

# **“Code de la Pureté Familiale Juive”**

Un condensé des lois de Nidda sous  
forme abrégée



par

**Rabbin Elyohu Blas**

Bureau central d'orthodoxie



**5 ème édition • 5761**

(édition révisée)

**Comité de la Pureté Familiale Juive**

P.O.Box 322

Monsey N.Y. 10952

845-425-2060 Fax 845-425-7899

Copyright '992 ,by Rabbi N. Neumann

---

Des copies de cette brochure, ainsi que des tableaux de "registre des periodes" (page 88), en français, anglais, espagnol, hebreu, hongrois, persan, portugais, russe et yiddish, peuvent être obtenues GRATUITEMENT en s'adressant au:

**Copies available FREE of charge by writing to:**

Committee of J.F.P.  
P.O.Box 322  
Monsey N.Y. 10952  
845-425-2060 Fax 845-425-7899

Williamsburgh:  
Rabbi E. Pollack, 168 Wilson St. Brooklyn, N.Y. 11211  
(718)-384-4865

Boro Park:  
Rabbi A Halpert  
1272 42nd St. Brooklyn, N.Y. 1219  
718-871-4506

בארץ ישראל  
איינהורן רח' שטראוס 23 ירושלים  
02-538-6455

מענדלאוויטש רח' עזרא 14  
02-532-4475

France  
Rabin I.M. Reisz, 50 Rue Des Franch Bouregois  
75003 Paris Tel. 278-5089

England  
Rabbi M. Tager, 12 Foutayne  
London N.16 Tel 806-7435



Bien que cet ouvrage ait tenté de donner une vue assez large des lois de Nidda, ce n'est qu'un condensé et doit être considéré comme tel. Les lois de Nidda sont, en effet, très étendues et compliquées. Ce livret qui enseigne les lois élémentaires et les règles de base sur la Pureté Familiale est surtout un guide duquel on apprendra quand on doit demander une Sheéla à un Rabbin.

Il est donc très important de se référer, au moindre doute, à un Rabbin compétent pour décision et direction. On peut être gravement éconduit en comparant des cas, car de nombreux facteurs jouent un rôle dans ces lois si complexes (certaines restent obscures même pour un laïque bien informé), et peuvent affecter leur application dans chaque situation individuelle.

En plus de l'étude constante de cet ouvrage qui est impérative, il est aussi recommandé de suivre des cours sur le sujet. De cette manière on atteindra une meilleure compréhension de ces lois. De telles classes, pour fiancées et pour dames mariées, sont données par des professeurs compétents dans de nombreuses communautés. Votre Rabbin local sera en mesure de vous indiquer si une classe de ce genre existe dans votre voisinage. S'il n'en existe pas encore, il est important qu'on en organise une sans tarder.

## Table des Matières

Avant propos .....	9
Préface .....	11
Introduction .....	13
<b>Chapitre I — Nidda .....</b>	<b>23</b>
— L'aspect du saignement .....	23
— Couleur du sang .....	24
— Si on trouve une tache .....	25
— Sentir la matrice s'ouvrir .....	25
— Saignement durant la cohabitation .....	26
<b>Chapitre II — Endossement du blanc et examen au début des jours de pureté .....</b>	<b>29</b>
— Le jour de l'endossement du blanc .....	29
— L'examen préliminaire .....	30
— Si elle a vu du sang ce jour-là .....	32
— Si l'endossement du blanc tombe un samedi .....	34
<b>Chapitre III — Les jours de pureté .....</b>	<b>35</b>
— Commencement des sept jours de pureté ..	35
— Le jour du bain rituel .....	35
— Examens pendant tous les jours de pureté ..	36
— Si on s'est trouvée impure pendant les sept jours de pureté .....	38
— Si on trouve une tache pendant les sept jours de pureté .....	39
— Si elle porte un anneau interne .....	40

## Table des Matières

<b>Chapitre IV — Préparations pour la Tevila</b>	
(Bain rituel) .....	40
— Préparatifs pour la Tevila .....	41
— Le bain avant la Tevila .....	41
— Fausses dents, pansements, etc .....	42
— Peau dure, croûtes etc. ....	43
— L'heure du bain .....	43
— S'il n'est possible de prendre le bain qu'après la nuit .....	43
— Si la Tevila tombe un vendredi soir ou le soir d'un jour de fête .....	44
— Si la Tevila tombe un samedi soir ou à l'issue d'un jour de fête .....	45
— Si la Tevila tombe entre deux jours de fête .....	46
— Enlevage des verrues ou des cors de pieds .....	47
<b>Chapitre V — La Tevila (Bain rituel)</b> .....	48
— Ce qu'on entend par "Bain rituel" .....	48
— Avis important aux personnes âgées .....	49
— L'immersion de la Tevila .....	50
— La Beracha (bénédictio)n .....	52
— Si l'aide d'une autre femme est nécessaire pour la submersion .....	53
— Sheéla après la Tevila .....	53
— Si la Tevila tombe Yom Kippour ou Tisha B'Av .....	54
— Quand la Tevila est permise pendant la journée .....	55
— Prévenir la bénédiction des enfants .....	55

## Table des Matières

<b>Chapitre VI — La fiancée</b> .....	56
— Les devoirs d'une fiancée juive .....	56
— Le devoir de la fiancée .....	58
— Quand l'endossement du blanc de la fiancée peut avoir lieu .....	58
— Si le mariage a été reporté pendant ou à la fin des jours de pureté .....	59
— Quand la Tevila d'une fiancée peut avoir lieu .....	59
— Si la Tevila prend place après le jour du mariage .....	60
— Séparation après le premier acte conjugal ..	61
— Attention .....	62
<b>Chapitre VII — Les lois de pureté après l'accouchement</b> .....	63
— Douleurs d'enfantement .....	63
— Après une naissance ou une fausse-couche .	63
— Quand la Tevila peut avoir lieu après la naissance .....	64
<b>Chapitre VIII — Règles d'isolement</b> .....	65
— Détails de l'isolement complet .....	65
— Les lits .....	66
— En voyage .....	66
— Pendant les repas .....	67
— Si l'un des conjoints est malade .....	68
<b>Chapitre IX — Séparation avant la prochaine période due</b> .....	68

## Table des Matières

— Défense de contact avant la période due .....	68
— Les trois règles principales .....	69
A. La règle mensuelle .....	69
B. La règle d'intervalle .....	70
C. La règle de moyenne .....	70
— Symptômes physiques avant la période ....	71
— Période régulière .....	71
— Période irrégulière .....	72
— Examen au moment des règles anticipées .....	73
— Comment calculer les règles jusqu'à ce qu'elles soient fixées .....	74
— Comment une période régulière est annulée .....	77
— Pendant la grossesse et l'allaitement .....	79
— Glossaire .....	80
<b>Calcul des 3 règles principales</b> .....	82
— Registre des règles .....	88
Appendix A .....	92
Appendix B .....	94

## לעילוי נשמת

הצי' מינקא בת הרה"ג ר' יעקב הלוי  
נפטרה כח' שבט תשמ"ד לפ"ק ת.נ.צ.ב.ה.

זכר צדיק לכרכה  
הרה"צ יעקב בן ישראל הי"ד

ונשמת אאמו"ר יוסף בן מו"ה ישראל  
ואמי מורתי חנה בת מו"ה יחיאל מיכל  
וכיו"ח הי"ד, ר"ח סיון  
ונשמת חמי הרב הצ' גרשון מנחם  
בן מו"ה משה  
וחמותי החשובה חי' יוטא בת הרב מו"ה  
שלמה צבי וכיו"ח הי"ד, ג' סיון

---

ונשמת ז' האשה החשובה גאלדא הענדל בת  
מו"ה חיים וכיו"ח הי"ד, י' תמוז  
ונשמת חמי מו"ר מו"ה חיים בן מו"ה אלעזר  
ונשמת חמותי מו"ר פיגא בת הרה"ח משה  
וכיו"ח הי"ד, י' תמוז

א"ז ישראל בן שמרי', י"ד אב  
וזקנתי רבקה, י"ט תשרי  
א"ז יחיאל מיכל בן אברהם, ג' אלול  
ואמו דבורה בת ברוך, ט' אדר  
וזקנתי ברכה בת מרדכי גימפל, ז' תשרי

---

לעילוי נשמת

ר' דוד יהודה בן סיני ע"ה  
מזיבא בת מאיר צבי ע"ה



Ce livret sur les lois de Nidda a été publié pour la première fois il y a trente ans en Hongrie par le bureau central d'Orthodoxie, sous la direction personnelle de trois éminents rabbins de cette époque; à savoir: le Rabbin Sulem Wieder (Nyiregyhaz), le Rabbin Menachem Pollack (Szerencs), et le Rabbin Jacob Jungreiss (Nyirmada). Cet ouvrage a été largement accepté et distribué et ensuite réimprimé nombre de fois dans plusieurs pays.

Un besoin urgent existe dans notre génération de publier un tel ouvrage en français, pour le bénéfice du grand nombre de juifs parlant cette langue.

La traduction du livret mentionné ci-dessus, approuvée et publiée par des rabbins compétents, a été jugée ce qu'il y a de plus approprié pour atteindre ce but. Je n'ai mesuré ni argent ni effort en vue de la réalisation de cette traduction. Le travail a passé par maintes révisions, l'exactitude de la traduction a été révisée de près par des rabbins pour éviter tout changement de sens qui peut résulter de la traduction d'une langue à une autre.

L'introduction a été raccourcie quelque peu, et les mots réarrangés comme il est évidemment nécessaire dans une traduction pour éviter de la

gauche phraséologie. Toutefois, la plupart du texte de base a été gardée, à l'exception de quelques changements et additions trouvés nécessaires.

J'ai en ma possession des lettres approuvant cette nouvelle édition par nombre de rabbins distingués.

Mes remerciements et ma gratitude à tous ceux qui ont pris part à ce travail de haute importance. Que le Tout-Puissant les bénisse tous de Ses multiples bénédictions de la Torah.

RABBIN N. NEUMANN



מו"ה שלום צבי שווארטץ נ"י  
 לזכר ולעילוי נשמת אביו ע"ה  
 מו"ה משה בן מו"ה אברהם ז"ל  
 נפטר ט"ו מרחשון תשמ"ג  
 חי' חבר ל"ועד טהרת המשפחה  
 ותומכי' ביד רחבה וברוח נדיבה  
 צדקתו עומדת לעד



ולע"נ גרשון בן יעקב בן ציון

## Préface

Le but de cet ouvrage est de remplir la mission sacrée qui nous a été déléguée par les membres les plus respectés du Concile Rabbinique—de procurer un condensé clair des lois religieuses se rapportant à la pureté de la vie conjugale. Nous pensons que la publication d'un tel condensé aidera à éliminer les péchés sérieux qui viennent principalement de l'ignorance des lois religieuses—ignorance qui précipite tant de nos fidèles frères et sœurs dans un tourbillon de péchés qui contamine leurs enfants d'une impureté indélébile.

C'est avec l'aide de D. que notre effort sacré réussira, et avec l'aide de nos Grands Rabbins vénérés nous espérons atteindre notre but de rendre chaque jeune couple familier du contenu de ce livret. Les époux pourront s'assurer que leur union ne sera pas troublée par les conséquences graves des péchés de Nidda pour eux-mêmes et leurs enfants en lisant et relisant à maintes reprises cet ouvrage de par leur vie conjugale.

Nous espérons que les Grands Rabbins montreront leur coopération en persuadant les futurs jeunes mariés à étudier cet ouvrage. Nous pensons qu'il serait louable que ces Rabbins testent les couples sur leur connaissance de son contenu et présentent un certificat attestant leur connaissance.

Que la bénédiction de D. accompagne notre ouvrage dans l'accomplissement de sa mission et dans notre espoir de succès. Nous pourrions alors espérer que les tragédies qui surviennent constamment à notre peuple cesseront, car nous réalisons que nos souffrances nous arrivent par nos péchés et que l'élimination de nos transgressions amènera la paix.

Que la miséricorde divine arrête notre misère et que nos attitudes purifiées, de même que notre vigueur morale renouvée, nous amènent le jour quand le son de peine et de crainte dans les foyers juifs sera transformé en chants gracieux de joie pure et de bonheur permanent s'élevant vers les cieux.



לז"נ

האשה החשובה והצנועה

שרה בת הרה"ח ר'

אברהם ע"ה הויזער

ט"ו חשון תשמ"ו לפ"ק

---

איטא בת ר' מרדכי יצחק

י" אדר תשי"ב

## INTRODUCTION

L'importance primordiale des lois religieuses en rapport avec la vie conjugale peut sans doute être le mieux comprise en réalisant la gravité du châtement sévère attribué à ses violateurs —“Karet” (Lévitique XX:18). Ce châtement est réservé aux péchés capitaux tels que l'inceste et l'infraction du jeûne de Yom Kippour. Ce châtement effrayant et terrifiant retranche l'âme du pécheur de l'immortalité dont jouissent les autres âmes, et retranche la vie des générations qui ont été conçues dans le péché.

Nous devons toujours être conscients de l'importance de ces lois. Il y a nombre d'entre nous qui conservent une étincelle de religion et refuseraient de violer le jeûne de Yom Kippour pour toutes les richesses de ce monde. Toutefois ils sont négligents dans leur observance de ces lois, et ils justifient leur négligence en prétendant une loyauté à ce qu'ils considèrent, par erreur, le seul but de ces lois... “Dans le temps, disent-ils, c'était le seul moyen de mener une vie sanitaire, mais de nos jours on peut être propre sans le tracas du bain rituel et des jours de pureté, etc.” Ceci est l'argument ridicule de celui qui nie que la Tora nous a été donnée par un D. Eternel. Dans leur erreur, ils ont toutefois touché une vérité importante. L'aspect sanitaire de ces lois a été reconnu depuis longtemps par les grandes

autorités médicales qui ont salué l'accomplissement exact de ces lois comme physiquement bénéficiaire et pour les parents et pour leurs enfants. "Les lois de Nidda de l'Écriture Sainte est en parfaite harmonie avec la nature humaine. Le strict accomplissement de ces lois prévient les maladies très fréquentes chez la femme, immunise les enfants de parents religieux de certaines maladies et présente l'explication de leur intelligence inhérente et de leur supériorité spirituelle." (Social-hygiene der Judens, Dr. Nossig.)

On peut s'attendre à de tels bénéfices sanitaires des commandements qui viennent d'une "Tora parfaite" où chaque loi améliore le corps humain, de même que son âme. Mais ceux-ci ne sont que des bénéfices "d'à-côté" et en aucune façon le but principal de ces lois. C'est une erreur fatale de considérer notre sainte Tora comme rien de plus qu'un livre médical.

Les commandements sur la pureté conjugale sont basés sur un thème bien plus sublime. "Sanctifiez-vous, pour que vous puissiez être saints, car Je suis votre D." (Lévitique XX:7). Ceci est le but de toute vie morale et la base des lois conjugales. Sanctifiez-vous! Elevez-vous au-dessus des bas instincts de l'animal, disciplinez vos désirs en plaçant des limites qui ne peuvent être violées et

vous vous élèverez du niveau bas de l'animal au standard exalté de l'homme. Sanctifiez-vous! Soyez saints! Visez vers des sommets d'idéalisme de façon à ce que votre vie conjugale puisse être une harmonie sainte de pureté terrestre et de bénédiction céleste.

Les lois de Nidda étant des commandements divins qui nous guident vers un accomplissement spirituel et n'étant pas des lois sanitaires, nous réalisons que toute excuse et justification doivent disparaître.

Un but si exalté exige une stricte conformation à chaque détail de la loi. Qu'une femme observe la période prescrite de séparation et qu'elle compte même le nombre exact des jours de pureté, si elle a manqué de se submerger dans un bain rituel, elle reste impure. Une centaine de bains hors de la Mikvé ne peut effacer son impureté mensuelle—elle reste en état de Nidda et attire sur elle-même les plus sérieuses punitions.

Voici des extraits d'une proclamation enflammée du Chafetz-Chaim Z.T.L., Rabbin de Radin, de renommée mondiale: "Nous entendons et voyons avec consternation et avec stupeur que même dans les cercles soi-disant "religieux", les lois d' "éloignement" ne sont observées que de façon superficielle et sans aucun sérieux. En plus, il y a la triste corruption de notre temps—l'im-

moralité—qui cause tant de tragédies au foyer et dans la communauté—les pratiques coupables du contrôle des naissances—l'introduction du système d'un ou de deux enfants—et le péché choquant, la honte des hommes et femmes qui se baignent ensemble en public.

Ces maux provoquent l'Éternel et sont responsables pour les punitions de D. desquelles nous souffrons—les difficultés du gagne-pain, dépression financière et sanitaire et persécution de la communauté juive entière. Combien lourd doit être le joug de responsabilité sur l'homme ou la femme qui nargue les lois de l'éloignement conjugal mettant de cette façon la vie de leurs propres enfants en danger, détruisant leur propre existence, causant la damnation de leur âme et la souffrance immesurable pour le Judaïsme entier.

De tels péchés, cependant, ne sont pas toujours le produit de mauvaise intention ou d'incrédulité, mais plutôt des raisons suivantes:

- 1) Les pécheurs sont ignorants de la gravité et des conséquences de leurs péchés, et ils n'ont pas la moindre idée de la punition sévère qui s'ensuit.
- 2) Nombre d'entre eux interprètent mal le but de nos lois religieuses.
- 3) Beaucoup ignorent complètement ces lois religieuses.

Quiconque a étudié les Cinq Livres de notre



Sainte Tora doit savoir que le Tout-Puissant punit les violateurs des lois conjugales et d'autres brèches de morale par la plus effrayante de toutes les pénalités "Karet". "Un homme qui vit avec une femme qui est rendue impure par ses menstruations—tous deux seront retranchés de leur peuple" (Lév. XX:18). "Vous ne vous approcherez pas d'une femme rendue impure par ses menstruations en découvrant sa nudité" (Lév. XVIII:19).

Une conception claire de "Karet" défie le pouvoir de la plume pour être décrite, et l'esprit pour être imaginée, de sorte que j'essaierai seulement de souligner ce qu'il signifie.

"Karet"—retranchement du corps et de l'âme—mort brute et prématurée—pour beaucoup—homme ou femme—elle arrive pendant les années les plus fertiles de leur virilité—terme soudain des meilleures années—laissant des veuves éplorées, des orphelins et des bien-aimés—et toujours le grand point d'interrogation: Pourquoi? Seul le Tout-Puissant pour qui tous les secrets sont révélés et qui enregistre les péchés déjà ternis par l'obscurité—Lui Seul peut y répondre.

Si certains mérites ont épargné la vie et le bien-être du pécheur alors qu'il manque de se repentir, qu'il ne s'imagine pas que le Créateur a oublié ou pardonné sa transgression. Son inévitable punition

est l'autre forme plus grave de "Karet", le retranchement de l'âme. L'homme et la femme qui ont été condamnés à Karet sont condamnés à une souffrance qui dépasse toute douleur terrestre.

Car l'âme est un rayon pur de lumière émanant de D., une étincelle divine qui donne vie à la forme humaine. L'âme est une étincelle du Tout-Puissant, un souffle céleste et immortel que le Créateur a insufflé Lui-même dans l'homme. Sa mission sur terre est d'anoblir le corps, de contrôler son instinct animal et d'élever l'homme de façon spirituelle et morale. L'âme est une flamme sainte et céleste qui n'a qu'un désir—celui de retourner, à la fin de sa mission terrestre, vers son Créateur, la source de sa vie, et de prendre sa place méritée dans le royaume glorieux de l'immortalité.

Mais une âme chargée de péchés si sérieux, tachée par de telles offenses éhontées ne peut jamais retourner à sa destination. Elle est bannie et tout refuge lui est renié, elle flotte sans but à travers l'univers—extirpée et condamnée éternellement.

La stérilité est une autre forme de Karet qui est souvent assignée aux violateurs des lois conjugales. L'arbre familial dépérit et meurt par cette stérilité ou par la mort de l'enfant. La plus grande joie de la vie familiale est détruite par cette

forme de Karet.

Quelle ironie est-ce, que souvent ces parents qui tremblent pour le bien-être de leurs enfants sont la cause même de leur mort prématurée. Car les péchés de la vie conjugale et de l'immoralité en général sont punis par l'enlèvement subit de petits êtres bien-aimés. Ces enfants, conçus dans le péché, sont condamnés à une mort prématurée, une forme de Karet pour les parents.

Même les enfants qui survivent, grâce à des mérites inconnus, sont les victimes des péchés de leurs parents car leur âme est contaminée par le crime de leurs parents. La fibre entière, spirituelle et morale d'un tel enfant, est affaiblie par l'impureté de laquelle sa conception a été entourée. La plupart des non-croyants viennent d'un tel passé, car dans une âme si infectée d'impureté il y a une lutte éternelle, souvent insurmontable, entre l'élan sublime vers le bien et l'attraction au mal. La faiblesse des parents prive ainsi les enfants de leur seule chance de trouver le bonheur parfait dans une vie religieuse idéale.

Nos plus grands sages ont aussi souligné que la plupart des morts à l'accouchement, chez les femmes juives, est le résultat d'une négligence d'observer consciencieusement les lois de Nidda.

Etant conscients de tous ces faits et inspirés par le nombre terrifiant des punitions volontaires,

ceux qui ont manqué d'observer correctement nos saintes lois conjugales, doivent sonder les profondeurs de leur coeur et retourner avec élan vers notre vivifiante loi divine, le coeur brisé et repentant. Ils doivent abandonner leur vie de péchés et s'élever au-dessus des masses d'immoralité vers la lumière vive d'une vie morale avant que leurs années vitales aient passées et qu'il soit trop tard. Qu'ils ne soient pas retenus par leur crainte d'avoir tout perdu, que leurs efforts soient vains, que leurs péchés soient au-delà du pardon. Rien ne pourrait être plus loin de la vérité. Notre Créateur miséricordieux accueille toute âme repentante avec grâce et Il accorde à ses enfants une chance d'expier leur passé sordide par une vie subséquente d'actes raffinés pour pouvoir mériter Son pardon. Que personne ne soit retenu par timidité ou crainte de moquerie des voisins! Qu'ils entrent avec joie, la tête haute, sur la voie éternellement satisfaisante et encourageante de la foi et de l'observance de notre Sainte Tora."

Maris juifs et femmes juives! N'oubliez jamais ce redoutable commandement divin. S'il existe une étincelle de religion dans votre coeur et dans votre âme, réveillez-vous et rassemblez vos forces afin d'observer consciencieusement les lois de pureté conjugale. Notre Père miséricordieux qui nous a donné Sa magnifique Tora vous récompensera par

Ses bénédictions pour votre prospérité, bonheur et longue vie. Il vous bénira, vous et vos enfants, et les enfants de vos enfants...



## לעילוי נשמת

מו"ה ישראל בן ר' אפרים ע"ה

כב' מרחשון תשל"ו לפ"ק

מרת חי' מלכה בת ר' אהרן לפידות ע"ה

ב' דשבועות תשכ"ו לפ"ק

מו"ה ישראל יהודא שו"ב

גאלדשטיין נ"י

לטובת נשמת

הרב מו"ה זאב בן מו"ה ישראל יהודא ז"ל

קליין נפטר י"ג אייר תשי"ב

ר' ישראל חיים לאנדי נ"י  
בע"נ זקיננו וזקנתנו  
מצד אביו נ"י  
הרה"ח יהושע שלמה ב"ר חיים יעקב ז"ל  
נפטר כ"א שבט  
ז' מ' דאבה בת ר' ישעי' ז"ל  
נפטרה ג' תמוז

מצד אמו תחי'  
הרה"ח שלמה ב"ר אברהם יהודה הלוי ז"ל  
נפטר ט' סיון  
ז' מ' גיטל בת ר' משה ז"ל  
נפטרה ט"ו כסלו  
הרה"ח אברהם יהודה ב"ר אהרן הלוי ז"ל  
נפטר י"ג אייר  
ז' מ' פריידא בת ר' יהושע פלק ז"ל  
נפטרה כ"ב חשון  
הרה"ח משה בן ר' מתת' ז"ל  
נפטר כ"ד שבט  
ז' מ' מלכה בת ר' ישראל ז"ל  
נפטרה ר"ה ב' תשרי

לעילוי נשמת  
האשה החשובה ראכיל בת הרבני מו"ה יעקב  
שרייבער ז"ל תנצב"ה



לעילוי נשמת

הרב דוב בערצי  
בן הרח"ג אליקים שרגא פיינוויש  
אב"ד וויקנא

## NIDDA

La prohibition (transgression) de Nidda est sous la terrifiante punition de KARET (voir introduction) et pour l'homme et pour la femme. Il n'y a pas de différence si célibataire ou mariée.

Ce livret est un condensé des lois concernant la vie conjugale entre l'homme et sa femme.

### Chapitre I

#### L'aspect du saignement.

1. Quand une femme aperçoit du sang venant de la matrice, que ce soit pendant son cycle mensuel ou à n'importe quel autre moment (et aussi si elle est enceinte, mère nourrice ou après sa ménopause), ou que n'importe quelle raison lui ait causé ce sang, elle devient ce qu'on appelle une "Nidda" (état de séparation, d'isolement) et doit être isolée de son mari de la façon prescrite au chapitre VIII. Cet isolement commence à l'instant où elle devient une Nidda, puis pendant tout le temps du saignement, "l'endossement du blanc", les sept jours de pureté, et jusqu'après la Tevila (immersion) dans une Mikvé (bain rituel) comme

on l'expliquera plus loin.

2. Cette règle s'applique: 1) si elle remarque du sang de la façon habituelle, c.à.d. en sentant l'ouverture de la matrice ou par d'autres sensations; 2) si elle le remarque sans rien sentir; 3) si elle trouve du sang en résultat d'un examen interne, même si ce sang ne consiste qu'en la plus petite goutte; 4) si elle remarque certaines taches (voir par. 4); dans chacun de ces quatre cas elle devient une Nidda.

### **Couleur du sang**

3. Même si le sang trouvé n'est pas rouge, mais seulement rougeâtre ou noirâtre, elle est toutefois nettement une Nidda. S'il est sans aucun doute blanc, alors elle n'est point considérée comme Nidda. Mais s'il est de toute autre couleur ou s'il y a sur le linge de l'examen une particule qui ressemble à un cheveu ou à une poussière ou toute autre forme de particule, on doit le montrer à un Rabbin compétent et demander une Shéela (consultation rabbinique). S'il y a eu lieu de croire que le sang n'est pas d'origine de la matrice, mais d'un autre endroit, comme par exemple d'une blessure qui saigne, ou s'il y a du sang dans son urine, on doit consulter un Rabbin.



**Si on trouve une tache.**

4. Si une femme trouve une tache rougeâtre, noirâtre, brunâtre ou d'un jaune foncé à n'importe quel moment, peu importe la grandeur, sur la partie inférieure de son corps ou sur ses vêtements, sa lingerie, sa literie ou ses draps à n'importe quel endroit, etc. (même si elle s'est examinée de suite et qu'elle se soit trouvée propre); elle doit immédiatement consulter un Rabbín avec une Sheéla.

**Sentir la matrice s'ouvrir.**

5. Quand une femme éprouve la même sensation que celle qu'elle sent au début de ses périodes, elle doit immédiatement s'examiner avec soin. On procède à cet examen en introduisant un linge propre, souple et blanc, aussi profondément que possible dans l'organe à examiner; on le remuera dans tous les côtés, les coins et les crevices, on le retirera et on l'examinera. S'il y a une tache rougeâtre ou noirâtre, même de la plus petite taille elle est distinctement Nidda. Si elle a trouvé une tache de toute autre couleur ou si elle n'a pas fait d'examen immédiat, elle doit consulter un Rabbín. Si après examen immédiat elle trouve un flux parfaitement blanc, elle est encore pure. Si elle n'a absolument rien trouvé sur le linge, elle est une

Nidda. Il est cependant conseillé, dans ce cas, qu'elle consulte un Rabbin, surtout si elle est habituée à avoir des pertes blanches, ou si elle a trouvé une particule de n'importe quelle forme sur laquelle elle doit de toute façon demander une Sheéla comme mentionné ci-dessus. Toutefois, une femme qui est après le troisième mois de sa grossesse, ou une femme qui allaite son enfant, qui a éprouvé ladite sensation et s'est examinée, si elle n'a absolument rien trouvé sur le linge, elle est pure.

6. Chaque femme, même enceinte, mère nourrice ou après sa ménopause, qui doit subir un examen interne au cours duquel le médecin devra y introduire un instrument doit consulter un Rabbin. Il est conseillé de préparer un "linge d'examen" et de s'examiner immédiatement après l'examen du docteur. Si possible, on examinera aussi l'instrument. Même si on s'est trouvée propre, il faut toutefois consulter une autorité rabbinique. (Il est donc préférable de faire un tel examen, si nécessaire, à la fin des règles, avant les sept jours de pureté).

### **Saignement durant la cohabitation**

7. Si une femme se sent saigner pendant la relation sexuelle, elle doit immédiatement en avertir son mari pour qu'il ne se sépare pas d'elle

d'une façon spontanée de la manière habituelle, mais de la manière prescrite dans un tel cas (Kitsour Shoulchan Arouch CLVI:3). Dans ce cas, et aussi si elle a saigné juste après la relation sexuelle, il est extrêmement important que le mari consulte un Rabbin immédiatement à propos du procédé à suivre, puisque cela pourrait avoir de graves conséquences. (Mais en ce qui concerne la femme vierge voir Cha. VI, Par 9).

7a. Si une femme a dit à son mari qu'elle est impure, et qu'ensuite elle soit revenue sur ses paroles et se soit déclarée pure, aussi si elle s'est vêtue d'un vêtement spécifique aux jours de Nidda (bien qu'elle sache en elle même qu'elle est pure, seulement elle a fait cela comme blague, ou pour tout autre raison), la voici considérée comme Nidda et elle est interdite à son mari. Toutefois, ils devront clarifier leur cas auprès d'un Rabbin compétent puisque beaucoup de lois compliquées y sont concernées.



### ATTENTION !

*En cas de doutes ou de questions, quelqu'ils soient, à propos d'un cas mentionné dans cet ouvrage, ou à propos de tout autre situation qui puisse se présenter, on doit consulter un Rabbin Orthodoxe et compétent. On ne doit jamais se fier à quelqu'un d'autre pour un conseil ou une décision à ce sujet. S'il s'agit d'une question qui a déjà été présentée à un Rabbin, on doit la lui réitérer, à moins qu'il n'ait d'éclaré 'expressément que sa décision peut être prise d'une façon permanente.*

*Dès le moment où une femme soupçonne pouvoir être en état de Nidda, toutes les règles d'isolement prescrites au Chapitre VIII doivent être observées jusqu' à ce qu'elle ait consulté un Rabbin.*



## Chapitre II

### EXAMEN ET ENDOSSEMENT DU BLANC AU DEBUT DES JOURS DE PURETE

#### Le jour de "l'endossement du blanc".

1. Quand une femme devient une Nidda, soit par ses règles mensuelles, soit par quelque signe sur le linge d'examen, soit par une tache (voir Cha. I, Par. 4) ou par toute autre raison, elle doit attendre cinq jours avant de pouvoir "endosser le blanc". ("Endossement du blanc" signifie le procédé de l'examen qui doit être fait avant le début des jours de pureté, c'est-à-dire un peu avant le coucher du soleil, le cinquième jour après le début de la période ou plus tard, quand le flux aura cessé). Pendant ces cinq jours il est inutile de tenter à faire un examen puisqu'on ne peut pas endosser le blanc avant le cinquième jour, même si elle n'a vu qu'une seule goutte et pas plus.

Si, par exemple, elle est devenue une Nidda le samedi soir (ce qui revient au dimanche puisque la loi juive considère toujours le soir comme faisant partie du jour suivant) ou le dimanche alors qu'il fait encore jour, son cinquième jour, dans ce cas, est le jeudi. Si l'écoulement du sang a déjà cessé, elle peut s'examiner et endosser le blanc ce jeudi avant le coucher du soleil.

2. Si elle s'est examinée le cinquième jour avant le coucher du soleil et ne s'est pas trouvée propre, elle doit reporter l'endossement du blanc jusqu'au jour où elle se trouvera parfaitement propre. Pour tout doute concernant la couleur sur le linge, elle doit consulter un Rabbin (si cela est impossible ce soir-là, voir Cha. III, Par. 7), ou reporter l'endossement du blanc au jour où elle se trouvera parfaitement propre, comme mentionné ci-dessus.

### **L'examen préliminaire.**

3. Pour pouvoir commencer à compter les sept jours de pureté, la femme doit procéder à un examen extrêmement soigneux et méticuleux au moment de l'endossement du blanc. Cet examen est d'importance primordiale car, s'il n'est pas parfait, le compte des jours suivants de pureté s'avère être nul et non avvenu. Il faudra alors refaire un nouvel endossement du blanc, et recommencer à compter à nouveau.

Cet examen doit être fait un peu avant le coucher du soleil. Pour savoir l'heure du coucher du soleil, on peut s'orienter à partir de l'heure de l'allumage des bougies du Shabbath de cette semaine. Il faudra d'abord clarifier combien de minutes ont été ajoutées avant le coucher du soleil pour l'allumage des bougies (en effet, l'usage diffère d'endroit à endroit) et ainsi il sera facile de

calculer l'heure exacte du coucher du soleil.

La veille du Shabbath ou jour de fête elle procédera à l'examen avant l'allumage des bougies (voir par. 6).

4. On procède à l'examen de la manière suivante: on doit préparer un linge de coton ou de toile (d'environ 8cm/8cm ou 3in/3in ou un peu plus) complètement blanc, souple et fin, ni neuf ni dur, qui ait déjà été utilisé, adouci et lavé. Rien d'autre ne peut être utilisé à cet effet à moins qu'on ait demandé à un Rabbin. (Avant chaque examen il est recommandé de bien examiner le linge et s'assurer de sa propreté).

Avant l'examen, la partie inférieure du corps doit être lavée avec de l'eau chaude et les sous-vêtements doivent être changés par d'autres, propres et entièrement blancs. Il est recommandé de mettre une jambe sur un petit tabouret et, tout en étant debout, d'introduire le linge blanc qui a été enroulé sur l'index, aussi loin que possible dans l'organe à examiner. On remue le linge de tous côtés, dans chaque pli et dans chaque fissure, aussi loin que le doigt pénètre. Ce linge doit, si possible, demeurer là jusqu'à l'apparition des étoiles. (Il est préférable de sortir le linge, après l'avoir introduit à fond, et de l'examiner. Si l'examen s'est trouvé favorable, réintroduire un autre linge et l'y laisser jusqu'à la nuit). Toutefois s'il lui est difficile de le

tolérer si longtemps, elle peut le retirer de suite (à condition qu'elle n'ait pas vu de sang ce jour-là— voir par. 5) et l'examiner très minutieusement. Si le linge n'est pas parfaitement blanc mais de toute autre couleur, on doit consulter un Rabbin compétent. S'il est parfaitement blanc, elle peut commencer à compter les jours de pureté. Si elle a retiré le linge, il est désirable que quinze minutes avant l'apparition des étoiles, elle le réintroduise et l'y laisse jusqu'à ce que les étoiles apparaissent. Le linge qu'on aura retiré après la tombée de la nuit doit être examiné minutieusement, et soigneusement mis de côté dans un endroit propre jusqu'au lendemain matin afin de le réexaminer à la lumière du jour.

Le soir qui suit l'endossement du blanc, au cas où elle est propre, elle doit mettre un drap blanc propre sur son lit et changer le reste de sa literie. Pendant les jours de pureté qui suivent, elle ne doit pas utiliser de linge de lit ou de corps qui ne soient pas blancs.

### **S'il y a eu du sang ce jour-là.**

5. Si elle a vu ou sait d'une façon certaine qu'elle a saigné le jour où elle avait l'intention d'endosser le blanc, cet examen n'est valide que si elle a gardé le linge à l'intérieur à partir de l'heure de l'examen jusqu'à ce qu'il fasse absolument nuit. S'il lui est impossible de l'y garder jusqu'à



l'apparition des étoiles, elle doit reporter l'endossement du blanc jusqu'au lendemain. (Il est recommandé de consulter un Rabbïn).

6. Cet examen qui la prépare aux jours de pureté ne doit être fait ni trop tôt dans la journée, et surtout pas trop tard. Comme nous l'avons déjà mentionné, l'heure correcte de cet examen est un peu avant le coucher du soleil. Si toutefois on a tardé jusqu'après le coucher du soleil, du moment qu'il fait encore jour, on procédera à l'examen de façon immédiate, faisant note de l'heure exacte, et avec cette information on demandera à un Rabbïn si l'examen est valable ou non. Mais si on a le moindre doute qu'il fait nuit, on doit reporter l'examen au lendemain, à l'heure correcte. (De même, pour ceux qui ont la coutume que "l'endossement" n'est valide que si l'examen a été commencé avant le coucher du soleil et qu'on a trouvé que le flux a cessé, si on a tardé on le reportera au lendemain).

Aussi, quand l'endossement du blanc tombe une veille de Shabbath ou jour de fête, et qu'on a oublié de faire l'examen avant l'allumage des bougies, ou que le linge n'était pas parfaitement propre, on peut encore y procéder dans la même limite de temps mentionnée ci-dessus, de façon permise le Shabbath comme le sera expliqué dans le paragraphe 7.

**Si l'endossement du blanc tombe un samedi.**

7. Si le jour où elle peut endosser le blanc tombe un samedi, elle devra se conduire d'après la coutume de sa communauté. Dans les communautés où il est d'usage d'endosser le blanc le samedi, ainsi que dans le cas où l'endossement du blanc tombe un jour de fête, il est quand même interdit de chauffer de l'eau pour ce lavage (même par un non-juif). Aussi, il est absolument interdit de se laver ou se frotter avec une lavette ou tout autre morceau de tissu, ou d'utiliser du savon. Il est seulement permis d'utiliser de l'eau qui a été gardée chaude depuis avant Shabbath ou Yom Tov de façon autorisée. De même, on lavera seulement la partie entre les jambes et l'organe en question, avec les mains seulement. S'il n'y a pas d'eau chaude disponible, elle pourra se laver avec de l'eau froide. (Pour Yom Tov, si elle a besoin d'eau chaude, on demandera à un Rabbin).

Dans les communautés où il est d'usage de ne pas endosser le blanc le Shabbath, la coutume locale doit être observée et l'endossement reporté au lendemain.



**Chapitre III****LES JOURS DE PURETE****Commencement des sept jours de pureté.**

1. A partir du moment où la femme s'est trouvée propre par l'endossement du blanc, elle peut commencer à compter les sept jours de pureté. Le lendemain de l'endossement du blanc est le premier jour du compte des sept jours de pureté (qui en fait débute le soir, puisque le soir est toujours partie intégrale du jour suivant comme il a été indiqué plus haut). Si, par exemple, l'endossement du blanc a eu lieu un dimanche (soir) le lendemain (lundi) est le premier des sept jours de pureté et la Tevila (bain rituel) doit avoir lieu le dimanche soir suivant, mais pas plus tôt.

**Le jour du bain rituel**

La règle essentielle est que le bain rituel ait lieu le même soir que l'endossement du blanc, la semaine suivante. Naturellement, ceci n'est vrai que si elle s'est trouvée propre à tout temps pendant les sept jours jusqu'au moment de la Tevila, comme cela sera expliqué plus loin.

2. Le jour suivant l'endossement du blanc, on devra s'examiner d'abord le matin, quand il fait déjà certainement jour et aussi vers la fin de l'après-midi encore bien avant la nuit tombante.

On répètera ces examens durant les sept jours de pureté journalièrement: le matin quand il fait déjà jour et avant le soir quand il fait encore jour.

Le sous-linge doit aussi être examiné chaque matin et vers chaque soirée pour s'assurer qu'il n'y a pas de tache dessus.

### **Examens pendant tous les jours de pureté**

3. On devra faire très attention de ne manquer aucun des deux examens journaliers pendant les sept jours de pureté. Le premier jour, le linge doit être introduit profondément dans l'organe à examiner, dans chaque pli et chaque fissure. (On peut le retirer tout de suite et l'examiner). Toutefois, pour les autres jours, si cela lui est trop difficile elle pourra l'introduire tout droit aussi loin que possible, en omettant les plis et les fissures.

### **Avertissement !**

Il nécessaire, à ce point, de signaler une erreur des plus sérieuses. Il faut absolument introduire le linge à l'intérieur de l'organe à examiner. Simple-ment nettoyer la surface n'est nullement valable et n'est nullement considéré comme examen!!

On a jugé bon de préciser ici qu'il ne faut pas procéder à l'examen interne dans une position

allongée sur le dos.

4. Si, pour raison inévitable, on a manqué un ou plusieurs de ces examens journaliers on observera la règle suivante: si on a fait au moins un examen minutieux le premier des jours de pureté, qui est le jour suivant l'endossement du blanc, et on a aussi fait un examen minutieux le septième jour, alors les sept jours de pureté sont encore valides. Si toutefois aucun examen n'a été fait le premier des jours de pureté, on devra recommencer un nouveau compte de sept jours qui débutera et, lorsqu'on est sûr n'avoir eu ni flux ni tache depuis l'endossement du blanc, inclura le jour où on aura fait un examen minutieux.

Si toutefois on a fait un examen le premier jour seulement et qu'on en a fait aucun le septième jour, on ne peut pas procéder à la Tevila. Il faudra recommencer, après examen minutieux, à compter de nouveau les sept jours de pureté.

Toutefois, si la femme a arrêté de compter les sept jours pour une raison définie (par exemple: son mari part en voyage) et qu'ensuite les plans ont changé, alors on doit consulter un Rabbín pour savoir si les premiers jours, déjà comptés—mais abandonnés—peuvent encore être valables pour le compte des sept jours de pureté, ou si elle doit recommencer à compter.

**Si on s'est trouvée impure pendant les sept jours de pureté.**

5. Si la femme a trouvé du sang, ou une tache qui a été déterminée impure par un Rabbin compétent, pendant les sept jours de pureté, les jours déjà passés et comptés deviennent nuls et elle doit recommencer à se laver, faire un examen minutieux et endosser le blanc (comme indiqué au Cha. II, Par. 3 & 4). Il n'est pas nécessaire, dans ce cas, d'attendre à nouveau cinq jours avant d'endosser le blanc. Aussi longtemps qu'elle a procédé à un examen extrêmement minutieux vers la fin de la journée et qu'elle s'est trouvée propre, elle peut commencer à compter les sept jours de pureté, ce soir avec le lendemain comptant comme premier jour, comme déjà expliqué.

6. Toutefois, si elle a senti l'ouverture de la matrice ou une sensation de saignement (voir Cha. I, Par. 5) ou si elle a aperçu un saignement, les jours précédents sont annulés. Dans ce cas, elle peut aussi faire un examen le même jour avant le coucher du soleil et endosser le blanc le soir-même. Mais, cet examen n'est valide que si elle a introduit le linge blanc profondément et qu'elle l'y ait laissé depuis l'heure de l'examen jusqu'après l'apparition des étoiles. Le linge doit alors être examiné, soigneusement mis de côté, et examiné à nouveau le matin à la lumière du jour. Si elle n'a pas gardé

le linge serré à l'intérieur jusqu'à la nuit, ou qu'il lui est impossible de l'y garder si longtemps, elle doit repousser l'examen et l'endossement au lendemain en procédant de la façon prescrite au Chapitre II, Paragraphes 3 & 4. (Cependant, il est quand même conseillé de consulter un Rabbïn).

### **Si on trouve une tache pendant les sept jours de pureté.**

7. Si elle trouve une tache sur son corps, ses vêtements ou sa literie pendant les sept jours de pureté, elle devra consulter un Rabbïn.

Toutefois, s'il lui est impossible ce jour-là de demander ou de montrer son problème à un Rabbïn et qu'elle envoie sa Sheéla (c'est-à-dire le vêtement sur lequel elle a trouvé une tache ou bien le linge de son examen) par la poste et qu'elle n'aura la réponse que dans un ou deux jours (par téléphone ou autre), dans ce cas, qu'elle fasse ce jour-là vers la soirée un examen minutieux dans les fissures et les plis, de même qu'on fait pour l'endossement du blanc, "sous condition": (c'est-à-dire; si la réponse est négative que son examen prenne lieu de son nouvel endossement du blanc). Cependant, elle ne se lavera pas à cet endossement du blanc. Ainsi, d'après la réponse du Rabbïn, on saura exactement quel est le premier jour des sept jours de pureté.

**Si elle porte un anneau interne.**

8. Si une femme porte un anneau (ou toute autre chose) interne, elle doit consulter un Rabbïn à propos des examens et de son bain rituel.

**Chapitre IV****PREPARATIONS POUR LA TEVILA  
(Toilette fondamentale avant le Bain Rituel)**

1. A la fin des sept jours de pureté, le septième jour vers le soir; elle se préparera pour la Tevila.

Pendant toute la journée de la Tevila—le jour précédent le soir où sa Tevila aura lieu—on devra éviter de manger de la viande, car les particules de viande se logent entre les dents et sont difficiles à nettoyer. Si le jour de la Tevila tombe un samedi ou un jour de fête, on pourra consommer de la viande, mais on devra nettoyer ses dents ce soir-là avant la Tevila, avec des cure-dents et d'une façon très minutieuse. On s'abstiendra aussi de pétrir et de travailler avec des pâtes ou des matières collantes pendant toute la journée de la Tevila. En l'honneur du Shabbath il est permis de pétrir; il



faudra seulement faire bien attention de laver tout endroit où la pâte aura collé. De même il faudra se laver immédiatement chaque fois au cas où on aurait oublié ou été obligé et qu'on se serait servi de matières collantes.

### **Préparatifs pour la Tevila.**

2. Avant la Tevila, les préparatifs suivants devront être faits consciencieusement:

- Les ongles des mains et des pieds devront être coupés et soigneusement nettoyés;
- Le vernis à ongles devra être enlevé avec du dissolvant qui nettoiera parfaitement toute trace de vernis;
- La bouche devra être rincée plusieurs fois, les dents nettoyées et on utilisera des cure-dents pour retirer toute particule de nourriture qui pourrait être logée sur et entre les dents.

### **Le bain avant la Tevila.**

3. Avant la Tevila, un bain dans une baignoire d'eau chaude propre doit absolument être pris. Les préparatifs mentionnés ci-dessus (Par. 2) peuvent être faits dans le bain ou précédemment.

Pendant ce bain, on doit se laver avec du savon de la tête aux pieds —tenant compte de toute cavité telle que les oreilles, les narines, les aisselles, le nombril (ne pas oublier les trous des boucles

d'oreilles) et le corps entier de façon à ce qu'il soit parfaitement propre et exempt de toute substance étrangère. Les cheveux de la tête, ainsi que ceux de toute autre partie du corps doivent être lavés et coiffés (pendant qu'ils sont mouillés) lentement et soigneusement de façon à ce que tous les cheveux soient bien démêlés et non attachés l'un à l'autre. Tout ceci doit être fait avec de l'eau chaude uniquement. Un bain froid n'est pas permis et n'est pas valide.

### **FausseS dents, pansements, etc.**

4. De fausses dents qui peuvent être retirées sans l'aide d'un dentiste doivent certainement être retirées avant la Tevila. Si on a un plombage temporaire ou un appareil dentaire on doit consulter un Rabbin pour savoir s'il est nécessaire de le retirer. Toutefois, un bridge ou un plombage permanent sont naturellement permis.

Pansements, emplâtres, papier adhésif, etc. doivent être enlevés et la partie du corps nettoyée. Boucles d'oreilles, colliers, bagues et tout ce qui se trouve sur son corps doit être enlevé même avant de se laver dans la baignoire. Il faudra également ne pas oublier de retirer les verres de contact de ses yeux, ainsi que des faux cils.

### **Peau dure, croûtes, etc.**

5. On doit enlever toute écharde qui pourrait se trouver sous la peau, de même que toute croûte sur une blessure, ainsi que des pustules ou des pellicules. Si cela est difficile ou douloureux même après avoir été trempé dans l'eau chaude ou si la peau pèle, si les ongles son sensibles ou artificiels, si on a du coton dans les oreilles par avis du médecin ou si on souffre d'une impureté qui colle au corps, dans tous ces cas il est nécessaire de consulter un Rabbïn avec une Sheéla.

### **L'heure du bain.**

6. Le bain dans une baignoire avant la Tevila doit commencer avant la tombée de la nuit alors qu'il fait encore jour et, comptant la manicure, devra durer au moins une demi-heure. Le bain et les préparations l'occuperont depuis avant la fin du jour jusqu'après l'apparition des étoiles. Immédiatement après, elle devra procéder à la Tevila.

### **S'il n'est possible de prendre le bain qu'après la nuit.**

7. Cependant, s'il lui a été impossible de commencer à faire ces préparations avant la nuit,

il est permis de les faire après la tombée de la nuit. Dans ce cas, le bain avec toutes les autres préparations devront prendre environ une heure entière, de façon à pouvoir observer les règles prescrites calmement et soigneusement et ne rien oublier.

8. On ne devra rien manger entre le bain dans la baignoire et celui de la Tevila, ni même lorsqu'il y a un laps de temps plus long, tel que le vendredi soir ou la veille d'une fête. Toutefois, si on procède à la Tevila le samedi soir ou le deuxième soir d'un jour de fête et qu'on se soit préparée la veille, il est alors permis de manger entre-temps (voir Par. 1, 11 et 12 de ce Chapitre).

### **Si la Tevila tombe un vendredi soir ou le soir d'un jour de fête.**

9. Si le soir de la Tevila tombe un vendredi soir ou le soir d'un Yom Tov, il est nécessaire d'avoir complété les soins de la manucure, du bain, de la chevelure, etc. alors qu'il fait encore jour. Si la femme s'est préparée dans l'établissement de la Mikvé et qu'elle ne peut pas se rendre à la maison entre les préparatifs et la Tevila, le mari allumera les bougies du Shabbath ou de la fête à l'heure de l'allumage, ou l'épouse les allumera avant de se rendre au bain rituel, tout en déclarant qu'elle ne

consacre point le Shabbath ou la fête par cet allumage; elle devra cependant prononcer la Bracha sur les bougies. On devra faire extrêmement attention à ne pas violer le Shabbath en se coupant les ongles, se coiffant ou se savonnant. Toutes ces préparations devront être faites soigneusement alors qu'il fait encore jour, avant l'heure indiquée pour l'allumage.

10. Lorsque la Tevila a lieu le vendredi soir ou un soir de fête, il convient de prendre son bain et de procéder à tous les préparatifs mentionnés ci-dessus vers le milieu de la journée. Dans ce cas, ainsi qu'un jour de semaine si, par raison nécessaire, elle a terminé les préparatifs pendant la lumière de jour, elle devra prendre des précautions spéciales afin qu'aucune matière étrangère ne colle à son corps, puisqu'il y aura un intervalle plus long que d'habitude entre le bain préliminaire et la Tevila. En pareil cas, la femme devra s'examiner soigneusement le soir avant la Tevila. L'intendante de la Mikvé devra également l'examiner très soigneusement et s'assurer, en touchant si nécessaire, qu'elle soit complètement propre et que rien n'adhère à son corps.

**Si la Tevila tombe un samedi soir ou à l'issue d'un jour de fête.**

11. Si la Tevila tombe à l'issue d'un Shabbath

(Motsaei Shabbath) ou d'un jour de fête (Motsaei Yom Tov), le bain préliminaire accompagné des soins de propreté décrits ci-dessus aura lieu le vendredi ou la veille de la fête, pendant qu'il fait encore jour. Avant de prendre le bain rituel à l'issue du Shabbath ou du jour de fête, la femme fera une nouvelle toilette, et s'assurera de la propreté intégrale de toutes les parties de son corps (bouche, dents, cheveux, etc.). S'il lui a été impossible de se baigner le vendredi, elle peut quand même procéder à la Tevila, après s'être baignée et avoir fait les autres préparatifs nécessaires le samedi soir (voir Par. 7).

Dans certaines communautés on ne va pas à la Mikvé le samedi soir ou le soir d'une fête et on rapporte la Tevila au lendemain.

### **Si la Tevila tombe entre deux jours de fête.**

12. Si la Tevila doit avoir lieu un samedi soir qui est en même temps la veille d'une fête, ou un soir qui est entre le premier et le deuxième jour d'une fête, le bain préliminaire et tous les soins qui l'accompagnent (les ongles, les cheveux, etc.) doivent être faits le vendredi ou la veille de la fête en question (Erev Shabbath ou Erev Yom Tov). Le soir de la Tevila, seules les parties intimes du corps peuvent être lavées avec de l'eau chaude (il

est permis de chauffer de l'eau à Yom Tov dans ce but) et on doit procéder à une inspection minutieuse des oreilles, du nez, des cheveux et de son corps entier afin de s'assurer de leur propreté, et aussi que les cheveux ne soient pas emmêlés. Il est défendu de se peigner les cheveux mais il est permis, alors que les cheveux sont encore secs, de les démêler avec les doigts. Toutefois on devra se laver la bouche et les dents très soigneusement avant la Tevila, de même qu'entre les dents.

13. Dans tous les cas précédents, quand il y a un intervalle plus long que d'habitude entre le bain préliminaire et la Tevila, la femme devra attacher et lier ses cheveux (si elle en a), après les avoir peignés et après avoir pris son bain, pour éviter des noeuds ou des enchevêtrements avant la Tevila. Naturellement, on doit les relâcher et les delier pour le bain rituel. Il conviendra de lier les cheveux de manière à ce que les relâcher ne profane point les lois de Shabbath ou de Yom Tov.

Il faudra également éviter toute activité avec des matières salissantes ou collantes mais, si nécessaire, laver chaque fois l'endroit souillé.

#### **Enlevage des verrues ou des cors de pieds.**

14. Si la femme désire enlever des verrues ou des cors de ses pieds, soit à la maison ou à l'établissement de la Mikvé, cela doit être fait

avant la Tevila.

15. Si nécessaire, les W.C. devront être utilisés avant la Tevila.

16. La pudeur d'une femme juive demande la plus haute discrétion à propos de la Tevila. Personne (sauf son mari, bien entendu) ne devrait savoir quand elle va à la Mikvé, pas même sa propre famille.



## **Chapitre V**

### **LA TEVILA (BAIN RITUEL)**

#### **Mikvé**

#### **Ce qu'on entend par bain rituel.**

La mikvé —le bain rituel— doit être un bain qui remplit toutes les conditions de notre loi juive. La construction du bassin qui est utilisé comme Mikvé, de même que la source et la quantité d'eau, doivent être approuvées, sous tous leurs aspects, par une autorité rabbinique orthodoxe d'une façon permanente.



*ATTENTION AUX MERES JUIVES!* Même si une femme a plongé ou s'est lavée dans cents autres bains, il n'ont absolument aucune valeur rituelle. Jusqu'à ce que la femme se soit rendue à une Mikvé correcte, elle est encore une Nidda, encore impure spirituellement. Notre Tora divine considérerait son acte de cohabitation un des péchés les plus graves, et elle commet un crime de la plus grave sévérité envers son mari, elle-même et ses enfants innocents.

### **Avis important aux femmes âgées.**

Il est aussi important de préciser à ce point, qu'une femme qui a atteint l'époque de sa ménopause ne cesse d'être en état d'impureté rituelle qu'après qu'elle se soit rendue une fois à la Mikvé et ait procédé à une dernière Tevila après ses dernières menstrues. A chaque cohabitation elle transgresse un péché de Karet (v. introduction). Cependant, après avoir suivi la procédure décrite dans les Chapitres II à V, et avoir procédé à l'immersion dans une Mikvé, elle devient pure et le restera indéfiniment, à moins qu'elle aperçoit du sang à nouveau.

1. On procède à la Tevila, après le bain préliminaire et les autres préparatifs (Chapitre IV, Par. 2-5), après la tombée de la nuit. L'heure exacte de la tombée de la nuit est déterminée par le

Rabbin qui est responsable de la Mikvé, et correspond approximativement à l'heure de la fin du Shabbath de cette semaine.

### **L'immersion de la Tevila.**

2. Sans aucun vêtement, la femme devra s'examiner minutieusement, observer et toucher son corps entier pour s'assurer de sa propreté et vérifier qu'il n'y a aucune substance étrangère et aucun cheveu collé sur son corps car, quelque soit sa taille, il faudra l'enlever. Il convient également, qu'en plus de sa propre inspection, l'intendante de la Mikvé l'examine soigneusement à son tour. (Cette femme aura été nommée, pour ces services, par le Rabbinate). On devra aussi faire grande attention à ce que les pieds et l'espace entre les doigts ne soient pas terreux ou boueux au moment d'entrer dans l'eau de la Mikvé.

Elle descendra alors dans la Mikvé sous la surveillance de l'intendante —qui doit absolument être présente au moment de l'immersion—et se submergera de façon à ce que son corps entier de même que tous ses cheveux soient sous l'eau au même instant. Le bout d'un seul cheveu au-dessus de la surface (ou même un cheveu qui pénètre dans sa bouche) est suffisant pour annuler la Tevila et elle demeure une Nidda. Elle devra garder son corps dans une position telle qui permettra à l'eau

de venir en contact direct avec toutes les parties de son corps.

Elle ne devra pas se pencher de trop ni s'accroupir trop bas, car cela produirait des plis et des rides qui empêcheraient l'eau d'atteindre certaines parties de la peau. Il convient et il est nécessaire cependant de se tapir légèrement et de se pencher légèrement. Les jambes ne devront pas être tenues serrées ensemble et les bras ne devront pas toucher le corps. Les doigts des mains devront être ouverts. Les yeux et les lèvres seront légèrement fermés mais pas clos.

L'eau de la Mikvé devra être au moins assez haute pour atteindre la moitié de la poitrine, étant debout.

On doit être debout directement sur le fond de la Mikvé; sur rien d'autre, à moins de demander à un Rabbin.

3. Puisqu'il est impossible de vérifier soi-même que le corps entier (y compris tous les cheveux) soit sous l'eau en même temps, il est absolument nécessaire et impératif qu'une autre femme pieuse (voir plus haut) soit présente pour surveiller consciencieusement la Tevila. Sa présence présentera un avantage supplémentaire: elle sera la première personne que la femme rencontrera en sortant de la Mikvé.

4. Puisque l'intendante ne peut surveiller qu'une seule personne à la fois pour vérifier qu'elle fasse une Tevila correcte, c'est une coutume recommandable qu'une seule femme ne descende à la Mikvé à la fois pour la Tevila.

### La Beracha.

5. Après avoir submergé comme prescrit, tout en étant debout dans l'eau, on se croisera les bras sous la poitrine et, en ne regardant point dans l'eau, on prononcera, en hébreu, la Beracha suivante:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר  
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל הַטְּבִילָה.

“Barouch Ata Ado-naï Elo-hénou  
Mèlech Haolam Acher Kidshanou Bemitzvotav  
Vetzivanou Al Hatevila”

La traduction de la bénédiction est la suivante: “Bénis sois-Tu, Eternel notre D., Roi de l'univers, Qui nous a sanctifiés de ses Commandements et nous a commandés la Tevila”. Il est très convenable de submerger à nouveau de la manière prescrite plus haut, après avoir récité la bénédiction.

6. Si on a oublié de dire la Beracha, la Tevila est néanmoins valide.

**Si l'aide d'une autre femme est nécessaire pour la submersion.**

7. La femme doit submerger toute seule, sans se tenir dans quiconque ou quoiconque, ainsi qu'aucune personne ne la tienne. S'il lui est impossible de procéder à la Tevila sans l'aide d'une autre femme, celle-ci devra d'abord tremper ses propres mains dans l'eau de la Mikvé sans les retirer jusqu'après la Tevila. Puis, sous la surface de l'eau, elle tiendra la femme submergeante. Elle ne la saisira pas étroitement, mais légèrement de façon à ce que l'eau l'atteigne même là où elle la touche. Si l'intendante a retiré ses mains de l'eau avant la Tevila, elle les retrempera et là elle tiendra la femme submergeante de la façon prescrite ci-dessus.

**Sheéla après la Tevila.**

7a. Si on trouve quoique ce soit sur son corps ou entre ses dents après la Tevila, qu'on remarque qu'un des ongles n'a pas été coupé ou qu'on a manqué de faire les préparations telles qu'elles sont exposées plus haut, on doit consulter un Rabbïn quant à la validité de la Tevila et de ses préparatifs.

De même, s'il y a eu une erreur dans le compte des jours et qu'on se soit trempée ou qu'on ait eu

des rapports conjugaux avant la complition des sept jours de pureté, la Tevila est absolument invalide et elle est encore une Nidda. Il faudra immédiatement consulter un Rabbin compétent, pour savoir combien de jours doit-elle attendre pour pouvoir procéder à nouveau à la Tevila.

### **Si la Tevila tombe Yom Kipour ou Tisha B'Av.**

8. Si le soir de la Tevila tombe la veille de Yom Kipour ou de Tisha B'Av, elle devra être ajournée au lendemain. La Tevila est aussi défendue pendant les sept jours de deuil (Shiva) car, même si elle était pure, les rapports conjugaux y sont interdits.

9. Autrement, à moins que le mari ne soit absent, la Tevila ne doit pas être remise. Aussi le mari ne doit pas partir en voyage le jour de la Tevila sans avoir une raison très sérieuse.

10. Une Tevila qui a été remise pour une des raisons mentionnées aux paragraphes 8 & 9 ou pour une raison de santé, ne devra toutefois pas avoir lieu pendant la journée mais comme d'habitude le soir. Il va sans dire que cette Tevila ne peut avoir lieu que si par son examen, elle s'est trouvée propre pendant tous ces jours.

**Quand la Tevila est-elle permise pendant la journée.**

11. Si la Tevila ne peut pas avoir lieu le soir—par exemple: si une femme habite dans un village éloigné où il n'y a pas de Mikvé—elle devra attendre pour la Tevila jusqu'au huitième jour. Dans ce cas exceptionnel, elle pourra prendre le bain rituel pendant la journée, mais le bain préliminaire devra être pris alors, tout de suite avant la Tevila, tout en tenant compte de toutes les instructions mentionnées ci-dessus; toutefois, elle ne rentrera pas à la maison avant la nuit. (Dans ce cas, il est préférable de consulter un Rabbïn).

12. La Tevila ne peut pas être faite dans une rivière ou un lac sauf dans des cas très rares, sous des graves circonstances, et seulement par consultation et approbation d'un Rabbïn de haute compétence.

13. Après la Tevila elle doit dire à son mari, ou lui indiquer d'une façon ou d'une autre, qu'elle a été à la Mikvé et que la Tevila a eu lieu, et alors elle peut être avec son mari.

**Prévenir la bénédiction d'enfants.**

14. Le but religieux et moral de la cohabitation

au naturel et au sublime est la fertilité, la bénédiction d'avoir des enfants. Faire quoique ce soit pour prévenir ou contrôler cela, est un péché grave et mortel. Il est considéré comme le meurtre violent des enfants qui auraient pu être nés, la destruction cruelle et préméditée de tant de vies possibles, l'annihilation de générations qui auraient pu et auraient dû vivre. Qui peut rectifier une telle erreur?!

Au cas où une femme est en danger par sa grossesse, il faudra consulter les plus hautes autorités rabbiniques.



## Chapitre VI

### LA FIANCEE

#### Les devoirs d'une fiancée juive.

Nous introduisons ce chapitre par un appel touchant d'une mère dévote juive à sa fille, une fiancée:

“Mon enfant bien-aimée,

Je t'ai portée sous mon cœur avec joie et je t'ai élevée à travers nombre de difficultés, dans la joie et dans la peine, à travers effort et souffrance jusqu'à ce que le Créateur nous ait amené le



moment le plus heureux de ta vie. Et maintenant, en échange de toutes les craintes et anxiétés qui t'ont menée vers ces jours heureux, je te demande quelque chose, mon enfant bien-aimée: "Remplis tes devoirs de femme juive avec sincérité et avec amour. Préserve notre pureté familiale, religieuse et morale. Ne détruis pas notre vénérable arbre généalogique aux nombreuses branches, par des mains sacrilèges. Ne dévie jamais des lois sacrées du foyer juif, prescrites et ordonnées par le Tout-Puissant. Que ta conscience ne soit jamais chargée de péchés concernant les rapports conjugaux défendus. C'est seulement de cette façon que tu pourras faire pousser notre arbre familial et perpétuer ses bourgeons favorables à D. Je te fais cet appel, chère enfant, au milieu de larmes maternelles et je t'assure que le Créateur te récompensera par Ses bénédictions, pour toi, ton mari et tes enfants."

\* \* \*

\*

1. Toute mère doit enseigner toutes les lois de Nidda à sa fille qui va se marier, et surtout la manière de procéder aux examens prescrits. La fausse modestie ne devra jamais dissuader la mère de ce devoir. Y manquer, pourrait avoir de graves effets sur la pureté des rapports conjugaux de sa

filles et sur le futur des enfants qu'elle engendrera. Toutefois, s'il lui est impossible de les lui enseigner personnellement, elle devra s'assurer instamment que ce soit fait par une autre femme.

### **Le devoir de la fiancée.**

2. Chaque fiancée—même âgée (après sa ménopause), même pure—doit endosser le blanc après avoir fait un examen minutieux (Cha. II) et doit compter sept jours de pureté (Cha. III), avant son mariage. Si elle s'est trouvée propre pendant tous les sept jours elle prendra alors le bain préliminaire, tenant compte de tous les détails le concernant (Cha. IV), et puis procédera à la Tevila (Cha. V). A cet égard il n'y a pas de différence entre une femme mariée et une fiancée. La seule distinction est que la fiancée n'a pas besoin d'attendre cinq jours pour endosser le blanc; aussitôt que le flux a cessé elle peut endosser le blanc. (La fiancée devra introduire le linge bien lentement afin de ne pas se blesser).

### **Quand peut avoir lieu l'endossement du blanc de la fiancée?**

3. La fiancée ne peut endosser le blanc qu'une fois la date du mariage définitivement fixée. L'endossement devra être fait à une date telle que

les sept jours qui suivent terminent près du jour du mariage, car la Tevila devra être aussi proche du jour du mariage que possible. Il ne devra pas y avoir plus de quatre jours, au maximum, entre la Tevila et le jour du mariage. Si, par exemple, le mariage est un dimanche, la Tevila ne peut pas avoir lieu avant le mercredi soir précédent. Aussi devra-t-elle s'examiner chaque jour entre la Tevila et le mariage.

### **Si le mariage a été reporté pendant, ou à la fin, des jours de pureté.**

4. Si le mariage a été reporté pendant les sept jours de pureté ou plus tard, après que la Tevila ait eu lieu, et même s'il a été fixé à nouveau à sa première date, on devra consulter un Rabbin pour déterminer si les jours déjà comptés sont encore valides. Cette décision dépend des circonstances individuelles.

### **Quand peut avoir lieu la Tevila d'une fiancée?**

5. Si les jours de pureté terminent avant le jour du mariage et que la Tevila peut avoir lieu un ou deux jours avant le mariage, celle-ci pourra être faite pendant la journée qui suit les jours de pureté, le huitième jour, conformément à toutes les

lois susmentionnées. Mais si les sept jours de pureté terminent après le mariage et que la Tevila a donc lieu après le mariage, elle ne pourra être faite que le soir, comme pour toute autre femme mariée.

6. Si le septième jour est celui du mariage, le moment correct de la Tevila dépendra si elle est faite avant ou après la Choupa. Si la Tevila prend place avant la Choupa alors, dans un cas exceptionnel, il lui sera permis de la faire pendant la journée—mais seulement alors qu'il fait certainement déjà jour, non pas à l'aube. Dans ce cas, la Choupa devra avoir lieu après la tombée de la nuit. Cependant, si la Tevila prend place après la Choupa, elle ne pourra alors être faite qu'après la tombée de la nuit.

### **Si la Tevila prend place après le jour du mariage.**

7. Si la Tevila prend place après le jour du mariage, toutes les lois d'isolement de Nidda (Cha. VIII) doivent être strictement observées par le jeune couple à partir du moment de la Choupa jusqu'après la Tevila. Il est d'usage, dans un tel cas, que dans leur chambre, la mariée soit accompagnée d'une petite fille et le marié d'un petit garçon. On consultera un Rabbin quant à

l'âge qui convient pour ces enfants.

8. Il est extrêmement important de fixer le jour du mariage avec grande précaution de façon à s'assurer que la mariée pourra compter les sept jours de pureté et procéder à la Tevila avant le mariage et de cette façon être pure au moment de la Choupa. Si possible, on devra fixer le mariage de façon à ce qu'il ne tombe pas trop près de ses prochaines règles.

### **Séparation après le premier acte conjugal et l'endossement du blanc qui suit.**

9. Quand la mariée est vierge, et pure, le mari doit se séparer d'elle aussitôt le premier acte conjugal accompli, car elle est considérée comme étant en état de Nidda, même lorsqu'il n'y a eu aucune trace de sang. Toutes les lois d'isolement (Cha.VIII) devront immédiatement être observées. S'il n'y a pas eu de sang et que l'on doute que l'acte conjugal ait été complété, ou s'il y a quelque doute quant au degré de cohabitation considéré complet, on consultera un Rabbin.

L'endossement du blanc pour la jeune mariée seulement, c'est-à-dire après le premier acte conjugal, peut être fait le quatrième jour (elle n'a pas besoin d'attendre cinq jours comme les autres femmes mariées) et, si elle s'est trouvée propre, elle

peut commencer le compte des sept jours, cette nuit avec le lendemain composant le premier jour. S'il y a eu du sang au deuxième acte conjugal, on consultera un Rabbïn pour savoir quand elle peut endosser le blanc.

Tout fiancé se doit d'apprendre les lois de Nidda auprès d'une autorité rabbinique compétente, pour savoir quoi faire et quand il est nécessaire de consulter une autorité religieuse, de façon à ce qu'ils ne transgressent aucune des lois de Nidda qui sont si sévères.

### **Attention!**

*Nous profitons de cette occasion pour signaler que la coutume moderne de la lune de miel pour les jeunes mariés est une violation sérieuse de nos lois familiales sacrées. Ils partent en voyage pour être ensemble et s'amuser ensemble de toutes sortes de manières pendant l'époque précise où ils doivent observer les règles les plus strictes d'isolement. Ceci ne résulte que de leur ignorance quant aux graves conséquences de leurs actions. Hommes et femmes juifs! Nous vous demandons un peu de retenue et de la force morale. Si vous avez décidé de partir en lune de miel, allez-y plus tard, quand la jeune mariée est de nouveau pure pour son mari, quand il vous sera permis de trouver votre bondeur par la grâce de D.*



## Chapitre VII

### LES LOIS DE PURETE APRES L'ACCOUCHEMENT

#### **Douleurs d'enfantement.**

1. Dès que les douleurs d'enfantement commencent, la femme doit se séparer de son mari. Si les douleurs cessent complètement et qu'un examen soigneux manque de révéler la moindre trace de sang, on doit consulter un Rabbín quant à la pureté de la femme en question.

#### **Après une naissance ou une fausse-couche.**

2. Immédiatement après l'accouchement une femme est une Nidda, peu importe les circonstances, soit qu'elle ait donné naissance à temps, ou que celle-ci ait été prématurée, ou encore qu'il y ait eu une fausse-couche, quelle qu'en soit la taille ou la forme. Après la cessation du flux de sang et après qu'un examen soigneux ait déterminé sa propreté, la femme pourra endosser le blanc et commencer à compter les sept jours de pureté, etc. (Cha. II & III). Quant à la date de la Tevila, voir plus loin.

**Quand peut avoir lieu la Tevila après la naissance.**

3. Si le bébé est une fille, la Tevila ne peut avoir lieu pendant les quatorze jours qui suivent la naissance, même si les sept jours de pureté sont déjà passés. La même règle s'applique à une fausse-couche où il est impossible de déterminer si l'embryon perdu était mâle ou femelle. Pour cette raison, une femme qui a fait une fausse-couche (quelle qu'elle soit) 40 jours après avoir eu des rapports conjugaux avec son mari, elle est considérée avoir été enceinte, et bien qu'elle ait terminé de compter les sept jours de pureté elle ne peut aller à la Mikvé que le soir du quinzième jour de sa fausse-couche (s'il y a un doute, il faut attendre ou consulter un Rabbin).

4. Si le bébé est un garçon, elle peut procéder à la Tevila même pendant ces quatorze jours, tant que les examens préliminaires nécessaires et les sept jours de pureté ont pris place (ce cas est néanmoins très rare).

Il est nécessaire parfois, pour des raisons de santé, d'attendre six semaines ou plus après une naissance, dépendant des forces individuelles de chaque femme, avant de pouvoir aller à la Mikvé.

\* \* \* \* \*



## Chapitre VIII

### REGLES D'ISOLEMENT

#### Détails de l'isolement complet.

1. Dès qu'une femme devient une Nidda, il est non seulement défendu d'avoir des rapports conjugaux, mais toute autre forme d'intimité ou de contact entre mari et femme, est aussi strictement défendu (ceci sera discuté dans les paragraphes suivants) jusqu'après la Tevila.
2. Pendant cette période, les époux ne devront pas se toucher mutuellement. Ni l'un ni l'autre ne pourra tendre quoique ce soit à l'autre, même s'il s'agit d'un article long qui éliminerait toute possibilité d'attouchement. Se passer un petit enfant ou un objet, quelque'il soit, ne peut être fait qu'en le déposant d'abord pour que l'autre puisse le prendre.
3. Le mari ne peut s'étendre sur le lit de sa femme ou s'y asseoir, même en son absence. Pareillement, il ne peut s'étendre sur de la literie qui n'est utilisée que par elle.
4. La femme ne doit pas faire le lit de son mari en sa présence, ni s'étendre sur son lit en sa présence.

**Les lits.**

5. Les lits ne doivent pas se toucher, mais être séparés par un petit espace vide. Si les lits sont l'un à côté de l'autre, il doit y avoir une séparation plus large (une table de nuit, par exemple).

6. Les époux ne doivent pas s'asseoir ensemble sur quoique ce soit, que le siège soit à ressort, qu'il glisse, qu'il balance ou qu'il soit mobile, à moins qu'une troisième personne soit assise entre eux.

**En voyage.**

7. Il est défendu aux époux de partir ensemble en voyage d'agrément dans le même compartiment ou dans tout autre véhicule ou sur un bateau. Si le voyage est pris pour toute autre raison et qu'il ne peut être remis, ils peuvent alors voyager ensemble, mais ils doivent prendre garde d'éviter tout contact physique, même involontaire.

8. Ils ne doivent pas manger de la même assiette en même temps.

9. Le mari ne doit pas manger ni boire les restes de sa femme en sa présence, à moins qu'il ne sache que ce sont ses restes à elle ou qu'ils aient été transférés dans une autre assiette ou verre.

10. Ni l'un ni l'autre ne devra servir de la nourriture ou verser une boisson à l'autre, à moins

de faire un changement dans la manière de servir; servir avec la main gauche, par exemple.

11. La femme ne devra pas verser ou préparer de l'eau à son mari en but de se laver.

### **Pendant les repas.**

12. Quand ils mangent ensemble à table sans personne d'autre présent, ils placeront entre eux un objet qui n'est pas d'habitude sur la table, ou bien ils pourront se servir d'une nappe supplémentaire pour créer une séparation entre eux.

13. En général, on doit éviter tout ce qui pourrait amener à des relations plus closes. Pour cela il est défendu d'entretenir des conversations affectueuses, et d'avoir un comportement léger. Il convient pour la femme de porter un vêtement spécial ou une coiffe spéciale pendant la période entière de Nidda pour leur rappeler son statut.

14. Le mari ne devra voir aucune partie du corps de sa femme qui est d'habitude couverte.

15. La femme ne devra pas chanter en la présence de son mari pendant cette période.

16. Le mari ne devra pas jouir des parfums de sa femme pendant cette période.

**Si l'un des conjoints est malade.**

17. Si l'un des époux est malade et qu'il ait besoin de l'aide de son conjoint, on devra consulter un Rabbin.

\* \* \* \* \*

**Chapitre IX****SEPARATION AVANT LA PROCHAINE  
PERIODE DUE****Défense de contact avant la période due.**

1. Puisqu'une telle importance est attachée aux lois de Nidda, qui sont les bases de pureté de toute vie juive et des générations futures, notre Tora a défendu tout rapport conjugal ou toute autre forme d'intimité physique même avant les menstrues suivantes. Si on anticipe ses menstrues pendant la journée (la journée, ici, est comptée du lever du soleil jusqu'au coucher du soleil), les relations sont défendues depuis le début du soir précédent jusqu'au soir du jour où elles sont dues. Si les menstrues doivent commencer le soir (le soir, ici, est compté du coucher du soleil au lever du soleil), les époux doivent se séparer pendant toute la journée précédent jusqu'au matin suivant (voir Par. 8 & 9).

## Les trois règles principales.

2. Il y a trois règles, dans notre Tora, qui servent à établir le jour, ou la nuit, exact de la prochaine période à anticiper, dont la séparation commence la nuit ou le jour précédent, comme mentionné ci-dessus.

### A. La règle mensuelle.

Dans ce cas la période commence toujours le même jour de chaque mois juif. Par exemple, le 10 Nissan, le 10 Iyar, le 10 Sivan. Cela ne fait point de différence si Rosh Chodesh (la nouvelle lune) est d'un ou de deux jours. Ce qui compte est le jour du mois où le flux commence. Si la période commence le Rosh Chodesh d'un mois qui n'en a qu'un jour, c'est-à-dire le premier jour du mois, le mois suivant quand Rosh Chodesh aura deux jours, la période devra être anticipée le deuxième jour de Rosh Chodesh (qui est également le premier jour du mois, puisque le premier jour de Rosh Chodesh est le trentième jour du mois dernier).

### Attention!

*Puisque tout le système est basé sur le calendrier lunaire, il est absolument nécessaire que chaque femme ait un calendrier juif dans lequel elle enregistrera exactement quand chaque période a*

*débuté et aussi quand il faut se séparer. Elle pourra aussi les enregistrer sur le "registre des périodes" dont un modèle figure à la page 88).*

### **B. La règle d'intervalle.**

Cette règle s'applique quand le flux ne commence pas chaque fois le même jour du mois, mais à des intervalles réguliers entre le début d'une période au début de l'autre, tels que chaque 20, 25, ou 32 jours. (Ceux qui vont aussi d'après le Shoulchan Arouch Harav, consulteront un Rabbin compétent dans ce domaine).

### **C. La règle de moyenne.**

Au cas où une femme a sa période de façon irrégulière, elle doit suivre la règle de moyenne en plus des deux règles mentionnées ci-dessus. Dans ce cas on doit toujours s'attendre à ce que la période apparaisse le trentième jour après le début de la période précédente, le premier jour de la période précédente étant inclu dans le compte; (c'est-à-dire qu'il y aura 28 jours entre le jour du début de la période et le trentième jour). Si, par exemple, la période a commencé un dimanche, la période suivante devra être anticipée quatre semaines plus tard, le lundi. Remarque: D'après ce qui a été expliqué dans l'alinéa A, il faudra aussi tenir compte du trente-et-unième jour.

3. Pour établir le temps dû pour la prochaine période, c'est le jour que le flux a commencé (même s'il est insignifiant, et qu'elle n'en ait plus vu) qui doit être pris en considération par rapport aux trois règles.

### **Symptômes physiques avant la période.**

4. Chez quelques femmes, l'arrivée des menstrues s'annonce par certains symptômes, comme par exemple une succession de bâillements ou d'éternuements, une lourdeur à la tête ou dans les membres, une douleur dans les régions inférieures ou dans les reins, des tremblements ou d'autres troubles similaires. Ceci est ce qu'on appelle: la règle des symptômes physiques. Dans de tels cas, on doit consulter un Rabbin quant aux directions à suivre en ce qui concerne la séparation.

5. A l'égard des règles, il y a une distinction entre les périodes régulières et celles qui sont irrégulières.

### **Période régulière.**

Une période est considérée comme "régulière", sous la "règle mensuelle", quand elle a commencé le même jour du mois trois fois de suite—par exemple, le 15 Sivan, le 15 Tamouz et le 15 Av.

Sous la "règle d'intervalle", une période est considérée comme "régulière", s'il y a eu trois intervalles de même durée entre quatre périodes consécutives, entre le début de chaque période au début de l'autre. Par exemple: 1 Nissan—(1)—20 Nissan—(2)—9 Iyar—(3)—28 Iyar, l'intervalle étant de 20 jours chaque fois, 3 intervalles réguliers entre quatre périodes (voir Par. 11).

6. Sous la règle mensuelle, une période régulière ne peut être établie que si chacune des apparitions arrive chaque fois pendant la nuit ou chaque fois pendant la journée. La règle d'intervalle varie cependant en ce sens que, concernant certains détails, une période régulière peut être établie (Lechoumra, voir Par. 8 & 10) même si le saignement a commencé une fois la journée et deux autres fois la nuit, ou vice-versa, aussi longtemps que les intervalles aient été de même durée. (Il faudra consulter un Rabbin dans ce cas précis.).

### **Période irrégulière.**

7. Une période est considérée irrégulière quand le saignement n'a commencé qu'une ou deux fois de suite le même jour du mois juif (pour la règle mensuelle) ou au même intervalle (pour la règle d'intervalle). On doit observer les lois de



séparation (Par. 1) de façon stricte avant la période anticipée, soit régulière ou irrégulière.

### **Examen au moment des règles anticipées.**

8. Quand on anticipe une période régulière, la séparation ne termine point avec le passage du jour ou de la nuit où la période était due, à moins que la femme ne se soit examinée soigneusement et qu'elle se soit trouvée parfaitement propre. Si elle a manqué de faire cet examen au moment voulu, elle pourra y procéder plus tard, mais on devra observer les lois de séparation jusque-là. Si elle a pris un bain entre-temps, elle devra consulter un Rabbin.

Si on anticipe une période irrégulière, on devra aussi s'examiner. Dans ce cas, néanmoins, il est permis de faire un examen moins minutieux et il n'est pas nécessaire de pénétrer si profondément avec le linge d'examen. Même si elle a manqué entièrement de faire cet examen facile bien qu'il peut être fait plus tard, de toute façon, si elle n'a ressenti aucun saignement au moment attendu, elle peut considérer cette période annulée.

Il faut préciser que dans les deux cas, période régulière ou irrégulière, le plus une femme s'examine aux jours mentionnés, le plus elle est louable.

9. La règle de moyenne diffère des autres en ce sens que la séparation requise, même la première fois, ne peut être terminée qu'après avoir déterminé, pas un examen minutieux, que la femme est bien propre. (Comme déjà mentionné plus haut, elle ne se baignera pas avant cet examen).

10. Une période irrégulière est considérée nulle après avoir manqué d'apparaître une seule fois à temps. Néanmoins, une période régulière ne peut être considérée nulle que si trois réapparitions de suite ont été manquées (voir Par. 13).

### **Comment observer les périodes jusqu'à ce qu'elles soient fixées.**

11. Jusqu'à ce qu'une période régulière ait été établie on doit anticiper la période et observer la séparation aux dates de la règle mensuelle, celle d'intervalle et celle de moyenne. Afin de clarifier tout cela, nous offrons l'exemple suivant:

Si le flux a commencé le premier Nissan—Rosh Chodesh—la période suivante sera due, d'après la règle de moyenne (30 jours), le premier jour de Rosh Chodesh Iyar (c'est-à-dire le 30 Nissan), et aussi le second jour de Rosh Chodesh Iyar (c'est-à-dire le 1<sup>er</sup> Iyar) d'après la règle mensuelle. Si le prochain flux est arrivé plus tôt, par exemple le 20 Nissan, le deuxième jour de Rosh Chodesh (1<sup>er</sup> Iyar) est encore un jour de séparation (puisque la

règle mensuelle ne change pas sa date par un flux intermédiaire). Toutefois, il n'est plus nécessaire de considérer le premier jour de Rosh Chodesh (d'après la règle de moyenne), et il doit être remplacé par le 30<sup>ème</sup> jour à partir du 20 Nissan (le dernier flux), d'après les principes de la règle de moyenne. Maintenant, si la période n'est pas venue le premier Iyar comme on s'y attendait, le 9 Iyar devient alors le jour d'anticipation en tant qu'intervalle de 20 jours (qui correspond à l'intervalle entre le 1<sup>er</sup> et le 20 Nissan qui inclut comme toujours les jours des débuts des deux flux).

Si toutefois on a eu sa période le 1<sup>er</sup> Iyar, le 9 Iyar est à annuler et le 20 Iyar devient le jour d'anticipation d'après la règle mensuelle et celle d'intervalle (car l'intervalle des 20 jours entre le 1<sup>er</sup> et le 20 Nissan n'est pas encore annulé, puisqu'elle a reçu sa période plus tôt), et on doit l'anticiper maintenant puisqu'on compte toujours la règle d'intervalle à partir des dernières menstrues. De même, le 12 Iyar est aussi à anticiper d'après la règle d'intervalle établie par l'intervalle entre le 20 Nissan et le 1<sup>er</sup> Iyar (12 jours). Et, puisqu'elle a eu sa période le 20 Nissan, le 20 Iyar qui suit devient, en tous cas, un jour d'anticipation d'après la règle mensuelle, même si elle a eu aussi une période le 1<sup>er</sup> Iyar. S'il n'y a pas eu de période le 1<sup>er</sup> Iyar, le 1<sup>er</sup>

Sivan n'est plus à considérer (puisqu'il a été annulé).

Si les menstrues ont apparu le 9 Iyar, le 28 Iyar est à anticiper en tant que 20 jours d'intervalle, car l'intervalle entre le 20 Nissan et le 9 Iyar est de 20 jours. Si la période apparaît à nouveau le 28 Iyar, les 20 jours d'intervalle forment alors une période régulière, puisque ce même intervalle a séparé quatre menstrues trois fois de suite: du 1<sup>er</sup> Nissan au 20 Nissan, du 20 Nissan au 9 Iyar, et du 9 Iyar au 28 Iyar. A partir de ce moment, elle ne doit anticiper que la date de sa règle régulière, à moins que son cycle ne change (voir Par. 13).\*

Nous pourrions prolonger cet exemple et mener le lecteur par toutes sortes de possibilités. Nous nous abstenons de le faire car cette discussion deviendrait vraiment trop longue. Notre seule intention en exposant l'exemple ci-dessus est de démontrer combien de détail une femme juive pieuse doit prendre en considération et qu'elle se doit de consulter un Rabbin compétent au moindre doute ou changement.

12. Il nous faut insister à nouveau auprès des femmes juives sur la nécessité d'enregistrer sur un calendrier juif (ou un "registre des périodes") la date exacte de l'arrivée de leurs menstrues, tout spécialement si leurs périodes ne sont pas régulières. Elles doivent y indiquer soigneusement le

\*Pour la compréhension de cette discussion, voir l'appendix A.

jour, ou la nuit, de la semaine avec la date du mois juif quand la période a commencé, et noter combien de jours se sont écoulés entre le début d'une période et la suivante. Ainsi tous les détails concernant les règles mensuelles, d'intervalle et de moyenne, seront clairement indiqués. Et de cette façon, si on doit consulter un Rabbín avec une Sheéla, celui-ci sera mieux guidé en utilisant ces notes qui lui permettront de limiter au minimum le nombre de jours douteux. Surtout, si les menstrues arrivent chaque fois en d'autres jours, le Rabbín peut déterminer à l'aide des notes précises, quels sont les jours à considérer, et ainsi les autres restent exempts du moindre doute.

### **Comment une période régulière est annulée.**

13. Il nous semble nécessaire, en lieu de direction, d'offrir un exemple d'une période régulière. Si une période régulière à 20 jours d'intervalle a été établie et qu'une fois elle ait été manquée et qu'elle ait apparu le 30<sup>ème</sup> jour, une séparation doit encore être observée le 20<sup>ème</sup> jour depuis la dernière période, car la règle de période régulière (dans ce cas les 20 jours d'intervalle) est valide jusqu'à ce que la période ait été manquée trois fois de suite. Néanmoins, il doit aussi y avoir séparation le 30<sup>ème</sup> jour, si cette période régulière établie à 20 jours d'intervalle a été manquée une

deuxième fois après la dernière période, à cause de la période irrégulière de l'intervalle de 30 jours qui est arrivée entre les deux dernières périodes. Si la période apparaît pour la deuxième fois le 30<sup>ème</sup> jour, le 20<sup>ème</sup> jour suivant doit encore être pris en considération et on doit l'anticiper. Mais si pour la 3<sup>ème</sup> fois elle a manqué sa période ce 20<sup>ème</sup> jour (le 20<sup>ème</sup> jour est annulé provisoirement), elle doit observer le 30<sup>ème</sup> jour à nouveau et si la période réapparaît ce jour-là (pour la troisième fois, consécutivement), les intervalles de 30 jours forment une nouvelle période régulière (et le 20<sup>ème</sup> jour est annulé définitivement).

Toutefois, si les menstrues ont réapparu le 20<sup>ème</sup> jour, avant qu'il n'y ait eu une 3<sup>ème</sup> apparition consécutive au 30<sup>ème</sup> jour, alors la période régulière à 20 jours d'intervalle est à nouveau complètement rétablie et la période irrégulière à 30 jours d'intervalle est à annuler.

L'intervalle de 20 jours obtient à nouveau sa position de période régulière quand il réapparaît, même s'il a été manqué trois fois, si les menstrues ont apparu deux fois le 30<sup>ème</sup> jour et une fois le 32<sup>ème</sup> jour (les intervalles ne sont pas identiques), et puis réapparaissent une fois de plus le 20<sup>ème</sup> jour. La raison pour cela est qu'une autre période régulière n'a pas été fixée entretemps. Mais si une autre période régulière avait été fixée entretemps et

qu'ensuite la période réapparaisse à nouveau le 20<sup>ème</sup> jour, cela forme une nouvelle période irrégulière qui n'a pas été fixée.\*

*Note:* Pour plus de détails concernant ce paragraphe, voir Calcul des 3 règles principales, Guide III, page 85.

### **Pendant la grossesse et l'allaitement.**

14. Toute période, régulière ou irrégulière, qui avait été valide avant trois mois de la grossesse perd toute validité pour les autres mois de grossesse et aussi 24 mois après l'accouchement. Cependant, s'il y a du sang pendant ces mois-ci, on doit considérer cela comme une période irrégulière en ce qui concerne la séparation. Autrement, toutes les lois de Nidda, l'endossement du blanc, le compte des sept jours de pureté et la Tevila, s'il y a eu du sang, s'appliquent également aux mois de grossesse et après l'accouchement.

15. Après la grossesse et les 24 mois suivant la naissance, la dernière période régulière qui était en force avant la grossesse doit être automatiquement observée. Dans le cas d'une période à intervalle, la femme doit d'abord avoir une période avant de pouvoir appliquer la règle d'anticipation de la prochaine période d'après son intervalle régulier.

\*Pour la compréhension de cette discussion, voir l'appendix B.

*Note:* Le premier paragraphe du Chapitre I et le Chapitre VIII en entier traitent seulement de l'isolement après l'arrivée des menstrues. Les lois qui traitent de la séparation avant les menstrues sont discutées au Chapitre IX.



## GLOSSAIRE

**Nidda** — est l'état impur où une femme se trouve, et où elle doit être momentanément isolée de son mari, dès le début de la menstruation. Elle reste dans cet état jusqu'après avoir procédé à la Tevila de la manière correcte. Toutefois, bien d'autres situations, en plus de celle de la menstruation, peuvent la rendre une Nidda. En conséquence, afin de comprendre ce terme complètement et parfaitement, il faut se familiariser avec les règles décrites dans cet ouvrage.

**Shéla** — signifie une question à propos de la loi juive, ses pratiques et son application, qui doit seulement être posée à un compétent Rabbín orthodoxe.


**Tevila** — signifie l'immersion dans une Mikvé cachère d'après les indications décrites ci-inclus.



Mikvé — est une petite piscine d'eau qui a été construite et remplie d'après certaines exigences précises de notre loi juive, et elle est sous la supervision d'une autorité compétente rabbinique orthodoxe qui s'assure qu'elle reste dans sa condition parfaite. La plupart des grandes villes ont des Mikvot qui ont été construites pour accommoder la femme d'aujourd'hui, elles sont scrupuleusement propres, attrayantes, agréables et confortables. Les salles de préparations sont également équipées des dernières commodités.



### Nombre de jours des mois juifs:

Nissan . . . . .	30	Tishri . . . . .	30
Iyar . . . . .	29	Cheshvan . . . . .	29-30
Sivan . . . . .	30	Kislev . . . . .	30-29
Tamouz . . . . .	29	Teveth . . . . .	29
Av . . . . .	30	Shevat . . . . .	30
Eloul . . . . .	29	Adar . . . . .	29
			
Adar I . . . . .	30	Adar II . . . . .	29

### **Sommaire abrégé du calcul des menstrues d'après les trois règles principales.**

Jusqu'à ce qu'une femme ait établi sa période régulière, elle doit toujours calculer sa période due selon les 3 règles principales : 1) La Règle Mensuelle, 2) La Règle d'Intervalle, 3) La Règle de Moyenne.

Dès qu'une période régulière a été établie, c.à.d. : elle a eu ses menstrues 3 fois successivement en temps équivalent, elle doit anticiper les périodes suivantes tenant compte de la seule règle par laquelle sa période a été établie, tel qu'il vous sera expliqué plus loin.

#### **La Règle mensuelle.**

A la même date du mois hébreu où sa période a débuté, elle anticipera sa période le mois prochain. Par ex. : Si elle a eu sa période le 12 Nissan, elle doit anticiper sa prochaine période le 12 Iyar. Si elle a effectivement eu sa période ce jour-là, ainsi que le 12 Sivan, elle a établie sa période régulière selon les lois de la "Règle Mensuelle".

#### **La Règle d'Intervalle.**

D'après le nombre de jours qui se sont écoulés du début d'une période au début de la période

suivante, d'après ce même nombre de jours elle anticipera sa prochaine période.

Si elle a sa période telle que prévue, et la prochaine à nouveau au même intervalle, elle a établi sa période régulière selon les lois de la "Règle d'Intervalle". (Parce que 3 intervalles égaux se sont écoulés entre 4 périodes consécutives). Par ex. : Si elle a vu le 12 Nissan—(31)—le 12 Iyar—(31)—le 13 Sivan—(31)—le 13 Tamouz, (l'intervalle étant de 31 jours chaque fois), sa période régulière est donc établie sur 31 jours d'intervalle, et elle anticipe sa prochaine période le 14 Av.

### **La Règle de Moyenne.**

S'applique uniquement à une femme qui n'a pas de période régulière. Si elle n'a pas vu de flux jusqu'au 30<sup>ème</sup> jour du début de sa dernière période (dans les 30 jours sont inclus le 1<sup>er</sup> jour où la règle a débuté et le 30<sup>ème</sup> jour), elle devra anticiper sa période le 30<sup>ème</sup> jour (et d'après quelques-uns, le 31<sup>ème</sup> jour aussi) selon les lois de la "Règle de Moyenne". Par ex. : Si elle a vu lundi, le 30<sup>ème</sup> jour sera 4 semaines plus tard, mardi.

### **GUIDE I :**

Le jour où elle est supposée attendre sa période, elle doit l'anticiper (et s'examiner) dans la

même partie du jour (c.à.d. pendant la nuit ou pendant le jour) où sa période a débuté la dernière fois. (Mais la séparation doit déjà commencer avec la partie précédente du jour, jour ou nuit, respectivement).

Il faut noter qu'une règle ne peut être établie que si le flux a commencé chaque fois pendant le jour, ou chaque fois pendant la nuit. Mais en ce qui concerne la Règle d'Intervalle, même si celle-ci a débuté une fois pendant la nuit et une fois pendant le jour ou vice-versa, tant que ses jours d'intervalle sont égaux, sa période est, pour certaines lois (Lechoumra), considérée comme régulière.

#### **GUIDE II :**

Une femme qui n'a pas établi une période régulière et qui a eu sa période un certain jour (du mois et après un intervalle) et elle n'a pas eu la prochaine période le même jour ou après le même intervalle, la période qui ne s'est pas répétée, est annulée et elle ne doit plus l'anticiper. De même, si la période s'est répétée une 2<sup>ème</sup> fois, et la 3<sup>ème</sup> fois elle a vu son flux un jour différent, les périodes précédentes sont aussi annulées. Et bien plus encore, si après ce changement elle perçoit à nouveau comme elle a vu les précédentes (1 ou 2) fois, cette période est considérée comme nouvelle et avec un seul changement, elle sera annulée.

**GUIDE III :**

Si elle avait établi une période régulière, puis elle a eu un changement, elle continuera à anticiper d'après sa période établie ainsi que d'après le nouveau changement, selon la Règle Mensuelle et la Règle d'Intervalle, mais pas la Règle de Moyenne.

Si elle a eu 3 changements consécutifs inégaux, voici annulée—pour le moment—sa période établie et elle n'est plus supposée l'anticiper; elle anticipe seulement d'après le changement, la Règle Mensuelle, la Règle d'Intervalle et la Règle de Moyenne. Mais il suffit que sa période établie réapparaisse une seule fois pour devoir n'anticiper que celle-ci. Et elle n'est annulée de sa régularité qu'après 3 changements.

Mais si cette régulière a subi 3 changements égaux qui forment une nouvelle période régulière établie, elle devra anticiper uniquement cette 2<sup>ème</sup> période régulière établie et la 1<sup>ère</sup> période régulière est entièrement annulée. Si elle perçoit 1 ou 2 fois comme sa 1<sup>ère</sup> période régulière, celle-ci est considérée comme un nouveau changement, et avec un changement, elle sera annulée comme expliqué plus haut.

**GUIDE IV :**

Une période n'est annulée que si le jour où

elle est supposée l'anticiper est passé sans qu'elle y ait vu de flux (et dans le cas d'une période régulière 3 fois, voir Guide III). (Pour cette raison, elle doit faire attention le jour de sa période dûe si elle n'y voit pas de flux, même si ce jour tombe dans l'un des jours où elle est de toute façon interdite à son mari).

Pour cette raison, si elle a eu sa période avant le jour où elle était supposée l'anticiper, elle continuera à anticiper la Règle Mensuelle à son temps dû, car le flux qu'elle a vu entre-temps ne modifie pas la date de la Règle Mensuelle, et elle doit aussi anticiper le nouveau changement le mois prochain (voir aussi Guide III).

Mais concernant la Règle d'Intervalle, si elle a eu sa période avant son temps dû (et également si sa période régulière d'intervalle a retardé) son intervalle précédent n'est pas annulé par son dernier intervalle et elle doit compter les deux intervalles à partir du début de la dernière période.

Concernant la Règle de Moyenne, si elle a vu avant 30 jours du début de la dernière période elle ne l'anticipe plus selon la date originale et elle ne comptera les 30 jours qu'à partir du début de son dernier flux.

\*\*\*\*\*

Des femmes pour lesquelles l'arrivée de la

période est associée a certains symptômes physiques, par ex. une lourdeur dans la tête ou dans les membres, une série d'éternuements etc....,quand un de ces certains symptômes arrive n'importe quand, elle doit se séparer et s'examiner. Il est bien de noter quand le symptôme a débuté et sa durée; aussi doit-elle noter n'importe quel nouveau symptôme, ne soit-il venu qu'une seule fois, ou se soit-il établi à un jour précis. Pour tous ces cas, il faudra consulter un Rabbín compétent concernant la séparation.

### ATTENTION

*Les règles mentionnées ci-dessus vous donnent une idée résumée des méthodes à utiliser pour calculer les jours de séparation, et elles serviront à vous guider dans des situations ordinaires. Elles ne doivent pas être considérées comme la totalité de ces lois car, en fait, les lois gouvernant ces calculs sont extrêmement étendues et relativement compliquées. Aussi, en outre des trois règles principales, il existe d'autres règles compliquées. Pour cela, si vous n'êtes pas tout à fait sûres des lois sur ce sujet ou si vous avez le moindre doute, il est recommandé de consulter un Rabbín compétent avec le "registre des périodes" (page 88.) complété; celui-ci vous aidera à utiliser ce tableau de la façon correcte.*





### **GLOSSAIRE des abréviations utilisées :**

AL: Avant le lever du soleil, ML: Règle Mensuelle, IV: Règle d'Intervalle, MN: Règle de Moyenne.

#### **1ère Période.**

Si elle a vu la 1ère fois Mercredi 12 Nissan (avec une seule période il n'y a pas d'intervalle, c'est pour cela que colonne 3 est vide), il faut inscrire dans la 5<sup>ème</sup> colonne: " 11 Iyar" conformément à la Règle de Moyenne (qui est de 30 jours) et "12 Iyar" conformément à la Règle Mensuelle, (car elle a vu le 12 Nissan.)

#### **2ème Période.**

Elle a eu la seconde période plus tôt que prévue, Mardi 9 Iyar (qui tombe avant les dates notées dans la colonne 5 de la 1ère période), elle devra inscrire dans la 3<sup>ème</sup> colonne: "28" (qui est le nombre de jours de l'intervalle, dans lequel le 1<sup>er</sup> jour de la 1ère période et le 1<sup>er</sup> jour de la 2<sup>ème</sup> période sont inclus); inscrire ensuite dans colonne 5: "7 Sivan" conformément à la Règle d'Intervalle (qui est le 28<sup>ème</sup> jour) et "9 Sivan" conformément à la Règle Mensuelle et à la Règle de Moyenne, (dans notre exemple ces 2 tombent en un même jour) et

“10 Sivan,” (d’après ceux qui anticipent le 31<sup>ème</sup> jour aussi). Si le 12<sup>ème</sup> jour d’Iyar (colonne 5 de la 1<sup>ère</sup> période) elle a vu le moindre saignement, il faut qu’elle anticipe le “12 Sivan” (voir Guide IV au verso).

### **3<sup>ème</sup> Période.**

La 3<sup>ème</sup> fois, elle a eu la période plus tard que prévue, et n’a pas vu jusqu’a Motzaei Shabbat, la nuit faisant partie du dimanche le 13 Sivan (avant le lever du soleil) [donc les dates anticipées de la période 2 colonne 5 sont annulées étant donné qu’elle n’a perçu aucun flux pendant ces jours indiqués], elle inscrira dans colonne 3: “34” (qui est l’intervalle), et dans colonne 5 elle inscrit “12 Tammouz”, conformément à la Règle de Moyenne, et “13 Tammouz”, conformément à la Règle Mensuelle, et “16 Tammouz” conformément à la Règle d’Intervalle (qui est le 34<sup>ème</sup> jour).



## Appendix A

### Chapitre 9, Paragraphe 11

Anticipo	Nouvelle Lune	Jour	Mois	Règle Mensuelle	Règle de Moyenne	Intervalle	N° De Jours	Apparue Ou Manquante	Période Interrompue
----------	---------------	------	------	-----------------	------------------	------------	-------------	----------------------	---------------------

#### Exemple 1

	"	1	Nissan					AP	
AN	"	30	Nissan		MN			MA	
AN	"	1	Iyar	ML				MA	IN

A présent, elle n'a besoin d'anticiper aucune période.

#### Exemple 2

	"	1	Nissan					AP	
		20	Nissan			IV	20	AP	
AN	"	1	Iyar	ML				MA	IN
AN		9	Iyar			IV	20	MA	IN
AN		19	Iyar		MN			MA	
AN		20	Iyar	ML				MA	IN

A présent, elle n'a besoin d'anticiper aucune période.

#### Exemple 3

	"	1	Nissan					AP	
		20	Nissan			IV	20	AP	
AN	"	1	Iyar	ML		IV	12	AP	
AN		12	Iyar			IV	12	MA	IN
AN		20	Iyar	ML		IV	20	MA	IN
AN	"	1	Sivan	ML	MN			MA	IN

A présent, elle n'a besoin d'anticiper aucune période.

## Chapitre 9, Paragraphe 13

Anticipe	Période Régulière	Période Irrégulière	Jour	Mois	Règle Mensuelle	Règle De Moyenne	Intervalle	Nº de Jours	Apparue ou Manquante	Période Interrompue
----------	-------------------	---------------------	------	------	-----------------	------------------	------------	-------------	----------------------	---------------------

## Exemple 1

	PR		28	Iyar			IV	20	AP	
AN	PR		18	Sivan			IV	20	MA	
Cycle Changé			28	Sivan			IV	30	AP	
AN	PR		17	Tamuz			IV	20	MA	
AN		PI	27	Tamuz			IV	30	AP	
AN	PR		17	Av			IV	20	AP	

La période régulière est rétablie et elle n'a pas besoin d'anticiper la période irrégulière.

## Exemple 2

	PR		28	Iyar			IV	20	AP	
AN	PR		18	Sivan			IV	20	MA	
Cycle Changé			28	Sivan			IV	30	AP	
AN	PR		17	Tamuz			IV	20	MA	
AN		PI	27*	Tamuz			IV	30	AP	
AN	PR		17	Av			IV	20	MA	

L'intervalle de vingt jours est temporairement interrompu.

AN		PI	27	Av	ML	MN	IV	30	MA	IN
*AN		PI	28	Av	ML				MA	IN
Cycle Changé			29	Av			IV	32	AP	
	RE		18	Elul			IV	20	AP	

La période régulière est rétablie, étant donné qu'elle n'a pas établie une autre période entre temps.

Anticipe	Période Régulière	Période Irrégulière	Jour	Mois	Règle Mensuelle	Règle De Moyenne	Intervalle	Nº de Jours	Apparue ou Manquante
----------	-------------------	---------------------	------	------	-----------------	------------------	------------	-------------	----------------------

### Exemple 3

	PR		28	Iyar			IV	20	AP
AN	PR		18	Sivan			IV	20	MA
Cycle Changé			28	Sivan			IV	30	AP
AN	PR		17	Tamuz			IV	20	MA
*AN		PI	27	Tamuz			IV	30	AP
AN	PR		17	Av			IV	20	MA

L'intervalle de vingt jours est temporairement interrompu.

AN		PI	27	Av	ML	MN	IV	30	AP
----	--	----	----	----	----	----	----	----	----

Un intervalle de trente jours a été établi, et l'intervalle de vingt jours est complètement interrompu.

\*Quand le saignement du 27 Tamuz continuait aussi pendant le 28 Tamuz, la période du 28 Sivan n'est pas interrompue conformément à la période mensuelle. Alors, si sa période régulière n'est pas revenue (dans l'exemple 1 elle l'est) et elle n'a pas établi une autre entre temps (dans l'exemple 3 elle l'a), elle doit aussi anticiper le 28 Av (Exemple 2).

### Glossaire des abréviations

AN—Anticipe

ML—Règle Mensuelle

MN—Règle De Moyenne

IV—Intervalle

AP—Apparue

MA—Manquante

IN—Sa Période Est

Interrompue

PR—Période Régulière

PI—Période Irrégulière

RE—Sa Période Régulière Est

Rétablie

Cher lecteur:

Le "Code de la pureté familiale juive" est la traduction d'un ouvrage résumant les lois de Nidda imprimé il y a une trentaine d'années et qui a été largement accepté.

Notre but est d'introduire cet ouvrage dans tous les foyers juifs au monde entier afin d'arrêter les transgressions sérieuses des lois de Nidda par beaucoup de nos frères et sœurs, qui sont, principalement, dues à l'ignorance de l'importance et des détails de ces lois.

Il est du devoir de chaque homme juif ou femme juive de nous aider dans cet effort. Cette aide peut nous être offerte de deux façons. Premièrement en nous aidant à distribuer ce livret à tous ceux dont l'intérêt y est éveillé. Ceci peut être fait d'une façon privée et aussi par l'intermédiaire de différentes congrégations, écoles, associations et organisations. On peut se procurer gratuitement autant d'exemplaires qu'il est nécessaire. Deuxièmement, nous faisons appel pour de l'aide financière. Il est clair que les frais de publication et de distribution sont bien élevés. Toute contribution, petite ou large, peut aider! Tout argent reçu sera directement utilisé pour la propagation de notre cause en vue des tirages et de distribution supplémentaires.

Pour votre part dans cette Mitzva d'importance primordiale, que le Tout-Puissant vous bénisse, vous et les vôtres par tout le bien que votre cœur pourrait désirer.

**Comité pour la Préservation  
de la Pureté Juive Familiale**

**P.O.Box 322**

**Monsey N.Y. 10952**

**845-425-2060 Fax 845-425-7899**

**Your contribution is tax deductible.**