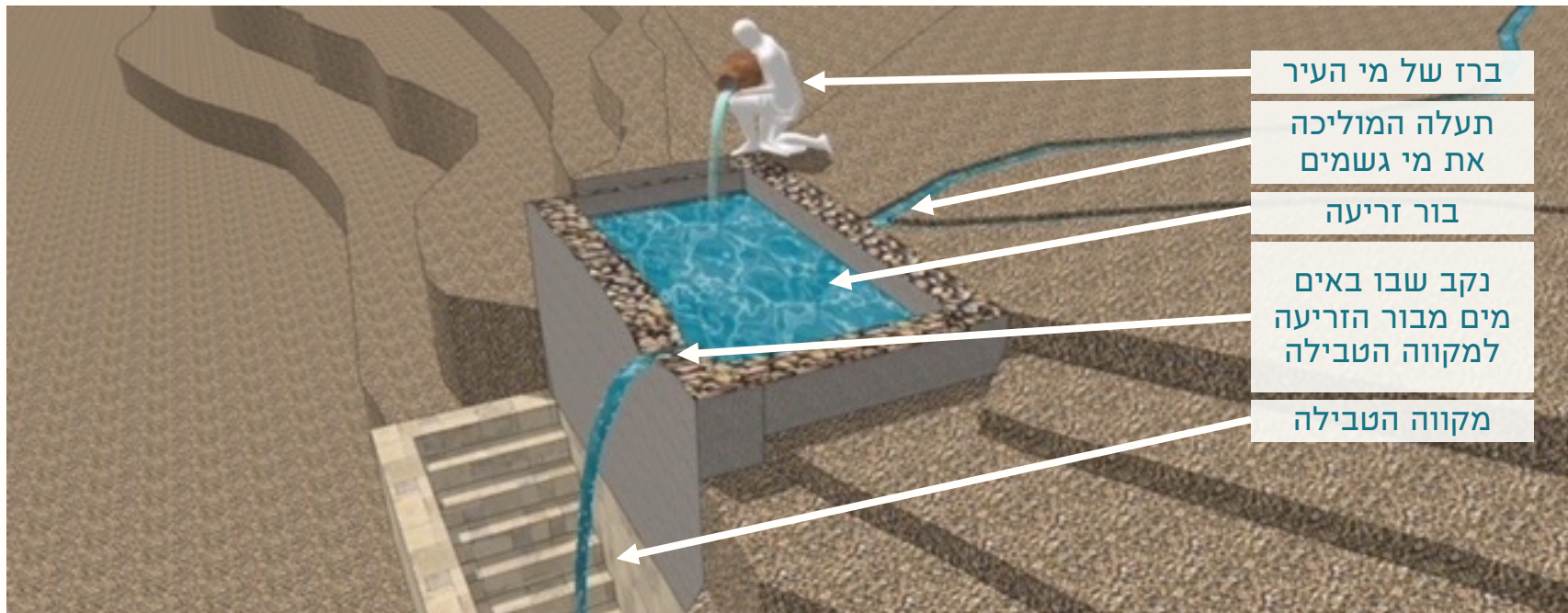
באדיבות שמואל לוין- אדריכל מקוואות

מקווה עם בור השקה



באדיבות שמואל לוין- אדריכל מקוואות

מקווה עם בור זריעה



ברז של מי העיר

תעלה המוליכה
את מי גשמים

בור זריעה

נקב שבו באים
מים מבור הזריעה
למקווה הטבילה

מקווה הטבילה

באדיבות שמואל לוין- אדריכל מקוואות





mikvah  *org*

