

## הנחיות בעניין חפיפה וטבילה, לקראת שבת וחג השבועות, תשפ"ב

טבילה בזמנה – ערכה גדול מאוד. לכן אע"פ שהשנה במוצ"ש שחל בו ליל חג השבועות, לא מתאפשר לבצע הכנות סמוך לטבילה – אין לדחות את הטבילה בשל כך, ויש לדעת כיצד להיערך נכון לטבילה זו.

### **טבילה בליל שבת**

בטבילה זו תנהג כפי שנוהגת תמיד בטבילה שחלה בליל שבת. כלומר – **ביום שישי ד' בסיוון**, תתכונן היטב לטבילה ע"י רחיצה, חפיפה, גזיזת ציפורניים, סירוק השיער והסרת חציצות, רצוי בסמוך ככל האפשר לכניסת השבת. כמו כן תאסוף ותקשור שערותיה על מנת למנוע היווצרות קשרים וסיבוכים בשערות, ותלך לטבול. הטבילה תבצע לאחר צאת-הכוכבים (=כ-18 דק' לאחר השקיעה). ויש הנוהגות לטבול בלילות שבת לאחר השקיעה ולפני צאת הכוכבים, בזמן 'בין השמשות' (כגון הנוהגות כדעת הגר"ע יוסף).

### **טבילה במוצאי שבת – ליל חג השבועות**

< **הכנות:** הכנות רבות לטבילה (כגון גזיזת ציפורניים, סירוק שיער ועוד) אינן יכולות להתבצע בשבת/בחג עקב איסורי מלאכה בשבת וביו"ט. לכן, יש לעשות את כל הכנות הטבילה, כולל: רחיצה, חפיפה, גזיזת ציפורניים, סירוק השיער והסרת חציצות שונות - **ביום שישי ד' בסיוון**. לאחר ההכנות, על האישה לאסוף ולקשור שערותיה על מנת למנוע היווצרות קשרים וסיבוכים בשערות. יחד עם זאת, ישנן הכנות שיש לעשותן בסמיכות לטבילה, כדלהלן.

< **הישמרות מחציצות:** לאחר ההכנות שביום שישי ועד הטבילה – יש להשתדל להישמר מהיווצרות חציצות. בכל יום טבילה יש להימנע מאכילת מאכלים העלולים להישאר בין השיניים ולהוות חציצה, כגון בשר. אך, בשבת מותר לאכול בשר וכד', כדי לענג את השבת. בכל אופן, יש להימנע מאכילת מאכלים העלולים להשאיר שאריות שיהיה קשה מאד להסירם.

< **עיון הגוף והכנות סמוך לטבילה:** יש להקפיד ביותר לצחצח שיניים היטב לפני הטבילה. לשם כך ניתן להשתמש במברשת שיניים ובמי-פה (ויש הנוהגות היתר להשתמש במשחת שיניים בשבת ובחג), וכן ניתן להשתמש בקיסם או בחוט דנטלי שנחתך לפני שבת (ותיזהר שלא יישארו שאריות ממנו בין השיניים). אם עלול להיגרם - באופן קרוב לוודאי - דימום מהחניכיים, תנקה בזהירות ותשתמש במברשת רכה או בכל מה שיכול לסייע לניקוי ללא שייגרם דימום מוכרח.

לכתחילה יש לרחוץ את המקומות שבגוף בהם עלולים להצטבר לכלוכים וזיעה. לשם כך ניתן להשתמש במים חמים שהתחממו על ידי דוד חשמלי או ע"י דוד שמש. ניתן להשתמש בסבון נוזלי. לפני הטבילה, על האישה להקפיד לעיין בגופה (בראיית העיניים ובמישוש ידיים) כדי לוודא שהוא נקי מחציצות. כמו כן, תעבור בעזרת אצבעותיה בין שערותיה על מנת להפרידם.

< **זמן ההכנות הסמוכות לטבילה:** את ההכנות והרחיצה יש לבצע רק מזמן צאת השבת בלוחות השנה (בד"כ כ-35 דק' לאחר השקיעה), ולאחר אמירת 'ברוך המבדיל בין קודש לקודש'. את 'עיון הגוף' תעשה סמוך לטבילה.

< **זמן הטבילה:** הטבילה תבצע בלילה (וכאמור – לאחר צאת השבת ואמירת 'ברוך המבדיל' וכו'). אף הנוהגות לטבול בלילות שבת לאחר השקיעה, בזמן 'בין השמשות' (כגון הנוהגות כדעת הגר"ע יוסף) – תטבולנה הפעם רק בלילה ולא לפני כן. יש לשים לב לברר את שעות הפתיחה העדכניות של המקווה ובמקרה הצורך לתאם זמן עם הבלנית. יש להקפיד להגיע בזמן על מנת שלא לעכב את הבלנית מללכת לביתה לסעודת החג. לעניין הדלקת נרות – יש לזכור להדליק רק בלילה, לאחר צאת שבת ואמירת 'ברוך המבדיל' וכו', ע"י העברה מאש לאש.

**שבת שלום וחג שמח!**

**צוות רבני מכון פוע"ה**