

Les lois de — NIDDA — by Torah-Box !

L'équipe Torah-Box est heureuse d'offrir aux femmes un rappel des étapes à réaliser jusqu'à l'immersion au Mikvé dans le cadre des lois de pureté familiale.

Dès l'instant où une femme constate un écoulement sanguin ou une tache de sang provenant de la cavité utérine, elle devient Nidda. Certaines tâches ne rendent pas la femme Nidda [cela dépend de leur taille et de la couleur du sous vêtement].

Pour ne plus être Nidda, il faut avoir effectué intégralement chacune des étapes ci-dessous :

① ATTENDRE LA FIN DE L'ÉCOULEMENT

Toute femme doit attendre, après le début de l'écoulement sanguin, 4 ou 5 jours [selon les avis] ou plus jusqu'à ce que ce dernier ait totalement cessé. Précisons que :

- le jour de l'écoulement est le premier des cinq jours ;
- dans certains cas, il n'est pas nécessaire d'attendre 5 jours.

② LE JOUR D'INTERRUPTION : HEFSEK TAHARA

Le jour où la femme cesse de voir du sang, en fin d'après-midi (avant l'heure de la Chki'a- coucher du soleil), elle doit procéder à une première vérification : **le Hefsek Tahara**.

Pour ce faire, elle enroule un tissu témoin autour de l'index, un morceau de tissu blanc en coton vendu généralement dans les Mikvaot (faute de mieux, un tissu blanc et propre pourra être utilisé), qu'elle introduit dans le vagin aussi profondément que possible. Puis, elle effectue un ou deux mouvements circulaires tout en appuyant délicatement sur les parois vaginales dans tous les replis et les creux.

Elle vérifie ensuite à la lumière du jour que le tissu soit parfaitement propre. Si il y a dessus la moindre couleur marron, noire, rose ou rouge, il faudra s'adresser à un Rav.

③ LE COMPTE DES 7 JOURS DE PROPRETÉ (CHIVA' NÉKIIM)

Si le tissu témoin est propre, dès le lendemain, la femme comptera les 7 jours de propreté.

Il faut faire deux vérifications par jour, une le matin et une en fin d'après-midi, durant chacun des 7 jours.

En cas d'impossibilité ou de difficultés, on peut demander l'autorisation à un Rav d'adopter une attitude plus permissive et réduire le nombre de vérifications, sachant que le Hefsek Tahara et les vérifications du premier et du septième jour des Chiva' Nékiim sont **indispensables**.












Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Pour obtenir d'autres documents de 'Hizouk, contactez-nous :

Tél (FR) : 01.80.91.62.91 - Tél (ISR) : 077.466.03.32 - Web : www.torah-box.com

1/3

Exemple : Si l'apparition du flux a lieu un jeudi :

| DIMANCHE | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | CHABBAT |
|---|--|--|---|--|---|---|
| — | — | — | — | 1^{er} jour de l'apparition du flux : jusqu'à jeudi après-midi avant le coucher du soleil  | 2^{ème} jour de l'apparition du flux | 3^{ème} jour de l'apparition du flux |
| 4^{ème} jour de l'apparition du flux | 5^{ème} jour de l'apparition du flux : Hefsek Tahara lundi après-midi avant le coucher du soleil  | 1^{er} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  | 2^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  | 3^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  | 4^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  | 5^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  |
| 6^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a  | 7^{ème} jour des Chiva' Nékiim : <input type="checkbox"/> vérification le matin et avant la Chki'a.  Puis, après la tombée de la nuit, Tévila (immersion) | — | — | — | — | — |

En cas de taches, il faut contacter un Rav compétent car certaines couleurs ne sont pas problématiques. Le cas échéant, la femme devra recommencer le Hefsek Tahara et le compte des 7 jours.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Pour obtenir d'autres documents de 'Hizouk, contactez-nous :
Tél (FR) : 01.80.91.62.91 - Tél (ISR) : 077.466.03.32 - Web : www.torah-box.com

④ LES PRÉPARATIFS POUR LE MIKVÉ

La femme se rendra au Mikvé à la fin de cette période de 7 jours propres pour s'y immerger dès l'heure de la tombée de la nuit.

Avant l'immersion, elle effectuera une toilette corporelle afin d'éliminer tout élément susceptible de faire écran entre le corps et l'eau.

- 
- ✓ Retirer ses bijoux
 - ✓ Se couper et nettoyer les ongles
Mains & Pieds
 - ✓ Retirer tout le vernis des ongles
En cas de difficultés sentimentales, appeler le service « Question au Rav » (voir en bas).
 - ✓ Enlever les peaux mortes
sans se faire saigner
 - ✓ Se démaquiller
Enlever toute substance des coins extérieurs de l'oeil
 - ✓ Retirer les lentilles, les lunettes et les pansements
 - ✓ Se moucher
Si besoin
 - ✓ Se brosser les dents
Si plombage, bridge, couronne ou appareil dentaire, appeler le service « Question au Rav » (voir en bas)
 - ✓ Se nettoyer les oreilles
À l'aide d'un coton tige
 - ✓ Se laver le corps à l'eau chaude et au savon
Au mieux un bain d'1/2 heure. Ne pas oublier : aisselles, sous la poitrine, nombril, orifices, entre les doigts de pieds...
 - ✓ Se laver les cheveux et les démêler
Juste avant l'immersion
 - ✓ Couleurs, rajouts de cheveux, faux ongles, blessures ou peaux mortes
Appeler le service « Question au Rav » (voir en bas)
 - ✓ Aller aux toilettes
Si besoin

LE JOUR DU MIKVÉ

- Éviter de s'épiler à la cire car elle peut rester collée (le faire la veille). En cas de besoin, se nettoyer minutieusement.
- Ne pas manger de la viande (sauf si c'est Chabbath).
- Ne pas faire de la pâtisserie ou du pain car la pâte peut rester collée sur les ongles. En l'honneur de Chabbath, il est permis de faire les 'Hallot.

⑤ L'IMMERSION

Une fois toutes les étapes franchies, la femme peut s'immerger intégralement dans l'eau du Mikvé.

Avant l'immersion, elle récitera la bénédiction suivante :

« *Baroukh Ata Ado-naï Elo-hénou Mélekh Ha'olam Acher Kidéchanou Bémitsvotav Vétsivanou Al Hatévila.* »

Cette dernière étape met fin à la période de Nidda et permet à nouveau les contacts physiques entre les époux.



Torah-Box.com
diffusion du judaïsme aux francophones

Pour obtenir d'autres documents de 'Hizouk, contactez-nous :
Tél (FR) : 01.80.91.62.91 - Tél (ISR) : 077.466.03.32 - Web : www.torah-box.com

3/3