



THE LAWS OF NIDAH/ZAVAH

I. נידה/זבה דאורייתא

1. נידה דאורייתא

ויקרא פרק טו פסוקים יט-כד

וְאִשָּׁה כִּי תִהְיֶה זֹבֵה דָם יִהְיֶה זֹבֵה בְּבִשְׂרָהּ שִׁבְעַת יָמִים תִּהְיֶה בְּנִדְתָּהּ וְכָל הַנִּגַּע בָּהּ יִטְמָא עַד הָעֶרֶב:
וְכָל אֲשֶׁר תִּשְׁכַּב עָלָיו בְּנִדְתָּהּ יִטְמָא וְכָל אֲשֶׁר תִּשָּׁב עָלָיו יִטְמָא:
וְכָל הַנִּגַּע בְּמִשְׁכַּבָּהּ יִכְבֵּס בְּגָדָיו וְרַחֵץ בַּמַּיִם וְטָמֵא עַד הָעֶרֶב:
וְכָל הַנִּגַּע בְּכָל כְּלֵי אֲשֶׁר תִּשָּׁב עָלָיו יִכְבֵּס בְּגָדָיו וְרַחֵץ בַּמַּיִם וְטָמֵא עַד הָעֶרֶב:
וְאִם עַל הַמִּשְׁכָּב הוּא אֹרְעַל הַכְּלֵי אֲשֶׁר הוּא יִשְׁבֵּת עָלָיו בְּנִגְעוֹ בּוֹ יִטְמָא עַד הָעֶרֶב:
וְאִם שָׁכַב יִשְׁכַּב אִישׁ אֶתָּה וְתִהְיֶה נִדְתָּה עָלָיו וְטָמֵא שִׁבְעַת יָמִים וְכָל הַמִּשְׁכָּב אֲשֶׁר יִשְׁכַּב עָלָיו יִטְמָא:

(19) When a woman has a discharge, her discharge being blood from her body, she shall remain in her ritual impurity seven days; whoever touches her shall be ritually impure until evening. (20) Anything that she lies on during her menstrual period shall be ritually impure, and anything that she sits upon shall be ritually impure. (21) Anyone who touches her bedding shall wash his clothes, bathe in water, and remain ritually impure until evening. (22) And anyone who touches any object upon which she sat shall wash his clothes, bathe in water, and remain ritually impure until evening. (23) Be it the bedding or be it the object on which she has sat, on touching it he shall be ritually impure until evening. (24) And if a man lies with her, her menstrual status is communicated to him; he shall be ritually impure seven days, and any bedding on which he lies shall become ritually impure.

2. זבה דאורייתא

ויקרא פרק טו פסוקים כה-לג

וְאִשָּׁה כִּי יִזְוֵב זֹבֵה דָמָה יָמִים רַבִּים בְּלֹא עֵת נִדְתָּהּ אוֹ כִּי תִזְוֵב עַל נִדְתָּהּ כָּל יְמֵי זֹבֵה טָמְאָתָהּ כִּימֵי נִדְתָּהּ תִּהְיֶה טָמְאָה הוּא:
כָּל הַמִּשְׁכָּב אֲשֶׁר תִּשְׁכַּב עָלָיו כָּל יְמֵי זֹבֵהּ כְּמִשְׁכַּב נִדְתָּהּ יִהְיֶה לָּהּ וְכָל הַכְּלֵי אֲשֶׁר תִּשָּׁב עָלָיו טָמֵא יִהְיֶה כְּטָמְאֵת נִדְתָּהּ:
וְכָל הַנִּגַּע בָּם יִטְמָא וְכָבֵס בְּגָדָיו וְרַחֵץ בַּמַּיִם וְטָמֵא עַד הָעֶרֶב:
וְאִם טְהוֹרָה מִזֹּבֵה וְסִפְרָה לָּהּ שִׁבְעַת יָמִים וְאַחַר תִּטְהַר:
וּבַיּוֹם הַשְּׁמִינִי תִקַּח לָּהּ שְׁתֵּי תְרִים אוֹ שְׁנַיִם בְּנֵי יוֹנָה וְהִבְיָאָה אוֹתָם אֶל הַכֹּהֵן אֶל פֶּתַח אֹהֶל מוֹעֵד:
וְעָשָׂה הַכֹּהֵן אֶת הָאֶחָד חֲטָאת וְאֶת הָאֶחָד עֹלָה וְכִפֵּר עָלֶיהָ הַכֹּהֵן לִפְנֵי יְדֹן מִזֹּבֵב טָמְאָתָה:
וְהִזְרֹתָם אֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל מִטָּמְאָתָם וְלֹא יָמוּתוּ בְּטָמְאָתָם בְּטָמְאָם אֶת מִשְׁכַּנִּי אֲשֶׁר בְּתוֹכָם:
זֹאת תֹּרַת הַזֹּבֵה וְאֲשֶׁר תִּצְאָה מִמֶּנּוּ שִׁכְבַּת זָרַע לְטָמְאָהּ בָּהּ:
וְהַדָּוָה בְּנִדְתָּהּ וְהַזֹּבֵב אֶת זֹבֹו לְזָכֵר וְלְנִקְבָהּ וְלֹאִישׁ אֲשֶׁר יִשְׁכַּב עִם טָמְאָה:

(25) When a woman has had a discharge of blood for many days, not at the time of her menstrual period, or when she has a discharge beyond her menstrual period, she shall be ritually impure, as though at the time of her menstrual period; as long as her discharge lasts. (26) Any bedding on which she lies while her discharge lasts shall be for her like bedding during her menstrual period; and any object on which she sits shall become ritually impure, as it does during her ritually impure menstrual period. (27) Whoever touches them shall be ritually impure; he shall wash his clothes, bathe in water, and remain ritually impure until evening. (28) When she becomes clean of her discharge, she counts off seven days, and after that, she shall be ritually pure. (29) On the eighth day, she shall take two turtledoves or two pigeons, and bring them to the priest and the entrance to the Tent of Meeting. (30) The Priest shall offer the one as a sin offering and the other as a burnt

offering; and the priest shall make expiation on her behalf, for her ritually impure discharge, before the Lord. (31) You shall put the Israelites on guard against their ritual impurity, lest they die through their ritual impurity by defiling my Tabernacle which is among them. (32) Such is the ritual concerning him who has a discharge and him who has an emission of semen and becomes ritually impure thereby. (33) And concerning her who is in menstrual infirmity: anyone, that is, male or female, who has a discharge, and also the man who lies with a ritually impure woman.

3. האיסור המיני

ויקרא פרק יח פסוק יט

וְאֵל אִשָּׁה בְּנִדַת טְמֵאתָהּ לֹא תִקְרַב לְגִלוֹת עֲרוֹתָהּ:

Do not come near a woman during her period of menstrual ritual impurity to uncover her nakedness.

ויקרא פרק כ פסוק יח

וְאִישׁ אֲשֶׁר יִשְׁכַּב אֶת אִשָּׁה דְוָה וְגִלָּה אֶת עֲרוֹתָהּ אֶת מְקוֹרָהּ הֶעֱרָה וְהָיָא גְלוּתָהּ אֶת מְקוֹר דָּמָיָהּ וְנִכְרְתוּ שְׁנֵיהֶם מִקְרָב עִמָּם:

If a man lies with a woman during her infirmity and reveals her nakedness, he has laid bare her flow, and she has revealed the source of her blood flow; both of them shall be cut off from among their people.

Note: Now that the Temple was destroyed and we no longer pay attention to other forms of *tumah* (because that was the only ramification of being *tameh* with those other types of *tumah* – not being able to worship in the Temple), *nidah* and *zivah* are the only forms of *tumah* we are still concerned about because of the sexual prohibition that is attached to them. In other words, they are the only types of *tumah* that also have this other ramification. Therefore, while the laws of *nidah* today are still very much about the woman being *t'meah* (in fact, she reverses her *t'meah* status through ritual immersion in the *mikveh*, which is in effect removing her *tumah*) that is not the focus or the concern. Contracting her *tumah* is not the concern, but rather the sexual prohibition that is a result of her *tumah*.

4. זבה קטנה, זבה גדולה

ספרא מצורע - פרשת זבים פרשה ה

(ט) רבים שלשה, יכול רבים עשרה? אמר ימים ואמר רבים. מה ימים מיעוט ימים שנים אף רבים מיעוט רבים שלשה.

“Many” means three. Could many mean ten? It says “days” and it says “many.” Just as “days” the minimum is two, also “many” the minimum is three.

Zavah Ketanah = 1 or 2 days of bleeding not during the time of your regular period flow or in addition to the seven days of your regular period flow.

Zavah Gedolah = 3 or more days of bleeding not during the time of your regular period flow or in addition to the 7 days of your regular period flow.

Spotting = not even *zavah* at all. Only a flow can be *zavah* or *nidah*.

5. נידה דאורייתא (לפי הרמב"ן)

הלכות נידה לרמב"ן פרק א אות ד

ד. הלכה למשה מסיני שאחד עשר יום הסמוכים לז' ימי נדות בלבד הם שהאשה נעשית בהם זבה אבל מאחר שנשלמו הי"א חזרה לימי נדות שאפילו רואה בהן שבעה טובלת בליל שמיני וטהורה וכמו שאמרנו, וי"א ימים אלו הם הנקראים י"א יום שבין נדה לנדה מפני זה הטעם שביארנו.

Ramban: When a woman starts menstruating, those first seven days are her *nidah* days. The next eleven are her *zivah* days. But her *nidah* days don't start again until her next flow. {THIS IS THE HALAKHAH}

1. נידה=זבה

תלמוד בבלי מסכת נדה דף סו עמוד א

אמר רב יוסף אמר רב יהודה אמר רב, התקין רבי בשדות: ראתה יום אחד - תשב ששה והוא, שנים - תשב ששה/חמישה¹ והן, שלשה - תשב שבעה נקיים. אמר ר' זירא: בנות ישראל החמירו על עצמן, שאפילו רואות טפת דם כחרדל - יושבות עליה שבעה נקיים.

Said Rav Yosef said Rav Yehudah said Rav: Rabbi issued an edict in the outskirts/in a place named Sadat: If a woman sees one day of bleeding, she should wait six days plus that one day; if she sees two days of bleeding, she should wait six/five¹ days plus those two days; if she sees three days of bleeding, she should wait seven clean days [plus those three days]. Said Rabbi Zeira: The daughters of Israel were stringent upon themselves, so that even when they would see a drop of blood the size of a mustard seed/the color of mustard, they would wait the seven clean days.

Note: Rabbi eliminated time as an issue. The daughters of Israel eliminated amount of blood as an "issue." (They eliminated *zavah ketanah*.)

תלמוד בבלי מסכת נדה דף סז עמוד ב

אמר ליה רב פפא לרבא ולאביי: מכדי האיזנא כולהו ספק זבות שוינהו רבנן, ליטבלינהו ביממא דשביעאה? משום דרבי שמעון, דתניא +ויקרא ט"ו+ אחר תטהר - אחר אחר לכולן, שלא תהא טומאה מפסקת

Said Rav Pappa to Rava and Abaye: Since in this time all women are considered **by the Rabbis** to be presumed *zavot*, why do they not immerse on the seventh **day**? Because of Rabbi Shimon, who brings the verse, "Achar Tithar," in a *breita* to prove that it is after all of the days are complete that she immerses so that there is no *tumah* between them,

פולטת שכבת זרע (four or five day minimum wait before counting seven clean days)

רא"ש מסכת שבת פרק ט סימן א

מנין לפולטת שכבת זרע ביום השלישי שהיא טהורה? שנאמר, "היו נכונים לשלשת ימים."

From where do we learn that a woman who is emitting semen that on the third day she is *tehorah*? Because it says, "Be ready [to receive the Torah] after three days."

טור יורה דעה סימן קצו

הפולטת שכבת זרע בימי ספירתה אם הוא תוך ו' עונות לשמושה סותרת אותו יום לפיכך המשמשת מטתה וראתה ופסקה בו ביום אינה מתחלת לספור ז' נקיים עד שיעברו עליה ו' עונות שלימות שמא תפלוט לפיכך אינה מתחלת לספור עד יום ה' לשמושה. כגון אם שמשה במוצאי שבת אינה מתחלת לספור עד יום ה' דקיימא לן אין שכבת זרע מסריח עד שיעברו עליו ששה עונות שלימות מעת לעת. ואם שמשה במוצאי שבת ופולטה ליל ארבע קודם עת שימושה במוצאי שבת עדיין היא עומדת בתוך עונה ששית לשמושה וסותרת. הלכך יום חמישי יהיה ראשון לספירתה. אמנם אם תרצה לספור מיום מחרת ראייתה תקנח יפה באותו מקום במוך או בבגד להפליט כל הזרע או תרחוץ במים חמין והם יפליטו כל הזרע. והרמב"ן כתב דה"ה נמי אם הלכה ברגליה פלטה כל הזרע. ולא נהירא לא"א הרא"ש ז"ל. והראב"ד כתב דפולטת שכבת זרע אינה סותרת אלא לטהרות ולא לבעלה. ולא נהירא לא"א הרא"ש ז"ל:

If she wants to start counting [her seven clean days] from the day after she last saw blood, she should clean herself well in her vaginal area or douche in order to get out the semen.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצו סעיף יא

הפולטת שכבת זרע בימי ספירתה, אם הוא תוך ו' עונות לשמושה סותרת אותו יום. לפיכך המשמשת מטתה וראתה אחר כך ופסקה, אינה מתחלת לספור שבעה נקיים עד שיעברו עליה ו' עונות שלימות שמא תפלוט; לפיכך אינה מתחלת לספור עד יום ה' לשמושה, כגון אם שמשה במוצאי שבת אינה מתחלת לספור עד יום ה', דקיי"ל אין שכבת זרע מסריח עד שיעברו עליו ששה עונות שלימות מעת לעת; ואם שמשה במוצאי שבת ופולטה ליל ד', קודם עת שימושה במוצאי שבת, עדיין היא עומדת בתוך עונה ששית לשמושה וסותרת, הלכך יום ה' יהיה ראשון לספירתה. הגה: ותפסוק יום ד' לעת ערב, ויום ה' עולה למניין. ויש שכתבו שיש להמתין עוד יום אחד, דהיינו שלא תתחיל

¹ There are two *girsat* (versions) of this text

למנות עד יום הששי והוא יהיה יום ראשון לספירתה, דחיישינן שמה תשמך ביום הראשון בין השמשות ותסבור שהוא יום, ואפשר שהוא לילה, ואם תתחיל למנות מיום חמישי יהיה תוך ששה עונות לשמושה, על כן יש להוסיף עוד יום אחד דמעתי אי אפשר לבא לידי טעות (ת"ה סימן רמ"ה והאגור בשם ר"י מולין וש"ד וכ"כ מהרא"י ומהרי"ק שורש ל"ה), וכן נוהגין בכל מדינות אלו, ואין לשנות. ויש נשים שנהגו להחמיר עוד להמתין עד שבעה ימים (שם בת"ה), ואין טעם בדבר והמחמיר יחמיר והמיקל נשכר להקדים עצמו למצוה. ויש שכתבו שעכשי אין לחלק בין שמה עם בעלה ללא שמה, וכל אשה שרואה, אפילו כתם, צריכה להמתין ה' ימים עם יום שראתה בו ותפסוק לעת ערב ותספור ז' נקיים (שם בת"ה בשם א"ז ומהרי"ק) וכן נוהגין במדינות אלו ואין לשנות (סה"ת וסמ"ג).

A woman who is emitting semen [from intercourse] during her seven clean days, if it is within six *onot* (twelve-hour periods of either night or day, so here it means 72 hours) since she had intercourse last, that day cannot be counted as a clean day. Therefore, a woman who has intercourse and then sees blood right afterwards and then does a *hefsek taharah* (internal check to determine that the bleeding has stopped), she cannot begin to count her clean days until 6 *onot* have passed, because she may emit semen. Therefore, she does not begin to count her clean days until the fifth day after intercourse. For instance, if she had intercourse on Sat. night, she does not begin to count her clean days until Thursday, since we learn that semen does not rot until six *onot* have passed. And if she had intercourse on Sat. night, she is still within the sixth *onah* on Wednesday, so that day also cannot be counted. Therefore, Thursday will be the first day of her counting of the clean days.

Rema: And she should do her *hefsek taharah* on Wednesday before nightfall, and Thursday counts as a clean day. And there are those who say she should wait another day, meaning that she should not start counting until Friday, and that will count as her first clean day, because they are worried that she may have intercourse during twilight on Sat. night/Sunday, and she will think it is daytime, but perhaps it is nighttime, and if she starts to count from Thursday, it will still be within the 6 *onot* since she last had intercourse. Therefore, they say to add one more day so that she cannot come to make a mistake. And this is how we practice in all of these lands, and we should not change that. And there are woman who were stringent upon themselves even more and waited until the seventh day, and there is no logic to this, and the stringent will be stringent and the lenient will be earlier to perform the mitzvah [of sexual intercourse]. And there are those today who wrote that today there is no reason to distinguish between whether or not she actually had intercourse, and every woman who sees blood, even a stain, must wait five days including the day she saw blood, and then she does a *hefsek taharah* in the evening, and then she counts seven clean days. And this is how we practice in these lands, and we should not change that.

2. כתמים

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצ סעיף א

דבר תורה אין האשה מטמאה ולא אסורה לבעלה עד (א) שתרגיש שיצא דם מבשרה, וחכמים גזרו על כתם שנמצא בגופה או (ב) בבגדיה, שהיא טמאה, ואסורה לבעלה אפילו לא הרגישה ואפילו בדקה עצמה ומצאה טהורה. וצריכה הפסק טהרה, שתבדוק עצמה ותמצא טהורה, ואח"כ תמנה שבעה נקיים חוץ מיום המציאה (כאילו ראתה ודאי, וכמו שיתבאר לקמן סימן קצ"ו).

According to Torah Law, a woman is not *t'meah* and she is not forbidden to her husband until she feels a blood flow; and the Rabbis extended this also to a blood stain [meaning, without a feeling of a flow] that she found on her body or her clothing, that she is *t'meah* and forbidden to her husband—even though she had no feeling [of a blood flow] and even if she did an internal check and found herself to be *t'horah*. And she needs to perform a *hefsek taharah*, meaning that she needs to check herself to make sure she's *t'horah*, and then she must count seven clean days after the day she found [the stain].

NOTE: The *halakhah* today is to wait the usual minimum four or five days before counting the seven clean days even for a *ketem*.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצ סעיף ה

לא גזרו על הכתם אלא אם כן יש בו כגריס ועוד, (ט) ושיעור (י) הגריס הוא כט' עדשים... וכל זמן שאין בו כזה השיעור אנו תולין לומר (יב) דם כנה הוא, אף על פי שלא הרגה כנה. אבל כשיש בו כזה השיעור אין תולין בכנה, בין אם הוא מרובע או אם הוא ארוך...

The Rabbis did not extend the law to a stain unless the stain is the size of a lima bean or larger. And the size of a lima bean is the size of eight lentils [today we say the size of an *asimon* or a penny]... And whenever there is not a minimum of that amount, we say that it is a louse, even if she did not kill a louse. But when there is this amount we do not say it is a louse, whether it is square or a line.

NOTE: The rabbis try to eliminate this category altogether by advising women to wear colored undergarments.

3. בדיקות

Minimum number of internal checks that need to be done during the seven clean days is the *hefsek taharah* at the beginning and one at the end before *mikveh*. The traditional recommendation is one or even two each day, but this is not a requirement, and should not be done if it will cause anxiety and especially not if it may cause bleeding (there are women who may bleed from internal checks due to a sensitive cervical membrane).

4. וסתות

When the woman is expecting her period, the couple should not have sexual relations. *Harchakot*, however, do not apply.

III. הרחקות

1. סוגייה #1

משנה מסכת כתובות פרק ה משנה ה

אלו מלאכות שהאשה עושה לבעלה טוחנת ואופה ומכבסת מבשלת ומניקה את בנה מצעת לו המטה ועושה בצמר הכניסה לו שפחה אחת לא טוחנת ולא אופה ולא מכבסת שתים אינה מבשלת ואינה מניקה את בנה שלש אינה מצעת לו המטה ואינה עושה בצמר ארבעה יושבת בקתדרא. רבי אליעזר אומר: אפילו הכניסה לו מאה שפחות כופה לעשות בצמר שהבטלה מביאה לידי זימה רבן שמעון בן גמליאל אומר אף המדיר את אשתו מלעשות מלאכה יוציא ויתן כתובתה שהבטלה מביאה לידי שיעמום:

These are the services a woman must perform for her husband: grinds, bakes, washes, cooks, nurses her child, takes out his bed, works with wool. If she has one servant, she does not grind or bake or wash. Two, she does not cook or nurse her child. Three, she does not take out his bed or work in wool. Four, she sits in an easy chair. Rabbi Eliezer says: Even if she has one hundred servants, she must work in wool, since idleness leads to licentiousness. Rabban Shimon ben Gamliel says: Even if a husband swears his wife off of work, he must divorce her and give her her ketubah money, since idleness leads to boredom.

גמרא מסכת כתובות סא עמוד א

אמר רב יצחק בר חנניא אמר רב הונא: אע"פ שאמרו יושבת בקתדרא, אבל מוזגת לו כוס, ומצעת לו את המטה, ומרחצת לו פניו ידיו ורגליו.

אמר רב יצחק בר חנניא אמר רב הונא: כל מלאכות שהאשה עושה לבעלה - נדה עושה לבעלה, חוץ ממזיגת הכוס, והצעת המטה, והרחצת פניו ידיו ורגליו.

והצעת המטה, אמר רבא: לא אמרן אלא בפניו, אבל שלא בפניו לית לן בה.

ומזיגת הכוס. שמואל, מחלפא ליה דביתהו בידא דשמאלא.

אביי, מנחא ליה אפומא דכובא.

רבא, אבי סדיא.

רב פפא, אשרשיפא.

רש"י מסכת כתובות דף סא עמוד א

אבל מוזגת לו כוס ומצעת לו מטה - לפרוס סדין ולבדין דבר שאינו טורח ומשום דמילי דחיבה נינהו כדי שתתחבב עליו ולא דמי למצעת דמתני' דהוי דבר של טורח ובכפייה הני לא כפי לה אלא חכמים השיאוה עצה טובה להנהיג זאת בישראל. חוץ ממזיגת כוס - כל שהוא דברים של קירוב וחיבה ומביאין לידי הרגל דבר. מחלפא ליה - בימי ליבונה. אבי סדיא - מראשותיו. אשרשיפא - ספסל.

“Said R. Yitzhak bar Hananya, said R. Huna: Even though they said that she sits in an easy chair, she still pours his [her husband's] wine, makes his bed, and washes his face, hands, and feet.

Said R. Yitzhak b. Hananya, said R. Huna: All the labors that a woman performs for her husband, a *niddah* performs for her husband, except for pouring the wine, making his bed, and washing his face, hands, and feet.

Rava said: That only means in his presence; but if done not in his presence, we have no problem [with her pouring and serving the wine and making the bed].

'Pouring the wine.' Samuel's wife changed it [her regular practice, and handed the wine to him] with her left hand [and thus did not transgress R. Huna's rule that a *niddah* does not serve wine to her husband].

Abaye, she [his wife] would put it on the mouth of the barrel.

Rava, [his wife would put it] on the pillow.

Rab Pappa, [his wife would put it] on the stool."

2. סוגייה #2

משנה מסכת שבת פרק א משנה ג

לא יצא החייט במחטו סמוך לחשכה שמא ישכח ויצא ולא הלביל בקולמוסו ולא יפלה את כליו ולא יקרא לאור הנר באמת אמרו החזן רואה היכן תינוקות קוראים אבל הוא לא יקרא כיוצא בו **לא יאכל הזב עם הזבה מפני הרגל עבירה:**

A *zav* should not eat with a *zavah*, because customary behavior can lead one to sin in the wrong context.

רש"י מסכת שבת דף יא עמוד א

כיוצא בו - לעשות הרחקה לעבירה אמרו.

לא יאכל הזב עם הזבה - וכל שכן טהור עם הזבה.

מפני הרגל עבירה - מפני שמתוך שמתחדין יבא לבעול זבה שהיא בכרת.

גמרא מסכת שבת יג עמוד ב

איבעיא להו: נדה, מהו שתישן עם בעלה היא בבגדה והוא בבגדו?

אמר רב יוסף, תא שמע: העוף עולה עם הגבינה על השלחן ואינו נאכל, דברי בית שמאי. בית הלל אומר: לא עולה ולא נאכל. - שאני התם דליכא דיעות. הכי נמי מסתברא, דהיכא דאיכא דיעות שאני, דקתני סיפא, רבן שמעון בן גמליאל אומר: שני אכסניים אוכלין על שלחן אחד, זה אוכל בשר וזה אוכל גבינה - ואין חוששין. - ולא אתמר עלה, אמר רב חנין בר אמי אמר שמואל: לא שנו אלא שאין מכירין זה את זה, אבל מכירין זה את זה - אסורים. והני נמי - מכירין זה את זה נינהו - הכי השתא! התם - דיעות איכא, שינוי ליכא. הכא - איכא דיעות, ואיכא שינוי.

איכא דאמרי: תא שמע, רבן שמעון בן גמליאל אומר: שני אכסניים אוכלין על שלחן אחד, זה בשר וזה גבינה. ואתמר עלה, אמר רב חנין בר אמי אמר שמואל: לא שנו אלא שאין מכירין זה את זה, אבל מכירין זה את זה - אסור. והני נמי - מכירין זה את זה נינהו. - התם - דיעות איכא, שינוי ליכא, הכא - איכא דיעות ואיכא שינוי. תא שמע: לא יאכל הזב עם הזבה משום הרגל עבירה. - הכי נמי: דיעות - איכא, שינוי ליכא.

- תא שמע: +יחזקאל יח+ ואל ההרים לא אכל ועיניו לא נשא אל גלולי בית ישראל ואת אשת רעהו לא טמא ואל אשה נדה לא יקרב, מקיש אשה נדה לאשת רעהו. מה אשת רעהו - הוא בבגדו והיא בבגדה אסור, אף אשתו נדה - הוא בבגדו והיא בבגדה אסור. שמע מינה.

ופליגא דרבי פדת, דאמר רבי פדת: לא אסרה תורה אלא קורבה של גלוי עריות בלבד, שנאמר +ויקרא יח+ איש איש אל כל שאר בשרו לא תקרבו לגלות ערוה. עולא כי הוי אתי מבי רב הוה מנשק להו לאחוותיה אבי חדיהו, ואמרי לה אבי ידיהו. ופליגא דידיה אדידיה, דאמר עולא: אפילו שום קורבה אסור, משום לך לך אמרי נזירא סחור סחור, לכרמא לא תקרב.

תני דבי אליהו: מעשה בתלמיד אחד ששנה הרבה וקרא הרבה, ושימש תלמידי חכמים הרבה, ומת בחצי ימיו. והיתה אשתו נוטלת תפיליו ומחזרתם בבתי כנסיות ובבתי מדרשות, ואמרה להם: כתיב בתורה +דברים ל+ כי הוא חייך ואורך ימיו, בעלי ששנה הרבה וקרא הרבה, ושימש תלמידי חכמים הרבה - מפני מה מת בחצי ימיו? ולא היה אדם מחזירה דבר. פעם אחת נתארחתי אצלה והיתה מסיחה כל אותו מאורע. ואמרת לי: בתי, בימי נדוּתך מה הוא אצלך? אמרה לי: חס ושלוּם, אפילו באצבע קטנה לא נגע בי. - בימי לבוּיך מה אצלך? - אכל עמי, ושתי עמי, וישן עמי בקירוב בשר, ולא עלתה דעתו על דבר אחר. ואמרת לי: ברוך המקום שהרגו, שלא נשא פנים לתורה, שהרי אמרה תורה +ויקרא יא /יח/+ ואל אשה בנדת טומאתה לא תקרב. כי אתא רב דימי אמר: מטה חדא הואי.² במערבא אמרי, אמר רב יצחק בר יוסף: סינר מפסיק בינו לבינה.

They asked: May a niddah sleep with her husband if she is in her garment and he is in his garment? Rav Yosef said: Come learn a proof from the following mishnah: Fowl may go up on the table with cheese but it may not be eaten with cheese. These are the words of Beit Shammai. Beit Hillel say: [Fowl] May not go up on the table with cheese, and it certainly may not be eaten with cheese.

It is different there, because there are no “minds.”

It is indeed reasonable to say that [the law] is different where there are minds, because the latter part of that mishnah teaches: Rabban Shimon ben Gamliel says: Two lodgers may eat at the same table, although this one eats meat and this one eats cheese, and we are not concerned.

But was [the following] not stated in regard to [that ruling]? Rav Chanin bar Ami said in the same of Shmuel: They did not teach [that the lodgers may eat together] except where they do not know each other. But where they do know each other, it is prohibited [for them to eat together].

And these [the *niddah* and her husband] are [people] who know each other.

Now is this a valid comparison? There while there are minds, there is no deviation [from the norm to remind them not to combine their foods]. Here there are minds and there is a deviation.

There are those who say [that the discussion ran as follows]: Come learn [a proof from the following mishnah]: Rabban Shimon ben Gamliel says: Two lodgers may eat at the same table, this one meat and this one cheese. And [the following] was stated in regard to [that ruling]: Rav Chanin bar Ami said in the name of Shmuel: They did not teach [that the lodgers may eat together] except where they do not know each other. But where they do know each other, it is prohibited.

And these [the *niddah* and her husband] as well are people who know each other.

There [in the case of the lodgers] while there are minds, there is no deviation. But here there are minds and there is a deviation.

Come hear [a proof from our mishnah]: A *zav* may not eat together with a *zavah*, since it might lead to sin. [If a couple who are Biblically prohibited to cohabit may not eat together, they surely may not sleep together].

In this case too, while there are minds, there is no deviation.

Come learn [a proof from the following exposition]: Scripture states: *Upon the mountains he did not eat [Ezekiel 8:16]. His eyes he did not lift to the idols of the family of Israel. His neighbor's wife he did not defile. And a woman who is a nidah he did not approach.* By mentioning them in juxtaposition, the verse compares a woman who is a *nidah* to a neighbor's wife. Just as in the case of a neighbor's wife it is forbidden for one to sleep with her even if he is in his garment and she is in her garment, so too in the case of one's own wife who is a *niddah*, it is forbidden to sleep with her even if he is in his garment and she is in her garment. Learn from here [that a *niddah* and her husband may not sleep together even if they are both clothed].

² Rashi says it was a wide bed, which would mean that in spite of the fact that it was wide, they were still at fault.

And it disagrees with the opinion of Rav Pedat, for Rav Pedat said: [With regard to forbidden relationships] the Torah prohibited only the closeness of “uncovering nakedness,” as it is stated: Each man shall not approach any close relative to uncover nakedness.

When Ulla would return from the study hall, he would kiss his sisters on their bosoms. And some say on their hands.

But [Ulla] contradicts himself, for Ulla said: Even any closeness is prohibited, because of the maxim: *Go away! Go away! We say to the nazir. Go around! Go around! Do not approach the vineyard.*

The following *breita* was taught in the academy of Eliyahu: It happened that there was one student who learned much Mishnah and learned much scripture and spent much time serving Torah scholars, but he died at half his years. His wife would take his *tefillin*, bring them around the houses of prayer and houses of study and say to [the people there]: “It is written in the Torah: For this is your life and the length of your days. Therefore, my husband who learned much Mishnah, and learned much scripture, and spent much time serving Torah scholars, why did he die at half his years?” And no one would answer her anything. I once visited her and she told me the whole story. I asked her: “My daughter, during the days of your *niddah*, what did he do with you?” She answered me: “God forbid! He did not touch me, even on my little finger!” I asked her: “During the days of your white [clothing] what did he do with you?” She answered: “He ate with me, drank with me and slept with me without clothing, but he did not even think about the other thing [sexual relations].” I said to her: “*Blessed is God who killed him, because [your husband] did not show respect towards the Torah, for the Torah says: You shall not approach a woman in her time of ritually impure nidah.*”

When Rav Dimi came [from *Eretz Yisrael* to Babylonia] he said: It was only the matter of sleeping in the same bed which he thought was permitted. In the West [*Eretz Yisrael*] they reported that Rav Yitzchak bar Yosef said: She wore knickers that interposed between him and her.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף א

חייב אדם לפרוש מאשתו בימי טומאתה עד שתספור ותטבול. (ואפילו שהתה זמן ארוך ולא טבלה, תמיד היא בנדתה עד שתטבול) (ב"י בשם הפוסקים). ולא ישחוק ולא יקל ראש עמה (אפילו בדברים) (טור וב"י בשם רשב"א מאבות דר"ן) שמא ירגיל לעבירה; אבל מותר להתייחד עמה, דכיון שבא עליה פעם אחת תו לא תקיף יצריה (ל' עצמו).

A man is required to separate from his wife in the days of her *tumah* until she counts and immerses. (Remah: And even if she waited a long time and did not immerse, she is still in her *nidah* state until she immerses). And he should not play or flirt with her, lest he come to commit a sin out of habit. But he is permitted to be alone with her, since he has already had intercourse with her and therefore his lustful urges will not get the best of him [the assumption being that he knows he will be able to have sex with her in the near future].

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ב

לא יגע בה אפילו באצבע קטנה, ולא ישיט מידו לידה שום דבר ולא יקבלנו מידה, שמא יגע בבשרה. (וכן על ידי זריקה מידו לידה או להיפך, אסור). (ב"י ס"ס קנ"ד והגהות ש"ד בשם המהר"ם).

He should not touch her even with his pinky finger, and he should not pass things from his hands to hers or take anything from her, lest he touch her flesh. (Remah: And thus even through tossing it is forbidden – in both directions.)

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ג

לא יאכל עמה על השלחן אא"כ יש שום שינוי שיהיה שום דבר מפסיק בין קערה שלו לקערה שלה, לחם או קנקן, או שיאכל כל אחד במפה שלו. הגה: וי"א הא דצריכין הפסק בין קערה שלו לקערה שלה היינו דוקא כשאין אוכלין בקערה אחת כשהיא טהורה, אבל אם אוכלין בקערה אחת כשהיא טהורה סגי אם אוכלת בקערה בפני עצמה, וא"צ היכר אחר, (הגהות אשרי בשם ר"י והגהות אלפסי), וכן נוהגין. י"א שאסור לו לאכול משירי מאכל שלה, (מצא בקונטרס דהלכות נדה), כמו שאסור לשתות משירי כוס שלה, וכמו שיתבאר.

He should not eat with her on the same table unless they do it with some change, such as putting something between their plates as a reminder, such as a loaf of bread or a pitcher, or that each should eat on a separate place mat.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ד

לא ישתה משירי כוס ששתתה היא. הגה: אם לא שמפסיק אדם אחר ביניהם (טור בשם סמ"ג), או שהורק מכוס זה אל כוס אחר אפילו הוחזר לכוס ראשון (הגהמ"י בשם רא"ם ורוקח סימן שי"ח ומרדכי ואגודה פ"ק דשבת); ואם שתתה והוא אינו יודע ורוצה לשתות מכוס שלה, אינה צריכה להגיד לו שלא ישתה (שם); והיא מותרת לשתות מכוס ששתה הוא (ג"ז שם). ואם שתתה מכוס והלכה לה, י"א שמותר לו לשתות המותר, דמאחר שכבר הלכה אין כאן חבה. (בקונטרס הנ"ל).

He should not drink from the remains of a cup that she drank from. (Remah: If someone else did not drink in between. And if she drank from it and he does not know, she need not inform him. And she can drink from a cup he drank from. And if she drank from a cup and left, there are those who say he can drink, since after she leaves there is no intimacy anymore.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ה

לא ישב במטה המיוחדת לה, אפילו שלא בפניה. הגה: ואסור לישב על ספסל ארוך שמתנדדת ואינה מחוברת לכותל, כשאתו נדה יושבת עליו, (מרדכי פ"ק דשבת בשם צפנת פענח בשם רש"י). ויש מתירים כשאדם אחר מפסיק ויושב ביניהן (אגודה פרק התינוקות ות"ה סימן רנ"א). וכן לא ילך עם אשתו בעגלה אחת או בספינה אחת, אם הולך רק דרך טיול כגון לגנות ופרדסים וכיוצא בזה; אבל אם הולך מעיר לעיר לצרכיו, מותר אף על פי שהוא ואשתו הם לבדן, ובלבד שישבו בדרך שלא יגעו זה בזה (כל זה בת"ה סימן רנ"א).

He should not sit on a bed that is specifically hers, even not in her presence. (Remah: And he cannot sit on a long bench that moves and is not attached to a wall with his wife when she is in *nidah*. And there are those who permit this when there is someone else sitting between them. And thus, he should not travel with his wife in a buggy or a small boat if they are going on a pleasure trip. But if they are traveling from city to city for other reasons (practical ones), it is permitted even if they are alone together, as long as they do not touch each other.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ו

לא יישן עמה במטה, אפילו כל אחד בבגדו ואין נוגעין זה בזה. הגה: ואפילו יש לכל אחד מצע בפני עצמו, ואפילו אם שוכבים בשתי מטות והמטות נוגעות זו בזו, אסור (מרדכי פ"ק דשבת בשם הר"מ).

He should not sleep with her in the same bed, even if they are each clothed and not touching. (Remah: Even if each has his or her own mattress, and even if they are sleeping on separate beds but the beds are still touching it is still forbidden.)

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף ז

לא יסתכל אפילו בעקבה, ולא במקומות המכוסים שבה, (אבל מותר להסתכל בה במקומות הגלויים אע"פ שנהנה בראייתה), (ב"י בשם הרמב"ם).

He should not look even at her [naked] ankle, and not at the places she usually covers (Remah: But he can look at the places she usually does not cover even if he derives pleasure from doing so).

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף י

כל מלאכות שהאשה עושה לבעלה נדה, עושה לו, חוץ ממזיגת הכוס, שאסורה למזוג הכוס (בפניו), (ב"י וכן משמע ממרדכי פ"ק דשבועות וכ"מ מדברי הפוסקים), ולהניחו לפניו על השלחן אא"כ תעשה שום היכר, כגון שתניחנו על השלחן ביד שמאל או תניחנו על הכר או על הכסת, אפילו ביד ימינה.

All services a wife performs for her husband, a *nidah* does too, except mixing his wine (unless he does so with a change as a reminder). For instance, if she puts it on the table with her left hand or on a pillow even with her right hand.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף יא

אסורה להציע מטתו בפניו; ודוקא פריסת סדינים והמכסה שהוא דרך חבה, אבל הצעת הכרים והכסתות שהוא טורח ואינה דרך חבה, שרי. ושלא בפניו, הכל מותר אפילו הוא יודע שהיא מצעת אותם.

It is forbidden for her to make his bed in front of him. And specifically laying out the bedding, since this is a sign of intimacy, but taking out the bedding is permitted, since this is a chore and is not a sign of intimacy. But when she is not in his presence all is permitted even if he knows she is doing this.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף יב

אסורה ליצוק לו מים לרחוץ פניו ידיו ורגליו, אפילו אינה נוגעת בו ואפילו הם מים צוננים.

She may not sprinkle water on him in order to wash his face, hands, and feet, even if she does not touch him in the process, and even if the water is cold.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף יג

כשם שאסורה למזוג לו כך הוא אסור למזוג לה; ולא עוד, אלא אפילו לשלוח לה כוס של יין אסור, לא שנא כוס של ברכה לא שנא כוס אחר, אם הוא מיוחד לה; אבל אם שותים הם מאותו הכוס ושתית איהי אבתרייהו, לית לן בה.

Just as she is not permitted to mix wine for him, he is not permitted to mix wine for her. And even more so, he may not send her a cup of wine. But if they are drinking from the same cup and she is drinking after him, this does not apply.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף יד

כל אלו ההרחקות צריך להרחיק בין בימי נדותה בין בימי ליבונה, שהם כל ימי ספירתה, ואין חילוק בכל אלו בין רואה ממש למוצאת כתם. הגה: וי"א דאין להחמיר בימי ליבונה בענין איסור אכילה עמו בקערה (הגה במרדכי בשם ראבי"ה), וכן נוהגין להקל בזה, ויש להחמיר.

All of these *harchakot* apply both during her *nidah* days and during her "clean" days, since there is no difference between them, whether she sees a flow or a stain. (Remah: And there are those who say not to be stringent during her clean days in terms of eating from the same plate, and there are those who practice this way, but we should be strict.)

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף טו

אם הוא חולה ואין לו מי שישמשנו זולתה, מותרת לשמשו רק שתזהר ביותר שתוכל להזהר מהרחצת פניו ידיו ורגליו והצעת המטה בפניו.

If he is sick and there is not one to care for him except her, she is permitted to care for him, but she must be careful not to wash his face, hands, and feet and lay out his bedding.

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף טז

אשה חולה והיא נדה, אסור לבעלה ליגע בה כדי לשמשה, כגון להקימה ולהשכיבה ולסמכה. (וי"א דאם אין לה מי שישמשנה, מותר בכל הגהות ש"ד והגהות מרדכי פ"ק דשבת בשם הר"מ), וכן נוהגין אם צריכה הרבה לכך).

A woman who is sick and is in *nidah*, it is forbidden for her husband to touch her in order to care for her, for instance to sit her up or lay her down or cover her. (Remah: But if there is not one else to care for her, he is permitted to.)

שולחן ערוך יורה דעה סימן קצה סעיף יז

אם בעלה רופא, אסור למשש לה הדפק. הגה: ולפי מה שכתבתי דנוהגין היתר אם צריכה אליו דמשמש לה, כ"ש דמוותר למשש לה הדפק אם אין רופא אחר וצריכה אליו ויש סכנה בחליה, (כך דקדק הב"י מלשון הרמב"ן סימן קכ"ז), ועיין בא"ח סימן פ"ח אם מותר לנדה ליכנס לבית הכנסת ולהתפלל.

If her husband is a doctor, he cannot take her pulse. (Remah: If there is no other doctor to take her pulse, it is permitted. And see *siman* 88 regarding whether or not she can enter the synagogue and pray when she is in *nidah*).

IV. מקווה

Mikveh, as I said above, is about removing her *tumah*. It must be in a collection of rain water or a natural body of water like an ocean, lake or spring. There should be nothing extraneous between her and the water; therefore, she should remove anything that would make her feel that she forgot to take it off. I strongly recommend that both man and woman immerse. He too has *tumah* to remove, so it takes the focus away from her *tumah* alone. It is also a romantic addition to this ritual. It is a way to make the ritual actually reflect what we would like it to be about – the monthly renewal of the couple's mutual love. If keeping *nidah d'oraitah*, one should immerse only after completing seven days. If keeping *nidah d'rabbana*, one may immerse even on the day of the seventh clean day.

If you have any questions, please call Haviva at 054-469-3469, haviva@netvision.net.il.