



**מכון פוע"ה**  
**Instituto Puah**  
 Especialistas en fertilidad, medicina y cuestiones halájicas



**מכון תורה ודעת**  
**MAJÓN TORÁ VADAAT**  
 Instituto para la formación  
 integral de líderes espirituales



# LEYES DE LA TEBILÁ

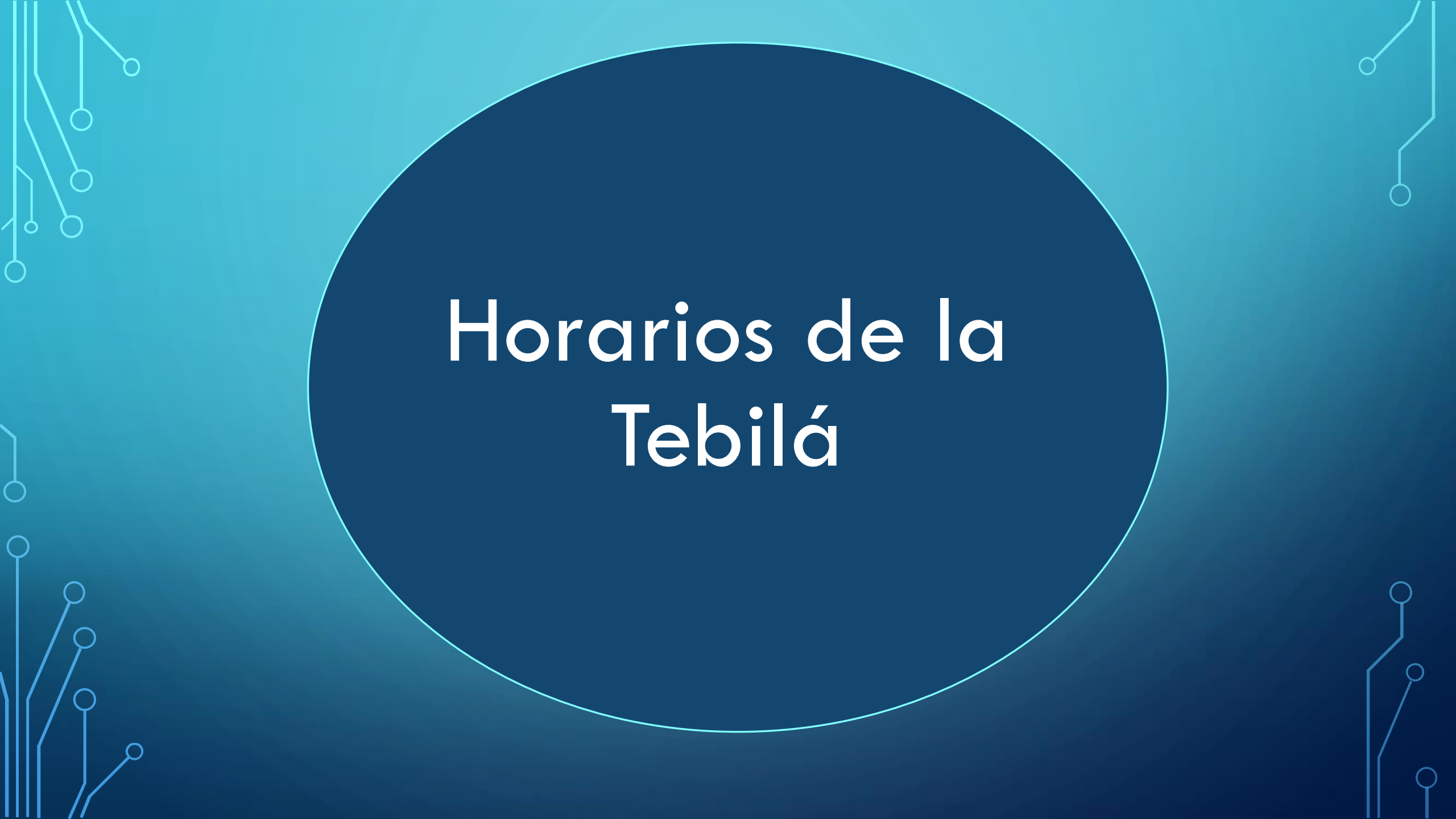
RAB DAVID JABBAZ – RAB DANIEL CREDI







"ובטעם המים שיטהרו כל טמא, אחשוב על צד הפשט  
כי העניין הוא כדי שיראה האדם את עצמו אחר  
הטבילה כאילו נברא באותה שעה, כמו שהיה העולם  
כולו מים טרם היות בו אדם, וכמו שכתוב "וְרוּחַ אֱלֹהִים  
מְרַחֶפֶת עַל פְּנֵי הַמַּיִם", ויתן אל לבו בדמיון, כי כמו  
שנתחדש בגופו, יחדש גם כן פעולותיו לטוב, ויכשיר  
מעשיו וידקדק בדרכי השם ברוך הוא. ועל כן אמרו  
חכמים שלא תכשר הטהרה במים שבכלי רק במים  
חיים או מכונסין שהן על גבי קרקע ולא בכלי, מכל  
מקום כדי לתת אל לבו במחשבה כאילו העולם כולו  
מים, והוא נתחדש בעלותו מהם" ספר החינוך מצוה  
קעג'

The background is a blue gradient. A large dark blue circle is centered on the page. In the four corners, there are white line-art illustrations of circuit boards or neural networks, with lines and small circles connecting them.

# Horarios de la Tebilá





# TEBILÁ EN SU MOMENTO

"אין האישה עולה מטומאתה, אף לאחר שהפסיקה בטהרה וספרה שבעה נקיים - - - אלא אם כן תטבול כל גופה במקווה כשרה, וכל שלא טבלה הרי היא בנדתה והבא עליה חייב כרת" שלחן ערוך קצז, א

La mujer sigue siendo impura hasta que entre a la tebilá y sumerja todo su cuerpo incluso que ya hizo su *HEFSEK* y sus revisiones.

"אם בעלה בעיר מצוה לטבול בזמנה שלא לבטל מפריה ורביה אפילו לילה אחד" שם סעיף ב'

Si su esposo está en la ciudad es *MITZVÁ* meterse en su momento para no dejar de cumplir la *MITZVÁ* tener hijos



The background of the slide features a close-up of several teal-colored towels, each rolled into a tight spiral. Overlaid on the left side of the image is a white, stylized circuit board pattern with various lines and circular nodes.

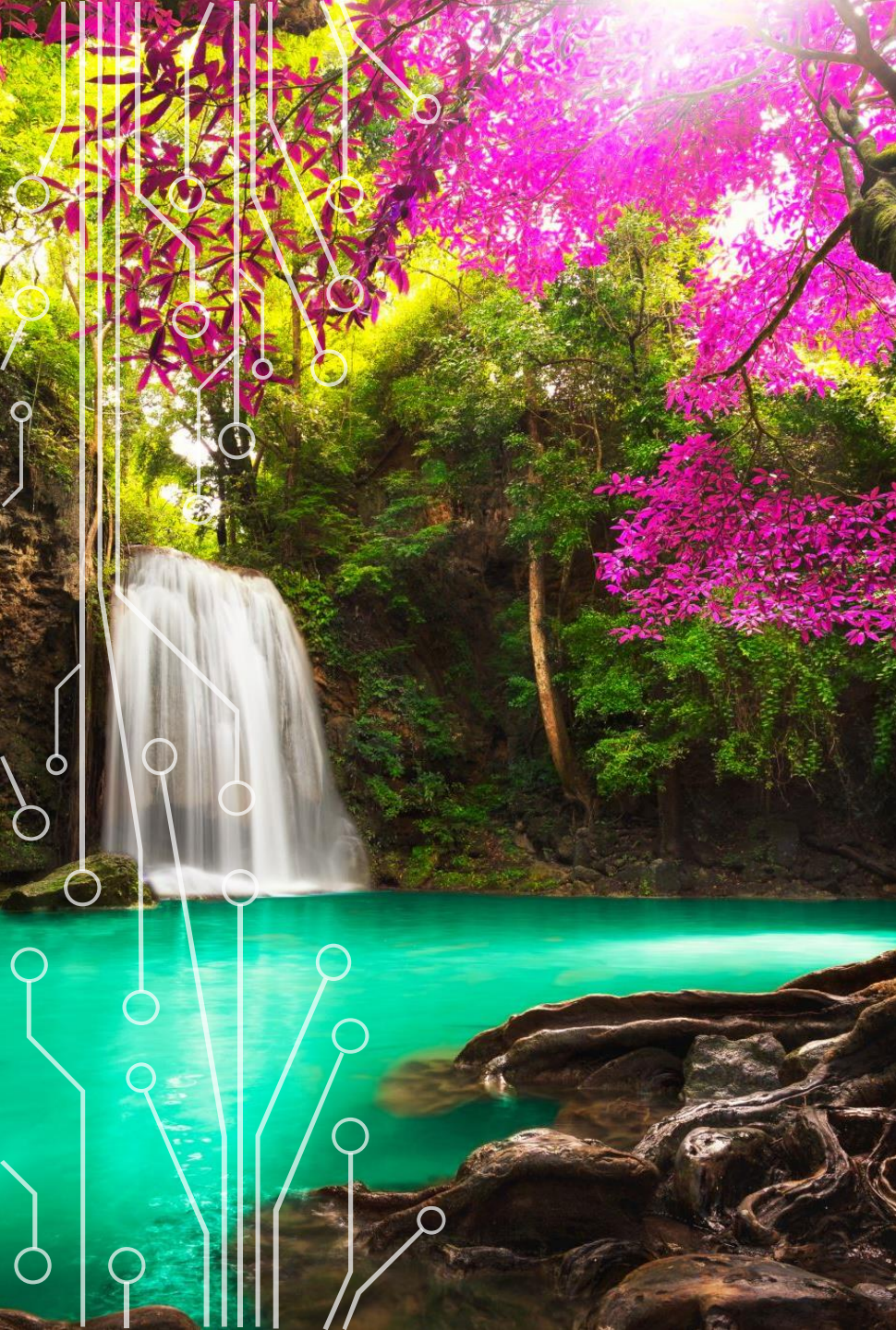
# TEBILÁ DE DÍA

"אסורה לטבול ביום ז', ואפילו אם ממתנת מלטבול עד יום ח'  
אינה יכולה לטבול ביום משום סרך בתה" שלחן ערוך קצז, ג

Está prohibido entrar a la tebilá en la mañana del día 7,  
incluso si se esperó a la mañana del día 8 por la TAKANÁ  
de que la hija la vea y piense que se puede el 7 día

- טבילה בין השמשות בערב שבת (que pasa antes de shabat)
- טבילה מבעוד יום במקום סכנה (que pasa cuando hay peligro)

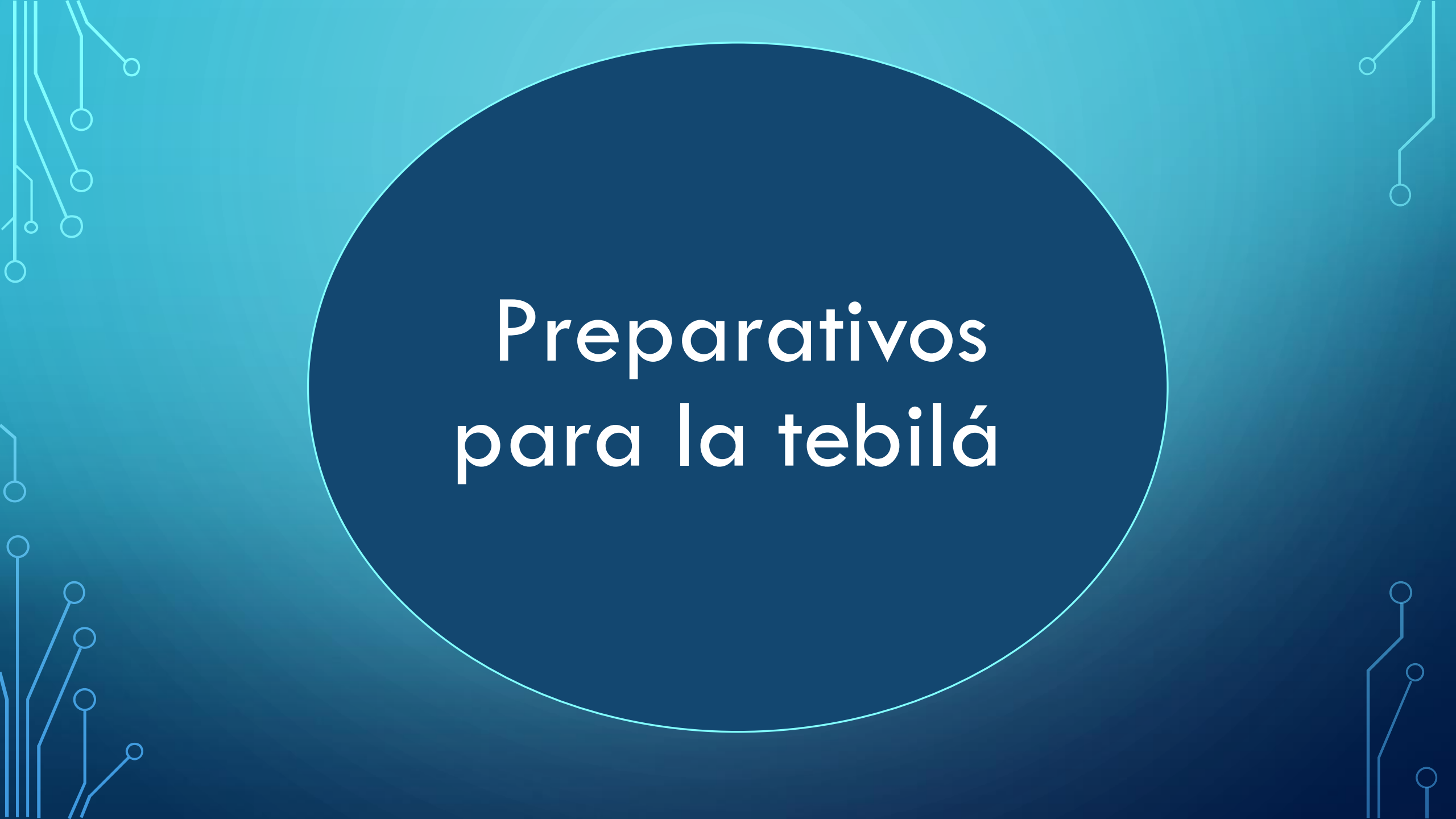




## TEBILÁ DE NOVIAS

"והכלות הטובלות קודם החופה יכולות לטבול ביום  
דהא לא באין אצל החתן עד הלילה" שלחן ערוך  
קצז, ג

Las novias pueden entrar de día antes de la  
boda ya que no están con el novio sino hasta  
la noche



# Preparativos para la tebilá





# הכנה לטבילה



## חיוב מהתורה - עיון

"ושתהא אשה חופפת וטובלת - דאורייתא היא! דתניא: (ויקרא י"ד) ורחץ את בשרו במים - שלא יהא דבר חוצץ בין בשרו למים, את בשרו - את הטפל לבשרו, ומאי ניהו? שער! אמרי: דאורייתא לעיוני דלמא מיקטר - - - ואתא איהו תיקן חפיפה" בבא קמא שם

De La Torá solo. Se necesita revision a detalle y Ezrá hizo takaná de que haya JAFIFÁ

# TAKANÁ DE EZRA – JAFIFÁ

- ודנין בשני ובחמישי, וקורין בשני ובחמישי, שקורין במנחה בשבת: עשרה תקנות תיקן עזרא" ושתהא אשה חוגרת, ושתהא אשה משכמת ואופה, ואוכלין שום בערב שבת, ומכבסים בחמישי בשבת בבא "...ותיקן טבילה לבעלי קריין, ושיהו רוכלין מחזירין בעיירות, ושתהא אשה חופפת וטובלת, בסינר קמא דף פב
- UNA DE LAS TAKANOT DE EZRÁ ES QUE LA MUJER SE (JAFIFÁ) CEPILLE BIEN EL CABELLO Y DESPUES ENTRA A LA TEBILÁ.



# JAFIFÁ- DETALLES DE LA PRÁCTICA

Principalmente solo en la cabeza hay quien dice todo el pelo del cuerpo, hay quien dice bañarse

Enjuagar el pelo con agua caliente shampoo y acondicionador

Cepillar el pelo después de eso

Bañarse y enjuagarse todo el cuerpo con agua y jabon

Revisar el pelo y el cuerpo que no haya quedado nada

# HORARIO DE LA JAFIFA

Cercano a la tebila

Puede empezar de dia y seguir cuando oscurece

Llevarse un cepillo y cepillarse antes de sumergirse

Si no puede en ese momento sirve antes o despues siempre y cuando no lo haga con prisa

Algunas mujeres se meten a tina de agua caliente antes para limpiarse bien (JABAD)

Cuanto tiempo tiene que durar

# SHABAT Y YOM TOB

- Hacerlo antes
- Sino lo hizo no puede entrar
- En casos especificos se permite que una goya la cepille





*TAKANÁ DE  
JAJAMIM-  
DOBLECES O  
PLIEGUES*

"ואמר רבא: לעולם ילמד אדם בתוך ביתו שתהא  
אשה מדיחה בית קמטיה במים" נדה דף 10

Que revise los pliegues del cuerpo que no  
haya suciedad

# Costumbre de Israel

```
graph TD; A[Costumbre de Israel] --> B[Maquillaje o esmalte]; A --> C[Cortarse las uñas]; A --> D[Bañarse en tina];
```

Maquillaje  
o esmalte

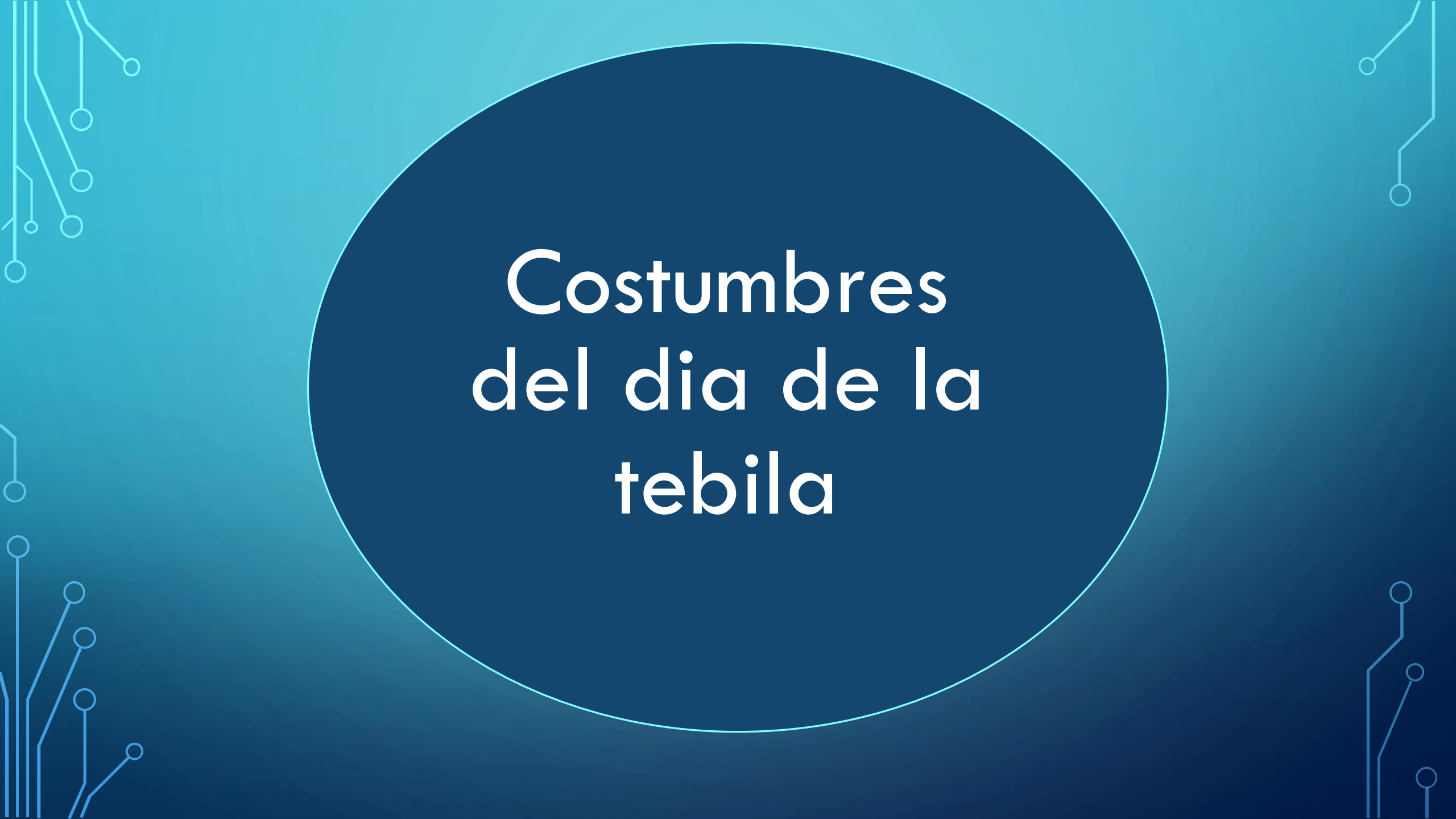
Cortarse las  
uñas

Bañarse en  
tina



## TOC- TRANSTORNO OBSESIVO COMPLUSIVO

- El trastorno obsesivo compulsivo (TOC) se caracteriza por un patrón de pensamientos y miedos no deseados (obsesiones) que provocan comportamientos repetitivos (compulsiones)
- Estas obsesiones y compulsiones interfieren en las actividades diarias y causan un gran sufrimiento emocional.

The background is a gradient of blue shades. In the corners, there are stylized white line art patterns resembling circuit boards or neural networks, with lines and small circles.

# Costumbres del día de la tequila





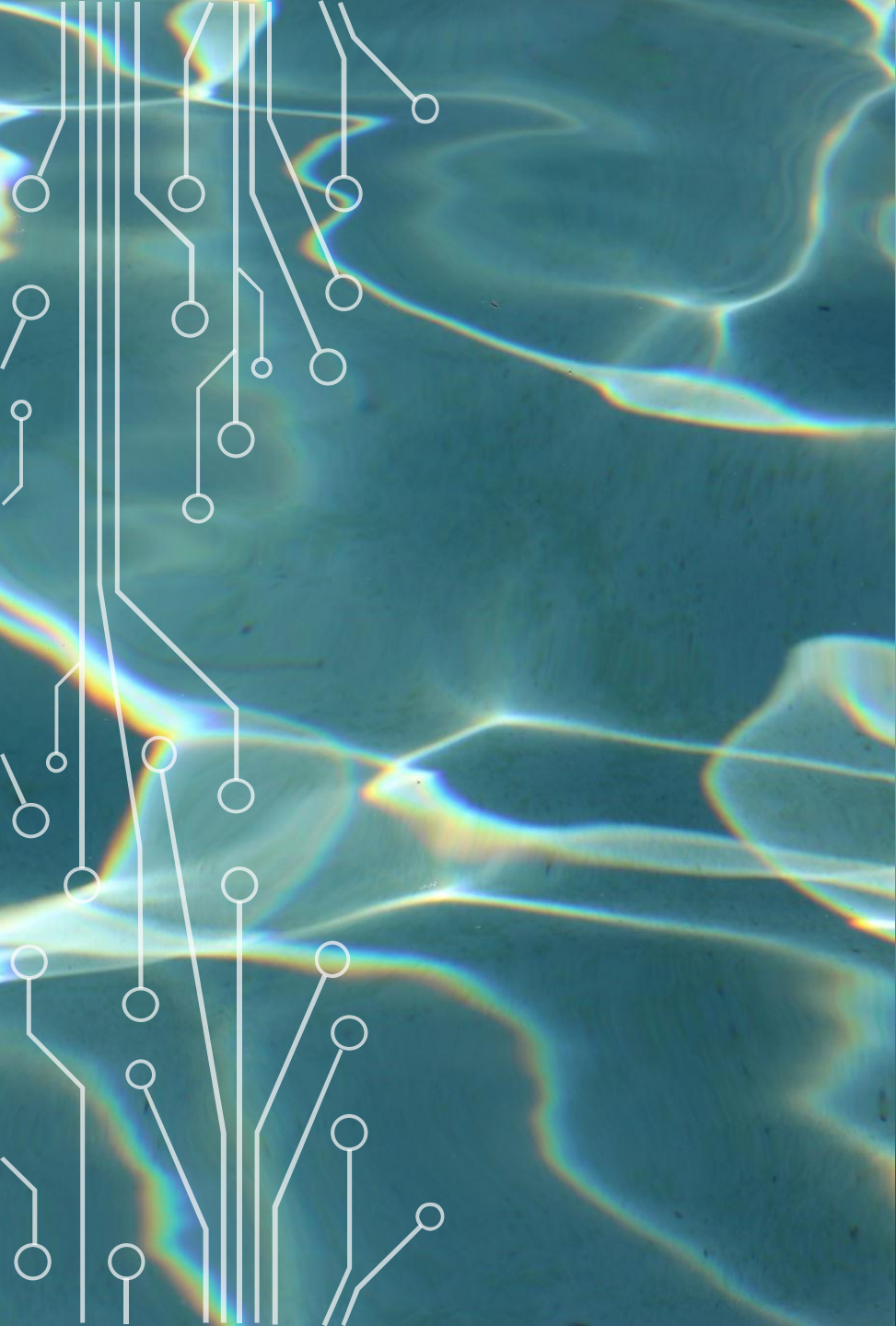
"ויש נוהגות שלא לאכול בשר ביום לכתן לבית הטבילה,  
מפני שהוא נכנס בין השינים יותר ממאכל אחר; ואף על פי  
שבדקות וחוצצות השיניים, חוששות דילמא תשתייר מיניה  
ולאו אדעתה, ומנהג יפה הוא - - - ואין לה לעסוק כל היום  
קודם הטבילה בבצק או בנרות של שעה, שלא ידבק בה  
וכן נהגו" שלחן ערוך קצח, כד

Hay quien acostumbra a no comer carne el día que la  
mujer entrara a la tebila, ya que se atora entre los  
dientes mas que otro alimento y no amasar ni tocar  
velas de cera para que no se le pegue

The background is a gradient of blue. In the corners, there are decorative white lines resembling circuit board traces, with small circles at the end of the lines.

# La *MITZVA* de la tebila



The background of the slide is a dark blue gradient. On the left side, there are white circuit-like lines with small circles at the ends, resembling a printed circuit board. Overlaid on this are soft, ethereal light patterns in shades of blue, green, and yellow, which look like light refractions or perhaps the movement of water. The overall aesthetic is high-tech and serene.

# FORMA EN LA QUE SE HACE LA TEBILÁ

"לא תטבול במקום שיש חשש שיראוה בני אדם, מפני שמתוך כך ממהרת לטבול ואינה מדקדקת בטבילה; ומיהו בדיעבד, עלתה לה טבילה. לא תטבול בקומה זקופה, מפני שיש מקומות שמסתתרים בה; ואל תשחה הרבה - - אלא שוחה מעט - - אינה צריכה לפתוח פיה כדי שיכנסו בה המים, ולא תקפוץ אותה יותר מדאי - - לא תעצים עיניה ביותר ואל תפתחם ביותר"

No meterse en lugares que la gente la puede ver (ya que por la presion no la hara bien) bediabad sirve si entro asi

No meterse de forma rigida para que el agua llegue a todos los lugares

Que no nade mucho sino poco

No tiene que abrir la boca para que entre agua pero que no la cierre tan dura

No abrir o cerrar los ojos con fuerza solo de forma sutil



# BERAJA

"כשעומדת בחלוקה, תברך: אשר קדשנו במצותיו וצונו על הטבילה, ותפשוט חלוקה ותטבול; ואם לא ברכה אז, תברך לאחר שתכנס עד צוארה במים; ואם הם צולים, עוכרתן ברגליה ומברכת. הגה: ויש אומרים שלא תברך עד אחר הטבילה וכן נוהגים שלאחר הטבילה, בעודה עומדת בתוך המים, מכסית עצמה בבגדה, ומברכת"

Discusión si la beraja se dice antes o despues

Sefaradim antes ya sea adentro del agua o afuera

Ashkenazim despues cuando todavia toca el agua y esta cubierta

"אשר קדשנו במצוותיו וציונו על הטבילה"

# MISION DE LA *BALANIT*

"וּכְתַב אֲדוֹנִי אֲבִי הָרֹא"ש ז"ל: וְתַעֲמִיד אִשָּׁה עַל גְּבַה בְּשָׁעָה שֶׁהִיא טוֹבֵלֶת שֶׁתִּרְאֶה שֶׁלֹּא יִשְׁאַר מִשְׁעַר רֹאשָׁה צֶף עַל פְּנֵי הַמַּיִם. וְהָרֹאב"ד כָּתַב: אִם כִּרְכָּה שֶׁעַר רֹאשָׁה בַּדָּבָר שֶׁאִינוֹ חוֹצֵץ, כְּגוֹן בַּחוּטֵי שֶׁעַר, וְטַבְלָה בִּינָה בֵּין עֲצָמָה - עֲלֵתָה לָּהּ טַבִּילָה" טוֹר יוֹרֵה דְּעָה קִצָּח

ROSH - Que se pare una señora al momento que se mete para que vea que no se quedo ni un pelo afuera

RAABAD - si se amaro el pelo con algo que no hace interferencia como hilos de pelo y se metio solita si sirve la tebila

# COSTUMBRES DE LA TEBILA

Esconder la tebila



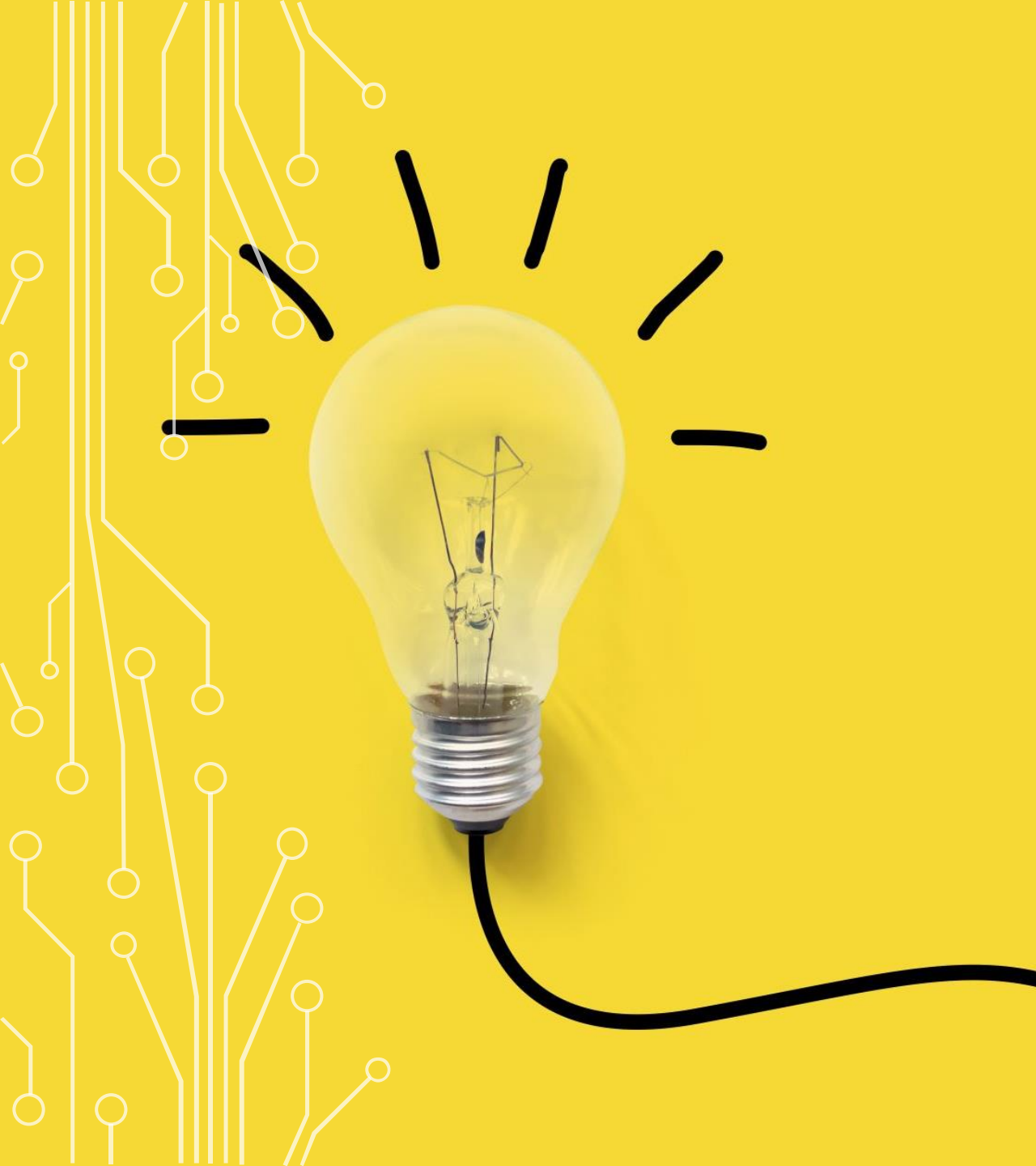
Las veces que se sumerge



Se acostumbra no banarse despues de sumergirse



No encontrarse con algo impuro, un goy, animal etc..



"לא טוב היות האדם מחמיר ביותר מדי ומחפש אחר הספיקות  
לפסול טבילתה בדבר הקל, כי אם כן אין לדבר סוף. **אלא אחר**  
**שחפפה ראשה וסרקה במסרק וחפפה ורחצה כל גופה,**  
**ונזהרת לבלתי תיגע בשום דבר החוצץ** - - - לא יכניס אדם  
ראשו בספקות החמורות אשר אין להם קץ וסוף, כגון עצמה  
עינה ביותר, קרצה שפתותיה ביותר..." רמב"ן סוף הלכות  
נידה

Sino despues que cepillo bien el pelo y se cuida de no  
tocar nada que provoque interferencia no tiene que  
hacer mas

No meterse dudas a la cabeza sobre si lo hizo bien



# TEBILA EN MOMENTOS ESPECIALES



Noche de  
shabat

9 de av y  
yom kipur

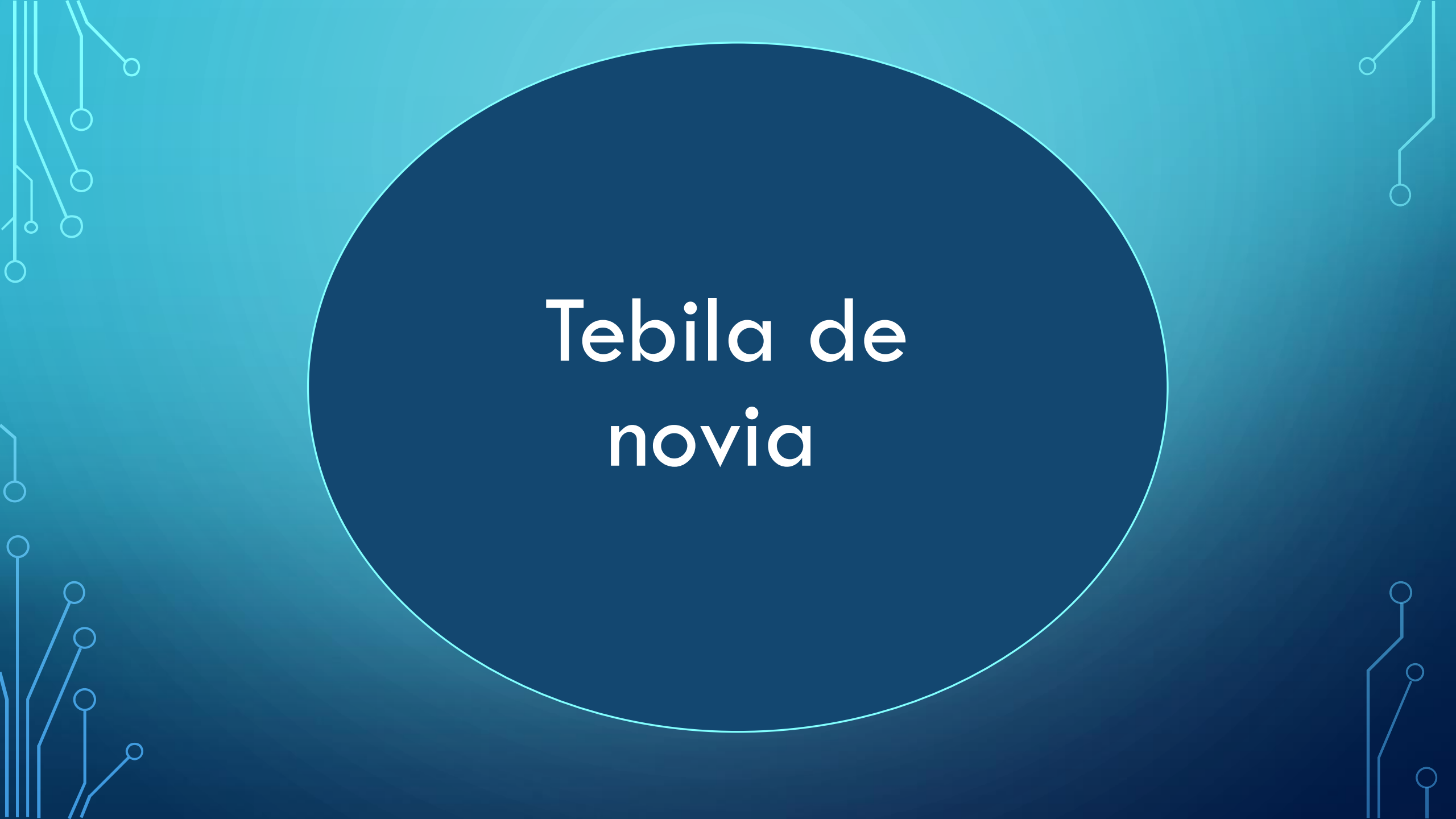
Yom tob

En momentos  
de abelut



## TEBILA EN LUGARES / OCASIONES ESPECIALES

- Lista de tebilot en el mundo...  
google
- Checar si esta en uso antes
- Planeacion de un viaje
- Checar horarios de la puesta del sol
- Tebila en rio, mar, laguna etc.

The background is a gradient of blue, darker at the bottom. A large, dark blue circle is centered on the page. In the four corners, there are white line-art illustrations of circuit boards or neural networks, with lines and small circles representing nodes.

# Tebila de novia

---

Adelantar la tebila

---

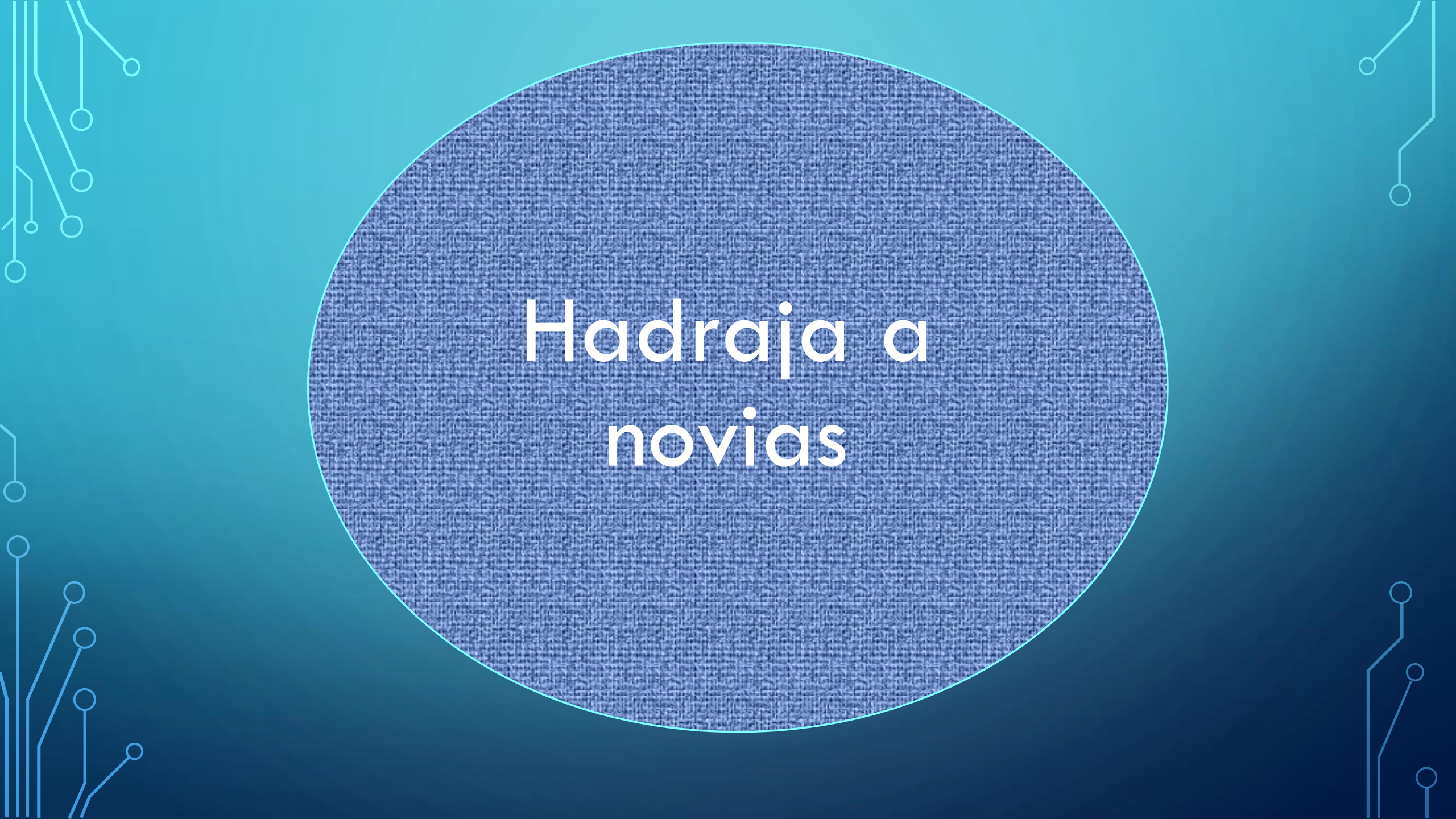
Reservar el lugar

---

Preparativos correctos

---

Fobia al agua o algun trauma



# Hadraja a novias



- La experiencia de la tebila
- Los horarios de la tebila
- *JAFIFÁ*
- La forma en que se hace y la beraja
- La primer tebila y su horario

*Gracias*



**Rabinos asesores en fertilidad, genética, ginecología  
pureza familiar e intimidad.**

**Rab David Jabbaz**

**Mail: [djabbaz@puah.org.il](mailto:djabbaz@puah.org.il)**



**5566728051**

**Rab Daniel Credi**

**Mail: [dcredi@puah.org.il](mailto:dcredi@puah.org.il)**



**5585292235**

