מִבְּשָׂרֵךְ לֹא תִּתְעַלְּמִי: יחסי הלכה וגוף בדין 'הרגשה' בהלכות נידה**[[1]](#footnote-1)**

שרה סגל־כץ

"הַדָּם הוּא הַנָּפֶשׁ" (דברים י"ב, כג)

פתח דבר: על הלכה והרגשה

נושאים מסוימים החוזרים ועולים לא פעם בהלכות נידה, מגלמים ביתר שאת סוגיות עקרוניות וערכיות של מוּדעות גופנית, כמו שאלה זו שהופנתה אליי:

אני לא בטוחה אם אני אסורה או מותרת. הרגשתי משהו, אני מכירה כך את גופי לאורך כל חיי הבוגרים, אבל אני זוכרת שמשתמע ממה שלמדתי שעדיף לי לא לציין את ההרגשה – האם באמת מצופה ממני להדחיק את תחושות גופי שלי ולהסתיר אותן ממך כדי שאוכל לקבל תשובה מקלה יותר בהלכות נידה? (שואלת אנונימית).

נשים רבות מתייסרות בשאלה, האם תחושות הגוף שלהן רלוונטיות לקביעת דינן כאסורות או מותרות להלכה. מחד גיסא, עולים קולות שמצמצמים את מקומן של התחושות הגופניות בבחינה ההלכתית של האיסור וההיתר, ומאידך גיסא, עולים קולות המבססים את עצם האיסור וההיתר על מודעות האישה ותחושותיה. למרבה הצער, מחלוקת זו מציבה את האישה המבולבלת בתווך, כשהיא מתלבטת כיצד ובאיזו מידה להחשיב את תחושותיה שלה, הלכה למעשה. ואף כי "יוֹסִיף דַּעַת יוֹסִיף מַכְאוֹב", יש לתת את הדעת גם על מכאובים אפשריים מעצם הדרת הדעת, הסטת המבט והשתקת הגוף.[[2]](#footnote-2)

חלק מהניסיונות להמשיג את המתרחש בגופה של האישה, בשפה העברית ובהגות היהודית, שואבים את המרחב הסמנטי והרעיוני שלהם מן המקרא. המילים מבראשית ג', טז, ״בְּעֶצֶב תֵּלְדִי בָנִים״, לא מעידות רק על קשיי ההיריון והלידה, כי אם גם על מבנה תרבותי, ועל השלכות אידיאולוגיות הגלומות בו, שעברו מדור לדור לאורך השנים. ברם, בעידן הנוכחי, עידן של 'שיבה אל הגוף׳ עולים קולות המשקפים קריאה אחרת, שלפיה לא עַצְבוּת היא החוויה המורכזית של ההיריון והלידה, כי אם פעילות עֲצַבִּית שעשויה להיות אינטנסיבית אך לא בהכרח כואבת. שינוי הפרדיגמה, המתמקד ב׳טבעיות׳ ובהקשבה גופנית, מוביל לטענה כי אישה יכולה לבחור להיות בעלת מודעות גופנית להתרחשויות ברורות ולטנטיות גם יחד ביחס למחזור שלה, לפריון שלה ולאוטונומיה שלה על גופה.

דין 'הרגשה' תופס מקום מרכזי בהלכות נידה, החל מחיבורים הלכתיים מלומדים, דרך ספרי הדרכה הנגישים לציבור הרחב, וכלה בתשובות הלכתיות יומיומיות.[[3]](#footnote-3) פעמים רבות מתמקדת תשומת הלב בהדרכת הכלות בגוף ובמתרחש בו, בתחושות ובתודעה, ולא רק בהיבטים ההלכתיים. יחד עם זאת, פוסקים ולמדנים רבים דנים בכובד ראש בשאלת קיומן וסיווגן המדויק של ההרגשות ה'אוסרות' את הנשים בשל איסורי נידה, ובוחנים את דיווחי הנשים על עצמן לאור ההמשגה ההלכתית, שלעיתים קובעת כי הנשים אינן מבינות את ההרגשות שלהן עצמן – אם בכלל ואם רק בהקשר לסוגיה ההלכתית. משמעות האמירות בדבר מהימנות הנשים להעיד על המתרחש בגופן, מעוררת התמודדויות הלכתיות וערכיות. בין שלל הממדים שאמירות אלה נוגעות אליהם, שניים לדעתי בולטים במיוחד: ההיבט האתי של היחס לנשים ולמעמדן, והמחויבות לבריאות הגוף מול העדפה הלכתית של פסיקה שתביא להתרחקות מן האיסור.

שאלות הלכתיות, מטבען, יכולות להיות מוצגות כהתלבטות פרקטית פשוטה או כדילמה עקרונית והרת גורל. אך למעשה, גם שאלות שהן לכאורה התלבטות פרקטית פשוטה עשויות לטמון בחובן מסר עקרוני רחב.

בשל עמדות הלכתיות מסוימות נשים רבות טועות לחשוב כאילו עדיף להן לרחוק מגופן. פעמים רבות נאמר להן, באופן ישיר או עקיף, כי עדיף להן להתעלם מהמתרחש בגופן כדי לא לגרום לאיסור הלכתי בנידה. להתעלמות זו עלולות להיות השלכות שונות ואף לסכן את האישה במקרים בהם להתרחשויות בגופה יש משמעות רפואית. מעבר לכך, התעלמות מאיתותי הגוף מעלה שאלות רחבות יותר בדבר האוטונומיה של האישה על גופה, שאלות שנוגעות בין היתר גם ליחסי הלכה ומגדר.[[4]](#footnote-4) נראה כי המגמה הגוברת בימינו, של הקשבה ותשומת לב למתרחש בגוף ולקיחת אחריות של האדם על מצבו הבריאותי, הפוכה למגמת ההתעלמות וההכחשה של תחושות הגוף בקרב נשים, כתוצאה מהפנמה וקיום הלכות נידה.

יחסים מורכבים אלה בין ההלכה לאדם נתפסים בדרך כלל כבינאריים: הם מעמידים לכאורה מן העבר האחד את ההלכה, השמרנית, המעדיפה ערכים דתיים על חשבון חיים נורמטיביים תקינים ומובילה את האישה (ובכלל, את האדם) לסכנות בריאותיות. מולם הם מציבים, מן העבר האחר, את העולם 'הנאור' וה'מתקדם' שבו אין מקום לערכים דתיים ורוחניים, ובו האישה היא בת חורין, אשר בריאותה נשמרת, ובכלל הדאגה לשלומה עומדת במרכז. תפיסה מעין זו משטיחה הן את המרחב ההלכתי והן את מקומה של האישה (תרתי משמע). כנגדה, הנחת המוצא של כלל דבריי במאמר זה היא שתפיסה זו מוטעית, והקיטוב שתיארתי כאן אינו קיים. הדאגה לבריאות הגוף ולשלמותו היא נדבך מרכזי בפסיקת ההלכה מאז ומעולם, בהתאם לידיעות של כל תקופה. לכן, כשנשים מתעלמות מתחושותיהן הגופניות בהלכות נידה הן עושות זאת על מנת להרבות בטהרה וכדי לא להיאסר, אך לא כדי להגיע להזנחה והרחקה.

אם נשוב אל הטקסט המקראי, נראה כי הגוף הוא חלק בלתי נפרד משאלת הטהרה. המילה 'בבשרה' בויקרא ט"ו, יט: ״וְאִשָּׁה כִּי תִהְיֶה זָבָה דָּם יִהְיֶה זֹבָהּ בִּבְשָׂרָהּ שִׁבְעַת יָמִים תִּהְיֶה בְנִדָּתָהּ וְכָל הַנֹּגֵעַ בָּהּ יִטְמָא עַד הָעָרֶב״ הובנה מהרגע הראשון כהתרחשות גופנית ממשית. [[5]](#footnote-5) יחד עם זאת, דיונים הלכתיים לאורך הדורות עסקו בשאלת היחס בין מה שקורה בגוף לבין מה שאולי קורה באיברים הפנימיים ושאינו נראה לעין אך נמצא במודעות ברורה של האישה – האם גם התרחשות מעין זו הינה בגדר 'בבשרה'? כבר כאן ניכר מתח בין הרצון לשמור על טהרה ולהישמר מהחמרה – רצון שהוליד את הסטת המבט מתחושות הגוף, ובין הצורך לשמור על הגוף, שמחייב את הפניית המבט למתרחש בו. מתח זה יעמוד כאמור במרכז הדיון של מאמר זה, המשלב בין העיון ההלכתי הקלאסי למבט המגדרי. בהקשר זה, יש לזכור כי בעבר נשים לא היו חלק משלשלת הלמדנות, ההמשגה והכתיבה; במעשה זה אני מבקשת, מעבר לדיון ההלכתי עצמו, גם לדובב שפתי ישנות ומתעוררות של אלו המבקשות כיום יותר דעת ומודעות, ומייחלות לתשובות הלכתיות אשר יגלמו שיקול דעת המביט בהווה ומשוחח עמו.

על מנת שנוכל לגשת אל הסוגייה ולנתח אותה לעומקה, יש לבחון ראשית כיצד התגבש דין ה'הרגשה' בעולם ההלכה, למן הראשונים ועד האחרונים. לאחר מכן יש להתמקד באתגר שמכונן המפגש של ההלכה עם גוף האישה.[[6]](#footnote-6) מתוך כך נראה מהי ההתייחסות הראויה למודעות גופנית ולשיטות שונות של מעקב פוריות, ומהו האתגר של פסיקה מתוך מחויבות הלכתית בשילוב שיקולים של ערכים המבקשים ׳הקשבה׳ לגוף. לנוכח אלה, יעלה הצורך לראות מהם דיווחי הנשים עצמן על עצמן.[[7]](#footnote-7)

לשם כך יצרתי שאלון שהופץ בקרב נשים בדבר חוויות גוף לאורך המחזור החודשי. תשובותיהן ישמשו כאמצעי מרכזי לפירוש דין 'הרגשה' כדרישה ׳להרגיש את ההרגשה הגופנית׳ בקרב נשים. לסיום אשלב ממצאים מהשאלון שהפצתי, ואציע דרכים שמאפשרות לא להחמיר להלכה וגם לא לבכר התעלמות מהגוף, בדין 'הרגשה'.

כתיבת מאמר זה נובעת מניסיוני כמורת הלכה וכמדריכת כלות וזוגות. בעיניי, ומניסיוני לאורך השנים, הבנת ההלכה והשתלשלותה כוללת בחובּה בהכרח את הבנת הדרכים השונות שבהן השיח ההלכתי מתקבל על ידי נמעניו. כמי שמעורבת בתיווך שיח זה לציבור, אני נחשפת תדיר לאופני התקבלותו, ומציעה זווית שמחברת בין חקר ההלכה ובין תפיסה אנתרופולוגית. המאמר מבקש לפנות הן למשיבים ולמשיבות בהלכה והן לנשים וגברים החיים את ההלכות הללו מתוך מחויבות לקיום מצוות ובכללן הציווי שלא להתעלם מן הבשר.

יכולה להישמע על דבריי ביקורת: מצד אחד, החשש כי הרחבת הגדרת 'ההרגשה' עלולה לאסור יותר את הנשים ובני זוגן; ומנגד, החשש שמא הדיון מהווה פתח להקל על מה שכבר מקובל בקרב הפוסקים. אלו גם אלו אוחזים בידיעות ובדרכי פסיקה לגיטימיות אך ככל הנראה משתייכים לבתי מדרש שונים. יחד עם זאת ראוי לשים לב כי שאלת החומרא והקולא היא רק חלק מן הדיון. המרחב הלמדני הסגור נתקל לראשונה בתקופתנו בדיונים ערים מצד נשים המבקשות להמשיך באורח חיים של מחויבות, ובד בבד מבקשות לקבל יחס מכבד יותר לדבריהן ולהרגשותיהן, יחס שמעניק לחוויה הגופנית עצמה משקל מבלי להתעלם מההלכה.

בעיניי, 'דין הרגשה' טומן בחובו סוגיה רחבה יותר של יישום הלכות נידה על ידי נשים בכלל ובעת הזו בפרט. סוגיה זו נידונה מתוך שיחה עם ידע רפואי עתיק ותפיסות מדיקליות ימי בינמיות ומודרניות כעולם ההלכה המתנהל בכללותו בתוך ׳צייטגייסט׳. לאור התמורות בידע הרפואי בימינו ולאור עלייתן של פרקטיקות ותפיסות של מודעות גופנית בתרבות העכשווית ושל רפואה מגדרית.[[8]](#footnote-8) המפגש בין השרירותיות ה"מובנית" של ההלכה לבין תודעה עכשווית של מודעות, אוטונומיה על הגוף ודיון מוסרי ער בשאלת עדויות של אנשים ונשים על עצמם, מאתגרת את ההתמודדות עם הדעות ההלכתיות השונות בתחום.

מאמר זה הוא סנונית ראשונה מתוך מונוגרפיה שאני שוקדת עליה כעת, ביחס לדין הרגשה ופסיקת הלכה לאורך הדורות ובעת הזו.[[9]](#footnote-9)

דרך נשים

המחזור החודשי של האישה מכונה במקרא 'אֹרַח כַּנָּשִׁים' או 'דֶרֶךְ נָשִׁים'.[[10]](#footnote-10) הביטויים המקראיים מצביעים בבירור על כך שבעולם העתיק המחזור החודשי הוכר כהתרחשות הייחודית לנשים (וככל הנראה זו התרחשות המצויה בתחומי בקיאותן).

המחזור החודשי של האישה מתחלק לשני שלבים עיקריים: השלב הפוליקולרי, המתחיל ביום הראשון של דימום הווסת ונמשך עד לביוץ; והשלב הלוטאלי, המתחיל ברגע הביוץ ונמשך עד לתחילת הדימום הווסתי הבא.[[11]](#footnote-11)

רמות ההורמונים משתנות לאורך החודש ומשפיעות לא רק על התפקוד הפיזיולוגי של איברי הגוף, אלא גם על תפקודים קוגניטיביים והתנהגותיים. תופעות של חוסר נוחות, עצבנות, עצבות, עייפות, כאבים פיזיים שונים ועוד, מדוּוחות פעמים רבות ככאלה שמתלוות לשלבי המחזור השונים במהלך החודש ומשפיעות על חייהן של נשים רבות.[[12]](#footnote-12) שינויים אלו קיבלו את המונחים 'תסמונת קדם־וסתית' (PreMenstrual Syndrome = PMS), ו'הפרעה דיספורית קדם־וסתית' (PreMenstrual Dysphoric Disorder = PMDD).[[13]](#footnote-13)

מחקרים שבחנו את היקף התופעות הקדם־וסתיות, העלו כי 13% מהנשים חוות תסמונת קדם־וסתית קשה הפוגמת באיכות חייהן בכל חודש, ומעל 75% חוות שינויים פיזיולוגיים, קוגניטיביים ורגשיים כלשהם, המקושרים עם תסמונת קדם־וסתית.[[14]](#footnote-14)

צבירת ממצאים ומסקנות מעולם הרפואה העכשווי מוליכה אל עבר אחריות הלכתית מסוג חדש. הציפייה היא שהדיון ההלכתי ישתמש בידע הרפואי כמצע ליצירת אקסיומות מסוימות, ולא יעמוד בסתירה אליו. ואכן, ניכר כי מראשית העת המודרנית השיח ההלכתי נוטה (בחלקו) להשתמש בקביעות ובממצאים הרפואיים כרקע הכרחי לפסיקות ולמתן תשובות בתחום זה.[[15]](#footnote-15)

בד בבד, השפעת השיח הרפואי על הדיון ההלכתי מוליכה למצב אובייקטיבי לכאורה, המתנגש עם שאלת ההרגשה. למעשה, נוצרת הקבלה בין השיח ההלכתי ובין השיח הרפואי: בשניהם האמון שניתן לדיווחי האישה עצמה אינו אוטומטי ועלול להתערער על ידי המומחים, באופן שמשפיע ממילא על מוּדעות האישה ועל המשקל שניתן לתחושותיה.[[16]](#footnote-16) המומחים וטענותיהם לא נחווים עוד כמתארים בעלמא את מושא עיוניהם, אלא כמכוננים 'אמת' חיצונית, המשפיעה על החוויה הסובייקטיבית של האישה.[[17]](#footnote-17)

המשגה: להרגיש את ה'הרגשה'

ספר ויקרא מהווה תשתית לסדר טהרות שבמשנה ובתלמוד, שבו כלולה מסכת נידה (שלא נכללת בסדר נשים). יש המזהים גם כיום הלכות אלו, הנובעות לכתחילה מהחיים לצד מקדש או משכן קיים, כהלכות שעתידות לשוב במהרה ובשל כך יש לקיימן, ומתוך תודעה זו. עמדה אחרת ורווחת יותר, מזהה את החובה בקיום מצוות שמתבססות על קיום משכן או מקדש ומכירות בהיעדרן, כחובות הלכתיות המשתייכות ל׳איסור והיתר׳ – מה שאסור ומה שמותר בחיי הלכה. כך או כך, לא נמצא במקרא הסבר למצוות הנוגעות לטומאת הנידה, הזב והזבה. הפסוקים לא מוסיפים להן הסבר שכלי ומכאן משתמע שהן דברים שלא ניתן לשאול על ההיגיון העומד מאחוריהן, כ׳מצוות שמעיות׳.

פרק ט"ו בספר ויקרא מהווה מקור ראשוני למינוחי הטהרה בשפה העברית ובספרות ההלכה. בתיאור דם שזב מן האישה ומטמא אותה, מזוהה הזבה גם עם הנידה: "וְאִשָּׁה כִּי תִהְיֶה זָבָה, דָּם יִהְיֶה זֹבָהּ בִּבְשָׂרָהּ, שִׁבְעַת יָמִים תִּהְיֶה בְנִדָּתָהּ. וְכָל הַנֹּגֵעַ בָּהּ יִטְמָא עַד הָעָרֶב" (פסוק יא). דברים אלו מובאים לאחר שבראשית הפרק עומד הקשר לשוני אחר: "אִישׁ אִישׁ כִּי יִהְיֶה זָב מִבְּשָׂרוֹ, זוֹבוֹ טָמֵא הוּא" (פסוק ב).

כלומר, בתיאור ההתרחשות בגוף הגבר, מדובר על דבר שזב, נוטף **מ**בשרו, ואילו בתיאור ההתרחשות בגוף האישה, מדובר על דם שזב **ב**בשר. כבר בספרות התנאית עמדו על הבדל זה ושאלו על משמעות הדבר בהקשר של רגע ההיטמאות המדויק של האישה בעת נידתה.[[18]](#footnote-18) לכאורה יש כאן הוראות סותרות ביחס לזיבות הגוף. במשנה א של פרק ח במסכת נידה נאמר כי כתמים מטמאים לפי מיקומם בגוף ובבגד, בעוד שבמשנה ב אין התייחסות למיקום כלל, וטיהור הכתמים נעשה דרך תלייתם בהקשרים אחרים. הווי אומר, אין המיקום מטמא אלא מקור הדם מטמא, ולכן, אם יש סיבה אחרת לראיית הדם, הדם עצמו אינו מטמא. נקודה זו חשובה להבנה כי רק דם מן הרחם מטמא אבל דימומים אחרים, אינם מטמאים.[[19]](#footnote-19)

לפני שאשוב לדיון המשנאי, אבקש להתמקד לרגע ב'הרגשה' עצמה ובהתגלגלות המונח על מורכבותו. הלכות נידה המובאות בטור ובשולחן ערוך, פותחות למעשה בדין 'הרגשה'.[[20]](#footnote-20) עצם הגדרת האישה כנידה תלויה באופן מרכזי בשאלת הרגשתה: "אישה שיצא דם ממקורה, בין באונס בין ברצון, טמאה, והוא שתרגיש ביציאתו". גדרי הרגשה אלה נתונים במחלוקת פוסקים: מצד אחד ניצבים אלו המגדירים 'הרגשה' כתחושות גופניות ספציפיות, ומנגד ניצבים אלו המצמצמים את כל תשומת לב של האישה למצב של דימום וסתי.[[21]](#footnote-21)

ניכר אם כן שדין 'הרגשה' הוא העומד במרכז הדיון של הנידה. לפי זה, מדאורייתא אישה שאינה מרגישה בתחילת הדימום הווסתי לא תיאסר כלל.[[22]](#footnote-22) הלכה למעשה יש החולקים וסוברים שההרגשה היא רק סימן אחד מני רבים ואוסרים גם אישה שלא הרגישה בתחילת הדימום הווסתי. אשר על כן, דין הרגשה הוא משמעותי במיוחד לפסיקת הלכה למעשה: שהרי הוא עשוי להבחין בין מקרה שייחשב מדאורייתא, ובו יש להחמיר במצב של ספק, ובין מקרה שייחשב מדרבנן, ובו ניתן להקל במצב של ספק. מכיוון שהשימוש בדין זה מתקיים בעיקר במצבים של שאלות על כתמים, ושאלות אלו מרובות, יש לתת את הדעת על אפשרויות המענה בכגון זה.

השאלות על קיומה של ההרגשה (רגע ההיטמאות) ועל מהימנות הדיווח עליה, מלוות את הדיון התלמודי ולאחר מכן את שלשלת הפסיקה. בכל פעם שאישה שואלת אם היא אסורה או מותרת, היא נדרשת להשיב לעצמה, לרב או לרבנית – האם הייתה הרגשה או לא. כפי שנראה, שאלת ההרגשה משפיעה משמעותית הן על שורת הדין ההלכתית והן על תודעת האישה ביחס לגופה שלה. [[23]](#footnote-23)

באופן פרדוקסלי, ההלכה יצרה הבחנה ברורה בין 'הרגשה' ובין 'הרגשת ההרגשה': הגמרא דנה במספר מקרים שבהם לא הייתה הרגשה, ובכולן מסבירה כיצד ההרגשה 'עצמה' הייתה, אולם מסיבה כלשהי האישה לא הייתה מודעת לאותה ההרגשה. כלשונו של רש"י, הגמרא חוששת באופן עקבי למצב של ״ארגשה ולאו אדעתה״, – הרגישה ולא ידעה שכך מתרחש בה.[[24]](#footnote-24)

מסקנה זו באה לידי ביטוי בולט אצל הרמב"ם, שקובע את הכלל "חזקת שבא בהרגשה": בכל מקרה שמוצאת האישה דם בתוך גופה, ולא על בשרה, מניחים שהוא בא בהרגשה.[[25]](#footnote-25) על פי דברי הגמרא יש לפרש, שכנראה התלוותה ליציאת הדם גם הרגשה, והרגשה זו אף יכולה להיות הרגשת הבדיקה עצמה. במילים אחרות, באה ההלכה ו"פוסקת" לאישה שלא הרגישה ביציאת דם הווסת מימיה – שלמעשה בכל חודש הייתה הרגשה, ובמקרה אותה הרגשה באה בדיוק ביחד עם הרגשה אחרת מנטרלת, או שיציאת הדם התלוותה דרך פלא לעיתוי הבדיקה הפנימית באופן חוזר ונשנה. לכך יש משמעות עבור דיני כתמים ולכאורה אף ביחס לווסת שבאה בלא הרגשה. אולם חכמים קבעו שישנם מצבים בהם אין ׳הרגשה של ההרגשה׳ והרמב״ם דלעיל פותר את המצב בו הווסת מגיעה שלא בהרגשה, לחומרה.

מדיון 'סתם התלמוד' במקורות התנאיים השונים שהובאו לעיל עולה שישנם ארבעה סוגי הרגשה: ההרגשה הדומה לתחושה של יציאת שתן (נידה ג ע"א); הרגשה הדומה לתחושה של מגע באמצעות עד בדיקה; הרגשה הדומה לתחושה של מגע באמצעות איברו של האיש; וקטגוריה נפרדת של הרגשה העשויה להתרחש אף ללא מודעות. טיעון אחרון זה עומד בסתירה לכאורה למה שלמדנו מסוגייתנו: בעוד הסוגיה שם מלמדת שההרגשה כרוכה בחוסר נעימות פיזי שמעיר אישה משנתה, הסוגיה כאן מלמדת שמדובר בתחושת גוף שאפשר כלל לא לשים לב אליה. ייתכן שדברי סתם התלמוד בשתי הסוגיות נאמרו אגב השקלא וטריא וניסיונות התירוץ השונים, על מנת לפסוק הלכה יש ליישב בין הסוגיות כך שלא כל הסוגיות מקבלות את מלוא תוקפן למעשה.[[26]](#footnote-26)

## התפתחות דין הרגשה

השימוש במונח 'הרגשה' לתיאור רגע היטמאות האישה בטומאת נידה, נעדר מהספרות התנאית. הסוגיות התנאיות נעות במתח שבין הקשב לתחושותיה של האישה עצמה, ובין ההישענות על פרמטרים אובייקטיביים.[[27]](#footnote-27) כך למשל, נפתח פרק ח במסכת נידה בדרכים להקל בהחשבת דם כדם נידה, מתוך שאיפה לטהר את האישה. במשנה א נאמר כי הקביעה אם כתמי דם טמאים או טהורים מושפעת מהמקום שבו הם נמצאים ('כנגד בית התורפה טמאה, ושלא כנגד בית התורפה טהורה'). המשנה מניחה שלא כל דם שנמצא על גוף האישה או על בגדיה, מקורו ברחמהּ, ויכולות להיות נסיבות אחרות להימצאותו, כפי שמפרטת משנה ב:

ותולה בכל דבר שהיא יכולה לתלות. שחטה בהמה חיה ועוף, נתעסקה בכתמים או שישבה בצד העסוקים בהן, הרגה מאכולת – הרי זו תולה בה.   
עד כמה היא תולה?   
ר' חנינא בן אנטיגנוס אומר, עד כגריס של פול, ואף על פי שלא הרגה. ותולה בבנה או בבעלה.   
אם יש בה מכה והיא יכולה להגלע ולהוציא דם, הרי זו תולה בה.

המשנה מציינת סיבות שונות למקור דם שאינו מן הרחם, ובכך יוצרת כלי החורג מגדר הכרעה הסתברותית: מדובר בהתוויית קו הלכתי המבקש להקל ולטהר את האישה בכל דרך ועל כן מכונה, אמתלא: "תולה בכל דבר שהיא יכולה לתלות".

בסיפור המובא במשנה הבאה (ג) מומחשת מגמה זו:[[28]](#footnote-28)

מעשה באשה אחת שבאת לפני רבי עקיבה. אמרה לו ראיתי כתם. אמר לה שמא מכה היתה ביך? אמרה לו הין וחיית. או שמא יכולה היא להיגלע ולהוציא דם? אמרה לו הין וטיהרה רבי עקיבה. ראה תלמידים מסתכלים זה בזה. אמר להם, מה לדבר קשה בעיניכם שלא אמרו חכמים בדבר להחמיר אלא להקל, שנאמר**: 'ואשה כי תהיה זבה דם יהיה זובה בבשרה' –** ולא כתם.[[29]](#footnote-29)

דברי ר' עקיבא הם יישום ברור )ואף שהם מופיעים לאחר משנה ב, אולי הם אף המקור לכלל המופיע בה(. הוא מטהר את האישה באותה לשון ובאותו נימוק המוזכר במשנה: "יש בה מכה והיא יכולה להגלע ולהוציא דם הרי זה תולה בה". תשובתו לפליאה של תלמידיו, היא פירוש לעיקרון ה'תלייה', שכן הוא מבחין בין זרימת דם מתוככי הגוף לבין הכתמה גרידא: זרימה קולחת של דם מהרחם אוסרת בפשטות, ואילו בכתם, עלינו להשתדל כמיטב יכולתנו לתלות את הופעתו בנסיבות אחרות, שהרי 'לא אמרו חכמים הדבר להחמיר אלא להקל'. דבריו אלו של ר׳ עקיבא הם שהבדילו בין זיהוי ׳דם׳ המוביל לאיסור לבין האפשרות של ׳כתם׳ העשוי לטמא אך גם לטהר.[[30]](#footnote-30)

כאשר הדיון המשנאי מתגלגל אל התלמוד הבבלי, הוא מופיע לראשונה בהקשר של 'הרגשה' בדברים המיוחסים לשמואל (נידה נז ע"ב): "אמר שמואל: בדקה קרקע עולם וישבה עליה, ומצאה דם עליה – טהורה, שנאמר 'בבשרה' – עד **שתרגיש** בבשרה". שמואל מתאר מקרה של אישה שבדקה שהקרקע נקייה, התיישבה עליה, וכשקמה – ראתה עליה דם. לכאורה, דווקא לאור המשנה לעיל, הדם בהכרח יצא ממנה, ובכל זאת שמואל מטהר אותה בדרשה חדשה על אותו הפסוק שדרש ר' עקיבא: "'בבשרה' –  עד שתרגיש בבשרה". כלומר, עד שתרגיש האישה התרחשות בבשרה, בגופה וכנראה **בתוך** גופה.[[31]](#footnote-31) בהמשך מרחיב הדיון התלמודי בדברי שמואל את אותו העיקרון ומניח שדבריו אינם אמורים דווקא בכתם שנמצא על קרקע עולם אלא גם מקרים שבהם האישה רואה את הדם על גופה שלה. הגמרא מגבילה עיקרון זה על ידי הקביעה שדם שנמצא בנסיבות שיכולות להעלים את תחושת ההרגשה, כגון בדיקה פנימית, עדיין נחשב דם מטמא.[[32]](#footnote-32)

למרות דברים ברורים אלה, בסופו של דבר, מביאה הגמרא שתי דעות אמוראיות שמשנות שוב את ההבנה הראשונית שנובעת מדברי שמואל: רבי ירמיה מדפתי מסביר ששמואל מודה שהאישה אסורה מדרבנן, כלומר, שהיעדר ההרגשה מספיק כדי להגדיר את הדם כדם ולא ככתם, אך לא להגדיר אותו ככתם טהור – אם כשיטת רש״י שהיא אסורה רק מתוך חשש שאכן הייתה הרגשה ודעתה לא הייתה על כך (׳ארגשה ולאו אדעתה׳), ואם כשיטת תוספות שהאישה אסורה מדרבנן אף בלא הרגשה כלל (בבלי נידה נח ע"א, ד"ה מדרבנן) ואילו היה ניתן לדעת בוודאות שלא הייתה הרגשה - האישה הייתה מותרת (שם ד"ה מודה שמואל). רב אשי לעומת זאת, מבין את דברי שמואל באופן מוגבל יותר: הוא אכן טיהר דווקא במקרה של דם שנמצא על האדמה, ולא על כתם שנמצא על גוף האישה. בכך הוא מצמצם בחזרה את דברי שמואל כאמורים רק לגבי כתם שנמצא מחוץ לגוף האישה. על כך ארחיב עוד לקמן.

בפועל, הדיון בדברי שמואל בפוסקים הראשונים, מרחיב את החלוקה שבין 'כתם' ל'דם', ומשנה אותה משמעותית. אם לאור דברי רבי עקיבא ניתן היה לסבור שההבדל הוא החילוק הפשוט שבין דימום שוטף ובין כתם סטטי, לאור דברי שמואל הבינו פרשנים רבים שדם שבא בלא הרגשה **בהכרח** מוגדר ככתם, שטומאתו מדרבנן ולא מדאורייתא. כך, לדוגמה, כותב הרמב"ם:

אין האשה מתטמאה מן התורה בנדה או בזיבה **עד שתרגיש** ותראה דם ויצא בבשרה כמו שביארנו ותהיה טמאה מעת שתראה ולהבא בלבד, **ואם לא הרגישה** ובדקה ומצאה הדם לפנים בפרוזדור הרי זה בחזקת **שבא בהרגשה** כמו שביארנו.

ומדברי סופרים שכל הרואה **כתם דם** על בשרה או על בגדיה **אף ע"פ שלא הרגישה** אף על פי שבדקה עצמה ולא מצאה דם הרי זו טמאה וכאילו מצאה דם לפנים בבשרה, וטומאה זו בספק שמא כתם זה מדם החדר בא.[[33]](#footnote-33)

מפרשי הגמרא הראשונים והאחרונים נחלקו גם הם בשאלה האם דין הרגשה קשור רק לאימות מקור הדם ('סימן'), או שמא הוא דין חיובי נוסף על גביו ('סיבה'). לפי התוספות רי"ד, לדוגמה, דין הרגשה רק מביא לוודאות שהדם בא מגוף האישה, ולא ממקור אחר: "אבל אם לא הרגישה שיצא מבשרה, כגון זה שנמצא הדם בקרקע טהורה היא דאומר לא בדקה יפה **ובקרקע הוה האי דם מעיקרא**..." (נידה נז ע"ב). גם בין האחרונים ניתן למצוא סברה דומה, כשרבי אלחנן אשכנזי, בעל ה'סדרי טהרה', מפורסם כדוגל בטענה זו.[[34]](#footnote-34) לעומת זאת, פרשנים אחרים טוענים שדין הרגשה הוא גדר עצמאי בהלכות נידה. כך למשל, בהקדמת ספרו 'פרדס רימונים', מביא הרב משה יצחק אביגדור טענות ומובאות רבות שמהן עולה כי דם שיצא בלא הרגשה, גם אם יש ודאות שהוא בא מהמקור – מטמא מדרבנן בלבד.[[35]](#footnote-35)

דיונים אלו נשענו למעשה, כפי שראינו, על הדיון התלמודי המורחב בדברי שמואל, **שמציב את דין הרגשה כקריטריון יסודי בהבחנה שבין כתם לדם**, וממילא גם בין איסור דאורייתא לאיסור דרבנן. אולם, חוקרים בני זמננו הציעו קריאה ביקורתית יותר במהלך התלמודי, ממנה עולה הסבר אחר לדברי שמואל. עדיאל כהן במאמרו,[[36]](#footnote-36) וכן איילת הופמן ליבזון במחקרה,[[37]](#footnote-37) טוענים כי דין הרגשה אינו הולם את תפיסת התלמוד הבבלי באשר להלכות נידה, ואינו מתיישב עם דברי האמוראים בסוגיה. לפיכך הם מציעים שהנימוק המדרשי "עד שתרגיש בבשרה" – אינו מדבריו המקוריים של שמואל, כי אם תוספת להם.[[38]](#footnote-38) ואכן, דברי שמואל אינם מחדשים את הצורך ב'הרגשה' כפרמטר לקביעת נידה דאורייתא, אלא הם ממשיכים את העיקרון הנמצא במשנה א, הקובעת את טומאתו וטהרתו של הכתם לפי מקום הימצאו. לדבריהם, הדרישה שתהיה 'הרגשה' כדי שהאישה תהיה טמאה, אינה חלק מההלכה האמוראית האותנטית אלא תוספת סתמאית. ועל כן, ניסיון ליישב בין ה'הרגשה' ובין המציאות בפועל של (כביכול) היעדר הרגשה, נידון לכישלון מניה וביה.[[39]](#footnote-39)

לפי קריאה זו, חידוש דין 'הרגשה' בנידה ופירוש המימרא של שמואל לאורו, נועדו לדמות את דין הנידה לדין טומאת בעל קרי, שלגביו אנחנו מוצאים מימרא מפורשת של שמואל: 'אמר שמואל: כל שכבת זרע **שאין כל גופו מרגיש בה** – אינה מטמאה' (נידה מג ע"א). הסתמא דגמרא קרא אפוא את דברי שמואל לגבי נידה לאור דבריו על בעל קרי, ומתוך כך יצר דין חדש בהלכות נידה – 'הרגשה'.[[40]](#footnote-40)

כמו ספרות הרפואה היוונית והרומית הקדומה, גם חז"ל נטו לתפוס את הפיזיולוגיה הנשית כווריאציה על הפיזיולוגיה הגברית.[[41]](#footnote-41) השלכה זו מהאנטומיה הגברית על הנשית, מופיעה גם בתיאור מערכת הרבייה הנשית כמקבילה פחות או יותר לזו הגברית,[[42]](#footnote-42) וכך גם המושג ההלכתי 'דם חימוד' נראה בפשטות כהשלכה מהגוף הגברי על התרחשות בגוף הנשי.[[43]](#footnote-43)

יישום ההשלכה מהגבר אל האישה טומנת בחובה השלכות מרחיקות לכת, ודאי במקרה דנן. הקריאה שמציעה חוקרת התלמוד שרלוט פונרוברט בהקשר זה מאירת עיניים ממש. פונרוברט, עמדה על כך שגוף האישה בטקסטים הלכתיים, נידון לרוב במטפורות השאולות מעולם הארכיטקטורה. מונחים אלה, לדידה, מעצבים את גוף האישה כחסר חיים משל עצמו אלא כאתר ארכיטקטוני, המהווה מקום לדיוני חכמים.[[44]](#footnote-44) לצד זאת, היא מדגישה את האופנים שבהם ההסתרה המובנית של המתרחש ברחם מובילה לתיאור הגוף הנשי כישות בעלת חיים, חישה ומוּדעות. במילים אחרות, ה'בית' אמנם נראה חסר חיים כשמביטים בו באספקלריה הגברית, אך לאמיתו של דבר מבנה העומק מבהיר לנו כי הוא אינו ריק.

בהמשך לכך פונרוברט, טוענת כי הדגשת שמואל את חשיבות ההרגשה, מציבה חלופה לאובייקטיביזציה של הגוף הנשי ונותנת מקום ונוכחות לחוויה הסובייקטיבית הנשית.[[45]](#footnote-45) לאור תובנות אלו, ועל אף ההבדלים בין תמונת העולם הפיזיולוגית שעומדת בבסיס דברי התלמוד ובין הרפואה המודרנית, אפשר לומר שברעיון ה'הרגשה' שבהלכות נידה יש פוטנציאל לגילוי והנכחה משמעותית של הסובייקטיביות הנשית בשפה ההלכתית.[[46]](#footnote-46)

ניסיון נוסף להבנת הפריזמה דרכה מעוצבת האישה בשיח הרבני נובע מדבריה של מיכל הרטמן. הרטמן בוחנת את תחום הנידה כפריזמה שדרכה מעוצבת האישה בשיח הרבני.[[47]](#footnote-47) היא מראה כיצד הנרטיב התלמודי על הנידה מעצב לא רק את היותה של האישה 'רעיה', הנבחנת ביחס לבן זוגה, אלא גם מעניק לה סובייקטיביות דתית, על ידי יציקת קטגוריה של ציוויים והגבלות הממוענים ישירות אליה: "החובה לשמור את הלכות הנידה לא ניתנה לנשים רק בגלל ההתקשרות של אותם החוקים לחובות אחרות שבתחום הפרטי; נידה ניתנה לנשים בגלל שווסת היא חוויה נשית ייחודית, תופעה ביולוגית שמתרחשת בגוף שלהן ושלהן בלבד".[[48]](#footnote-48) לדבריה של הרטמן מצטרפים מחקריה השונים של אורית אבישי, אשר בוחנת את האופן שבו תופסות נשים את קיום הלכות הנידה, ומתוך כך בוחנת בביקורתיות את הנחות המוצא לגבי המשמעות של מבנים חברתיים שמרניים מפריזמה פמיניסטית ובמיוחד את ה"סוכנוּת" (Agency) של נשים הפועלות בתוכם.[[49]](#footnote-49) מסקנתה של אבישי היא כי נשים המקפידות על הלכות נידה אינן דמויות פסיביות הכנועות למבנה החברתי הפטריארכלי, כפי שיש מי שישערו, לדבריה:

כשהן מתמרנות בין מסרים המוּפצים בקהילות שלהן על נשיוּת אורתודוקסית וחילונית, המשיבות שלי היו **רחוקות מלהיות אסקופה נדרסת** (Opressed Doormats) – רובן לא השתתפו בהיענות אסטרטגית או בהתקוממות אקטיבית. במקום זאת, הנרטיבים שלהן מציעים תיאוריה של שמירת מצוות שכוללת בתוכה את ההבניה והביצוע של זהות אורתודוקסית כנגד הדימוי של האחר החילוני. **אורתודוקסיה, או דתיות, מתגלית הן ככיוון והן כשאיפה – בשני המקרים, כקונסטרוקטיבית**.[[50]](#footnote-50)

לפיכך, בבואי לחקור את ספרות ההלכה החז"לית, את השתלשלותה ואת ההתקבלויות הטקסטואליות והפרקטיות, אני מציעה להותיר מאחור את הדיכוטומיה האבסולוטית המשתמעת משיח של 'דיכוי' מובהק. מכל האמור לעיל עולה כי בין ההלכה ומנגנוני הכוח שהיא מסורה בידיהם ובין הסובייקט שנדרש לקיים את ההלכה מתקיים סוג אחר, רחב יותר, של שיח ושל יחסים. לצד הכוח יש בו חוויה, סוכנות (Agency) פרטית וקהילתית, ואף ניהול משא ומתן מעמיק על משמעויות המסר. ניתוח שאינו מתייחס לנקודות אלה עשוי לשגות הן בתיאור העובדתי של מצבי העניינים והן ביכולתו לפנות כדבעי לנשים ואנשים הנמנים על קהילות המחויבות להלכה.

על כל פנים, חידוש דין ההרגשה – בין אם חודש על ידי שמואל עצמו ובין אם בתקופה מאוחרת יותר – נתקל בבעיה ממשית כשמעמידים אותו מול המסורות התנאיות שבהן, כאמור, לא הוזכרה ההרגשה כלל כפרמטר. עניין זה טרד את התלמוד וניתן למצוא בו מגמות של ניסיון להוכיח את קיום ההרגשה גם במקורות התנאיים, בדבר קביעת טומאתה או טהרתה של האישה, ומנגד להעלות קושיות המבקשות לבטל את החידוש של שמואל. כפל־פנים זה מעמיד את שאלת ההרגשה כתחום של טשטוש גבולות, שבו הפסיקה ניצבת לעיתים במעין בלבול, דווקא מאחר שהיא מסתמכת על תחום שהופקע ממנה באמצעות הסוכנות של האישה, של עולמה הרגשי־חווייתי ושל הנובע ממנו.

לאור דברים אלה מתבהרות גם שלוש הקושיות הראשונות במסכת נידה דף נז ע"ב. הקושיות עוסקות באישה הרואה דם בעודה עסוקה בפעילות אינטימית: הטלת מי רגליים, בדיקה פנימית באמצעות 'עֵד' וקיום יחסי אישות. בכולן, טוען המקשן, אין דין הרגשה, ובכולם עונה לו התרצן, שבמקרים אלה אין מתחשבים בשאלה אם הייתה הרגשה או לא, משום שלא ניתן לסמוך על עדותה של האישה אם תטען ש'לא הרגישה', שכן היה מקום לבלבול עם תחושה גופנית אחרת. דין הרגשה מושווה אם כן לשלוש הרגשות אחרות הקשורות באיבריה האינטימיים של האישה, במטרה לפוגג את הערפל הסובייקטיבי שעלול להביא את ההלכה למצב בו היא מופקעת מאפשרות של פסיקה. [[51]](#footnote-51)

הקושיה הרביעית מביאה ברייתא העוסקת באישה שנמצא ספק־כתם על בשרה, ופוסקת ש"במגעות ובהיסטות הלך אחר הרוב". המקשן מציע: "מאי הלך אחר הרוב? לאו אם רוב ימיה טמאין – טמאה, ואף על גב דלא ארגשה?!", אך הסוגיה מתרצת: "לא, אם רוב ימיה בהרגשה חזיא – טמאה, דאימור: ארגשה ולאו אדעתה". תירוץ זה הוא חלון הצצה נוסף לאופן שבו הסתמא מפרש את ה'הרגשה': הוא מניח את מבנה הבסיס, ועל פיו חלק מהנשים רגילות להרגיש ביציאת הדם וחלקן לא. וקביעת הברייתא שלפיה יש 'ללכת אחר הרוב', נסבה על אישה הרגילה להרגיש בעת ראיית הדם שלה, ולכן יש להניח שהרגישה גם כאשר ראתה כתם בלבד.

מכאן, כפי שטוענת פונרוברט, נובעת מגמת ה'סתמא' הברורה: היא מבקשת לטשטש ולנטרל את החידוש מרחיק הלכת של דין 'הרגשה', אשר במקורו נתן מלכתחילה ביטוי מילולי קצר לתחושות הלא מתומללות של נשים בשעת וסתן. ה'סתמא' מבקשת לפרש את ה'הרגשה' הנשית לפי חישות א־מגדריות: יציאת מי רגליים, הכנסת עד ויחסי אישות. התירוץ הרביעי מצמצם את דברי שמואל במידה רבה עוד יותר: הוא מניח שההרגשה שוב לא מסתכמת בעניין סובייקטיבי, אלא הסתברותי. מה שקובע הוא לא האישה עצמה כי אם ההרגל – האם אישה רגילה להרגיש, ולא אם הרגישה או לא הרגישה ספציפית במקרה זה. מתוקף כך, ההרגשה הספציפית כלל אינה חשובה, כי מבחינה הלכתית הדבר נחשב בכל מקרה כאילו הרגישה.[[52]](#footnote-52)

בשתי הקושיות האחרונות המקשן מצטט שוב מקורות תנאיים שמהם עולה כי מיקום הכתם הוא המשתנה הקובע את הטומאה, בלא התייחסות להרגשה. בשני מקורות אלה אין רמז במשנה שעליו ניתן לתלות את היעדר ההרגשה בנסיבות כמו הרגשה חיצונית או רגילוּת האישה, והגמרא נסוגה אפוא מההבנה הראשונית של דינו של שמואל כפי שהבינו אותו בהתחלה, וממקמת מחדש את דברי האמוראים הנזכרים לעיל, רב ירמיה מדפתי ורב אשי, בהבנה אחרת של דבריו: רב ירמיה מדיפתי מבאר שה'הרגשה' נצרכת רק בשביל לקבוע טומאה מדאורייתא, אך גם ראיית דם על ידי האישה בלא הרגשה – מטמאת מדרבנן. כך, רב ירמיה מדפתי מרכיב את דברי שמואל עם המקורות התנאיים, באמצעות הבחנה בין רובדי חיוב שונים. לעומתו, דברי רב אשי הסומך את שמואל על ר' נחמיה – מבארים מחדש, לפי רש"י והרא"ש, את דברי שמואל ואת משמעות ההרגשה בדבריו: הוא טיהר את הכתם על האדמה לא משום שלא הייתה הרגשה, אלא משום שהכתם היה על דבר שאינו מקבל טומאה.[[53]](#footnote-53) קריאה זו במימרת שמואל, מציינת פונרוברט, היא הצעד האחרון והקיצוני ביותר בניסיונה של הסוגיה לרסן את רעיון ה'הרגשה'.[[54]](#footnote-54)

למרות שניתן לטעון כי כל מטרת הסוגיה היא ל'משמע' את רעיון ה'הרגשה', גם אם ניתן לקבל פרשנות זו בהבנת מהלך הסוגיה התלמודית עצמה, נוכל לומר שמגמת סתם התלמוד לצמצום דין 'הרגשה' לא צלחה.[[55]](#footnote-55) ראשית, כפי שמראה פונרוברט עצמה, סוגיית הפתיחה למסכת נידה משתמשת ברעיון של 'הרגשה' כדי להסביר את השיטה (הדחויה) בסוגיה אחרת ('כל הנשים דיין שעתן', משנה נידה פ"א מ"א), וכאמצעי רטורי. כך סוגיית הבבלי משמרת את 'ההרגשה' בשיח ההלכתי, ומבקשת במקביל לקבע את מקומה בשולי שיח זה.[[56]](#footnote-56) שנית, וחשוב מאוד לענייננו, משום שלפי הקריאה של התוספות והרשב"א, גם רב אשי לא חלק על עיקר דין 'הרגשה'. למעשה, הוא גם קיבל את דברי רב ירמיה מדפתי שבהיעדר הרגשת האישה יש טומאה דרבנן. רב אשי רק הוסיף על דבריו, שבמקרה שאין הרגשה והכתם היה על דבר שאינו מקבל טומאה – האישה טהורה לגמרי, אף מדרבנן.[[57]](#footnote-57) קו פרשנות זה, שלפיו דברי רב אשי אינם סותרים את דין הרגשה, הוא שעיצב את פסיקת הרמב"ם, הטור והשולחן ערוך, המביאים להלכה את ההרגשה כפרמטר לקביעת טומאה מדאורייתא. לצידה הוא מנכיח הן את דברי רב ירמיה מדפתי, הטוען שגם כשאין הרגשה – האישה טמאה מדרבנן, והן את דברי רב אשי, על פי ההבנה שהוא מטהר לחלוטין כתמים על דבר שאינו מקבל טומאה.[[58]](#footnote-58)

לסיכום, הדרישה של שמואל ל'הרגשה' של האישה כתנאי לקביעת טומאה בכתמים, אמנם צומצמה במידה ניכרת, אך עדיין נותרה בעלת תוקף של דין דאורייתא ובעלת חלק מרכזי בעיצוב דיני נידה בשדרת הפסיקה המרכזית. לכן, היא המשיכה להעסיק את הפוסקים בשאלה מהי אותה 'הרגשה' שהופכת מתנאי סובייקטיבי ופרטי, לממוסד ורגולטיבי, חלק אינטגרלי מהפסיקה, אף שאינה הנימוק המרכזי המוליך אליה.

## פסיקת דין 'הרגשה'

### בירורי הראשונים בטיב ה'הרגשה'

לאחר חתימת התלמוד מעמדו של דין ההרגשה לא נדחה אלא התעצם ואף תפס מקום מרכזי יותר בדיוני המפרשים והפוסקים. התעצמות זו באה לידי ביטוי בחומרה של ר' ישראל איסרלן, בעל 'תרומת הדשן', מאחרוני ראשוני אשכנז, שחידש שאישה שחשה שנפתח מקורה ולאחר מכן בדקה את עצמה ולא מצאה מראה דם כלל, היא טמאה, שכן ההרגשה היא "סברא דאורייתא", ובהינתן הרגשה אנו מניחים שהיה מעט דם והאישה לא הבחינה בו או שהוא נספג ונעלם וכלשונו: "דודאי יצא טיפת דם כחרדל ונתקנח או נימוק" (סימן רמו).

ר' יוסף קארו הזכיר את חומרת התפיסה שמובעת בתרומת הדשן בחיבורו בית יוסף.[[59]](#footnote-59) יחד עם זאת, הוא בחר להכניסה לשולחן ערוך, גם אם לא בתור פסק מוחלט: "ואם הרגישה שנפתח מקורה להוציא דם ובדקה אחר כך ולא מצאה כלום, יש מי שאומר שהיא טמאה".[[60]](#footnote-60) עמדה מובהקת יותר מביעים גם הט"ז (ר' דוד הלוי סגל), החוות דעת (ר' יעקב מליסא), תורת השלמים (ר' יעקב ריישר) והכרתי ופלתי (ר' יונתן אייבשיץ) קיבלו חומרא זו והצדיקו אותה.[[61]](#footnote-61) אולם פוסקים מרכזיים אחרים (הרמ"א, הרדב"ז והיעב"ץ) הסתייגו ממנה או דחו אותה לגמרי.[[62]](#footnote-62)

החומרא של תרומת הדשן התקבלה תחת סייגים שונים וגם בקרב הפוסקים שקיבלו אותה הוצעו מקרים יוצאי דופן: ב'מסולקת דמים' (מעוברת ומיניקה),[[63]](#footnote-63) בהרגשות שאינן פתיחת פי המקור,[[64]](#footnote-64) במקרה שהאישה בדקה מיד ולא מצאה כלום,[[65]](#footnote-65) ביצירת חזקה של הרגשה במראה טהור,[[66]](#footnote-66) ועוד.[[67]](#footnote-67) ולענייננו – בין אם התקבלה חומרת תרומת הדשן, ובין אם נדחתה או צומצמה – עצם הדיון ההיפותטי באפשרות לאסור אישה על בסיס הרגשתה בלבד, בלי ראיית דם, מורה על מקומה המרכזי של ההרגשה בהלכות נידה בשיח ההלכתי הבתר־תלמודי.

העיסוק הנרחב ב'הרגשה' מעלה שאלה בסיסית ועקרונית, שלא נידונה בסוגיה התלמודית עצמה: מהי למעשה אותה 'הרגשה'? מעבר לדימויה לתחושות פיזיולוגיות שונות באיבריה האינטימיים של האישה (כמתואר לעיל), הדיון לא מסגיר לידינו תיאור קונקרטי של הרגשת הנידה. גם בדברי חלק מהראשונים הרגשה זו מתוארת באופן כללי כידיעה או כשימת לב. דוגמאות בולטות בהקשר זה מופיעות למשל אצל רש"י, שכתב על אתר: "מרגשת – שנט"ר בלע"ז. כלומר יודעת בעצמה כשיוצא דם ממנה". לדבריו, מדובר אפוא בסוג של תשומת לב. תיאור דומה אנו מוצאים בתוספות רי"ד הכותב: "עד שתרגיש בבשרה פי' דוקא אם הרגישה וידעה שיצא הדם מבשרה אז היא טמאה".[[68]](#footnote-68) היעדר הצורך של הסוגיה התלמודית ושל ראשונים אלה לתאר את ההרגשה במדויק, יכול ללמד שהקביעה הקונקרטית לגבי אילו תחושות פיזיות יוגדרו כהרגשה, הייתה אולי הלכה שנמסרה לנשים. היעדר הדיון החז"לי המפורט בהרגשה עשוי להדגיש את ההתנגשות הבלתי נמנעת שבין הדרת הנשים ממרחבי הדיון ההלכתי ובין העובדה הפשוטה שהלכות נידה תלויות בגוף הנשי וממילא גם בהיכרות הבלתי אמצעית שלהן איתו.[[69]](#footnote-69) אחרי הכול, רק האישה יודעת בעצמה ובגופהּ, אם תחושה מסוימת קשורה ביציאת הדם אם לאו.[[70]](#footnote-70)

הפער הבלתי נמנע שתואר כאן הוביל חלק מהראשונים לנסות להגדיר באופן מדויק יותר את ההרגשה, למשל בתוספות על נידה ג ע"א: "מרגשת בעצמה – פירוש כשנעקר דם מן המקור". התוספות מתארים כאן תחושה שקשורה בעקירה; הדם אינו מטמא כל עוד הוא בתוך הרחם, רק יציאתו החוצה היא הגורמת לטומאה, וממילא ההרגשה אמורה להתרחש בדיוק ברגע זה.[[71]](#footnote-71) תיאור דומה אך שונה במובנים אחדים, ואולי ברור עוד יותר, אנו מוצאים בתוספות במקום אחר (נידה ד ע"א): "שהמקום סתום וכשהדם יוצא נפתח והיה לה להרגיש". לפי תיאור זה, יציאת הדם מלווה בפתיחת הרחם, שאמורה לעורר תחושה כלשהי באישה. לשון התוספות השפיעה כנראה גם על לשון השאלה המופיעה בתרומת הדשן: "אישה שהרגישה בעצמה שנפתח מקורה להוציא דם".[[72]](#footnote-72) ה'הרגשה' לפי שיטה זו, היא הרגשה של 'היפתחות הרחם' ויציאת הדם ממנו.[[73]](#footnote-73) הרמב"ם כותב תיאור אחר: "הרגיש גופה ונזדעזעה" (הלכות איסורי ביאה פרק ה, הלכה יז). תיאורים קונקרטיים אלה הוטמעו בלשון השולחן ערוך וניכר שהוא ראה בשניהם פירושים הלכתיים לגיטימיים למושג ה'הרגשה'.[[74]](#footnote-74)

התיאורים השונים הנובעים כאמור מהדיון המורכב בתלמוד ומהפער בין ההלכה והמסורת, מלווים לעיתים דיונים הלכתיים עד ימינו, ומגיעים פעמים רבות לספק בהוראת הלכה למעשה, כאשר הכרעת הדין עשויה לקבוע אם עומדת על הפרק חומרת איסור דרבנן או דאורייתא, ובמשתמע איזו הכרעה צריך לקבל במקרים של 'הרגשה' על הסתעפויותיהם.

### תהליכים חדשים בהבנת ה'הרגשה' בתקופת האחרונים

בתקופת האחרונים התרחשה תופעה חדשה בתולדות המושג 'הרגשה' – לראשונה נוצר ממשק בין השפה ההלכתית שעוצבה על ידי גברים, לבין נשים 'ממשיות' שהעידו על טיב ההרגשה שלהן כנשים.[[75]](#footnote-75) מפגש זה יצר צורך לעצב ולהבין מחדש את ההגדרות ההלכתיות.

כפי שהראה הרב שלמה לוי,[[76]](#footnote-76) המפגש הידוע הראשון בנושא התחיל אצל המהרשש"ך, הרב שמואל שאטין כ"ץ, ששאל 'נשים שאננות'[[77]](#footnote-77) על טיב ההרגשה, והשיבו לו שאצל נשים שונות ההרגשה באה לידי ביטוי באופנים שונים, ושלפעמים ההרגשות מופיעות באופן מינורי ביותר. המהרשש"ך הסיק שבעבור אישה המרגישה הרגשות קטנות כאלה, יש לומר שהן אוסרות אותה מדאורייתא. כלומר, הוא לא הסתפק ב'הרגשה' המתוארת בספרים, אלא פתח את קטגוריית ההרגשה להגדרתן של נשים.[[78]](#footnote-78) וריאציה קיצונית יותר של דברי הנשים נזכרת בדברי ה'שב יעקב', ר' יעקב פופרש, הכותב: "קשה עלי להבין אותו הרגשה שנזכר בש"ס ופוסקים שהרגישה שנפתח מקורה ושאלתי להנשים ואין פותר לי רק שמרגישין שזב מהם דבר לח" (שם, יו"ד, סי' מ), וכן אצל תלמידו, ר' שניאור זיסקינד גונדרשהיים: "וכן שמעתי מנשים צדקניות דרוב נשים ורובא דרובא לא הרגישה ביצא דם מן המקור, ואם כן לשמואל ולפוסקים אחריו דאינה טמאה מן התורה עד שתרגיש ביטל חס ושלום אצל כמה נשים נידה דאורייתא".[[79]](#footnote-79)

פרשנות מרכזית חדשה ל'הרגשה' התלמודית היא של ר' יחזקאל לנדא, 'הנודע ביהודה', שחידש שאף "זיבת דבר לח בבשרה חשיב הרגשה, ולא בעינן הרגשת פתיחת המקור דוקא".[[80]](#footnote-80) פוסקים שונים הסתייגו מחידושו זה של הנודע ביהודה: יש שסירבו להחשיב 'זיבת דבר לח' כהרגשה כל עיקר,[[81]](#footnote-81) יש שהדגישו שהרגשה זו עשויה להיות קבילה רק במקרה שבו האישה אינה רגילה להפרשות לחות טהורות,[[82]](#footnote-82) ויש שסייגו 'הרגשה' זו רק לתחושה הפנימית של האישה שהדם היוצא מהמקור לפרוזדור, ולא לזרימת הדם בתוך הפרוזדור.[[83]](#footnote-83)

בניסיון למצוא את הדרך בין ההרגשה הפרטית לפסיקה הכללית, ר' יעקב מליסא, בעל ה'חוות דעת', אסף את ההרגשות הנזכרות לעיל לרשימה סגורה: "ודע דשלשה מיני הרגשה הם: אחד, כשמרגשת שנזדעזע גופה... ב', כשמרגשת שנפתח מקורה... והשלישית, נמצא בשו"ת האחרונים, כשמרגשת שדבר לח זב ממנה".[[84]](#footnote-84) דברים דומים כתב ר' אברהם צבי הירש אייזנשטט ב'פתחי תשובה', ככל הנראה בהשראת ה'חוות דעת'.[[85]](#footnote-85) ניסוחיהם של חכמים אלה מייצרים תנועה הלכתית כפולה: מצד אחד, הם פותחים פתח להכיר בריבוי סוגי ההרגשות, ולא מגבילים את ההרגשה לתחושה בלעדית אחת; מצד אחר, הם יוצרים למעשה רשימה סגורה של הרגשות: רק שלוש התחושות הגופניות המסוימות הללו עשויות להיחשב כ'הרגשה'.

החתם סופר, שהתנגד באופן עקבי ל'הרגשה' המתוארת אצל הנודע ביהודה, הוסיף לרשימה תיאור אחר: "ענין הרגשה הוא הרגשת הגוף והזדעזע באיברים ופתיחת פה"מ [=פי המקור] או עקוצה כעין עקוצה מ"ר [=מי רגלים] המצערים כשהם נעצרים".[[86]](#footnote-86) דבריו נסמכים כמובן, על הדימוי התלמודי שהוזכר קודם לכן, של יציאת מי רגליים, ובייחוד על התיאור הקצר המופיע בתחילת הגמרא במסכת נידה (ג ע"א), שמצמיד אל דימוי ההרגשה של מי רגליים אלמנט של צער: "ישנה נמי, אגב צערה מיתערא, מידי דהוה אהרגשת מי רגלים" [=ישנה גם כן, אגב צערה מתעוררת, כמו בהרגשת מי רגליים]. את דעתו מבסס החתם סופר לא רק על המקורות הספרותיים, אלא גם על ידע אנטומי: "דבאמת כשמצטערת ע"י [=על ידי] מ"ר [=מי רגלים] הוא קרוב למקום פה"מ [=פתיחת המקור] שראש השלפוחיות המונח על המקור מגיע עד כנגד פתח החדר כידוע למתחיל קצת בניתוח וכמבואר בציורי ספריהם מכל זה משמע בודאי דהרגשה ממש בעינן".[[87]](#footnote-87) הבנה אנטומית זו, המקרבת את הרגשת פתיחת המקור להרגשת עקצוץ מי הרגליים, מאפשרת לחתם סופר לעיתים לזהות ממש בין ההרגשות הללו. כך, ובאמצעות הסתמכות על התיאור הכללי והאמורפי בתפיסת הרמב"ם את ההרגשה כ'זעזוע האיברים', הוא למעשה מרחיב משמעותית את ספקטרום התחושות הנכללות בכלל 'הרגשה', תוך שימוש באותן הקטגוריות שפותחו בתלמוד ובראשונים.

ר' יחיאל מיכל הלוי אפשטיין, בעל ערוך השולחן, הושפע בתורו מהניסוחים של החתם סופר. אף הוא מתעמת באופן ברור עם טענות ה'נשים' שאינן מרגישות, וטוען בחריפות ש"הבל יפצה פי הנשים האלה ולא ידעי מאי קאמרי ורבותינו נאמנים עלינו יותר מהן. וגם אינן משקרות בדבריהן, אלא שאינן מבינות" (יו"ד, סי' קפג, סעיף סא), ויש לשים לב לכך שלמרות המעמד הסובייקטיבי, הוא עדיין קובע כי נשים לא מבינות את הרגשתן שלהן. בהמשך דבריו הוא מדמה את התהליכים הפיזיולוגיים של הוצאת הדם מהרחם לאלה של יציאת השתן מהגוף, בהתבסס על התיאור התלמודי:

ודע דכל דבר מותרות שבגוף שהגוף צריך לדחותם... שכשיגיע זמן דחיפתם לחוץ שיפתחו אז נקבי הפליטה שעד כה היו סתומים ולצורך דחיית המותרות נתפתחו ויוצאים לחוץ, כמו יציאה לגדולים ולקטנים וצואת החוטם ובאשה נתוסף גם הדמים מהמקור לדחיפת המותרות וזהו שהש"ס מדמה להרגשת מי רגלים מפני שסמוכים זל"ז [=זה לזה]...

**כמו שבאנשים אם נשאול לכמה בני אדם איך תרגיש בהתחלת הטלת מי רגלים המשכיל המבין דבר יאמר שמרגיש שנפתח המקום והמי רגלים יוצאים ורווח לו** ומי שאינו מבין לא יאמר רק שמרגיש שמי רגלים מתחילים לצאת. **כמו כן הנשים האלה אינן מבינות זאת, אבל פשיטא שלכולן כן הוא**. רק גם זה מובן שאין כל הטבעיות שוות יש שקלה אצלן הפתיחה ויש שקשה להן הפתיחה, כמו בלידה, יש נשים שבנקל יולדות ויש שבכבידות... אבל לכולן יש הרגשת פתיחת פי המקור בהתחלת ראייתן זולת אם יש לה מחלה... אבל בבריאות יש לכולן הרגשה זו והאינן מבינות או שטבען קלה אומרות שמרגישות רק זיבת דם נדה אבל באמת זהו ממש הרגשה זו (שם, סא-סב).

ערוך השולחן סוכר את פיהן של הטוענות כנגד המסורות ההלכתיות, וקובע כי דבריהן אינם נאמנים לעומת דברי חכמינו "ורבותינו נאמנים עלינו יותר מהן". הוא מעמיד כנגד דבריהן ('שאינן מבינות') תמונה הלקוחה מהאנטומיה התלמודית במיטבה: הדמים נצברים ברחמה הסתום של האישה, בדומה להצטברות לא נעימה של מי רגליים ויציאתם. כשם שברי שלא ניתן שלא להרגיש ביציאת מי רגליים בתחושת 'פתיחה', כך גם מורגשת יציאת הדם מהרחם, ויש לבטל את טענות הנשים הסבורות שאינן מרגישות בו.[[88]](#footnote-88)

החתם סופר איננו הפוסק המודרני היחיד שמצא את הדרך להרחיב את ספקטרום ה'הרגשות' המתואר בראשונים. בדרך דומה צעדו גם ר' משה יצחק אביגדור והמהר"ם שיק, ובעקבותיהם גם הרב אליעזר יהודה ולדנברג, בעל ה'ציץ אליעזר'. אחרונים אלה נסמכו דווקא על דיוק ברמב"ם, שמלבד תיאור ההרגשה הנזכר מדבריו לעיל, השתמש במונח 'הרגשה' פעם נוספת, ביחס לדין קביעת וסת הגוף.[[89]](#footnote-89) המשנה (נידה פ"ט מ"ח) כבר קבעה שאישה שחוותה תסמינים פיזיולוגיים מסוימים שלוש פעמים – קבעה לה וסת ו'דיה שעתה', כלומר, אין לטמא טהרות שנגעה בהם לפני שראתה את הדם מחשש שלא הבחינה ביציאתו, שהרי התחושות הפיזיולוגיות מאפשרות לה לדעת בבירור ממתי התחילה לראות דם. הרמב"ם פוסק משנה זו להלכה בשני מקומות, אך מוסיף לתיאור המשנה את הביטוי 'הרגשה': "כל אישה שיש לה וסת תרגיש בעצמה מפהקת או מתעטשת... וקודם שיבוא הדם תרגיש בעצמה מפהקת ומתעטשת".[[90]](#footnote-90) ייתכן שהרמב"ם מצא את לשון ה'הרגשה' כמילה עברית מלשון חכמים המתאימה לתיאור תחושות גוף. אולם ייתכן, וכך הציעו פוסקים אלה לקרוא את הרמב"ם, ששימוש לשוני זה חושף את הקשר שעמד בעיני הרמב"ם בין דין 'וסת הגוף' לבין דין 'הרגשה'.[[91]](#footnote-91) כך, לצד הנתיב ההלכתי של ביטול טענות הנשים, תוך שימוש בטענות הלקו חות מהשיח ההלכתי המסורתי ומהאנטומיה הגברית, סיעת פוסקים זו מעלה נתיב הלכתי נוסף: הבנה מחדש של טיב ההרגשה כך שתכלול גם את תחושות הנשים.[[92]](#footnote-92) כאמור, הרחבה משמעותית זו של הגדרת ה'הרגשה' לא באה לעולם ללא מחלוקת, והיא מצביעה על הבעיה הבסיסית המלווה אותנו לאורך מאמר זה.[[93]](#footnote-93)

הרחבת ספקטרום ההרגשות מרחיבה את החומרות, אך מתברר שהחמרה באה גם מצד אסכולה נוספת של פוסקים, אשר קיבלה כנאמנת את טענות הנשים שאינן מרגישות אך סירבה להגדיר מחדש את טיב ה'הרגשה'. כך למשל ר' שלמה יהודה טבק, שראה באובדן ההרגשה טעם להחמיר:

וכבר הוגד לי מפי זקינות שעכשיו אין מרגישות פתיחת פי המקור כלל וכ"כ בשב יעקב ס"מ דשאל לנשים אם מרגישין פתיחת המקור ואין פותר רק שמרגשין שזב מהן דבר לח ונ"ל משום דנחלשו החושים והדעת, וכל שכן עכשיו (שו"ת תשורת ש"י, סי' תנז).

בעבור חלק מהפוסקים החל מהמאה התשע עשרה, תפיסה זו יצרה את ההחמרות מרחיקות הלכת ביותר שידעו דיני כתמים לאורך הדורות – דווקא בשל קבלת הטענה לאובדן ההרגשה. כלומר, להבנת פוסקים אלה, קיימת 'הרגשה' אך נשים אינן מודעות לה, ומשכך, מצאו טעם להחמיר. לדידם, אם הנשים אינן מודעות ל'הרגשה' שגופן חווה, הרי שהן מאבדות את האינדיקציה הסובייקטיבית המבחינה בין דם דאורייתא לדרבנן, וממילא יש לחשוש אז בכל כתם שברור שהגיע מגופה, שמא הייתה הרגשה ומדובר בדין דאורייתא.[[94]](#footnote-94)

דיוק נוסף הציע הרב יוסף שלום אלישיב, שכתב שה'הרגשה' היא **סימן**, אינדיקציה, לטומאה דאורייתא ולא **סיבתה** ובלשונו:

באשה השמה תחבושת על אותו מקום לספוג את ההפרשות ומצאה דם מכיון שברור שהדם יצא מגופה ומכיון ש**כיום אין ריעותא בגלל חסרון הרגשה שהרי לפי דברי נשי זמנינו אינן מרגישות כלל** יש לדון שאין במקרה זה הקולא של כתמים, ורק במצאה דם על הבגד דאיכא למימר מעלמא קאתי כי האי גוונא אינה טמאה מן התורה.[[95]](#footnote-95)

מכך הסיק שאובדן ההרגשה איננו גורם להקלה אלא להפך: הוא גורם לדון לחומרא כדם נידה מדאורייתא כל כתם שוודאי לנו שהגיע מגופה (כגון על תחבושת), שהרי אם אין הרגשה לא קיימת יותר גם הריעותא שבהיעדר הרגשה.

כיוון אחר שנמצא בפוסקים האחרונים[[96]](#footnote-96) הוא שימוש בשיטה ההלכתית שנוסחה בחריפות על ידי בעל ערוך השולחן כאמור, יחד עם שינוי דגש ביחס לעדויות הנשים על תחושותיהן. כך לדוגמה כותב הרב מרדכי אליהו בהתבסס על שיטת ערוך השולחן:

קשה להגדיר הרגשה זו, וכל אישה מכירה בעצמה איזוהי הרגשתה בשעת יציאת הדם. אישה שאינה יודעת מהי הרגשתה תקפיד לבדוק את עצמה עם כל הרגשה שיכולה להיות ההרגשה האוסרת, עד שיוודע לה מהי הרגשתה. וחשובה ידיעה זו כדי שתדע האישה מהו כתם ומהו דם (דרכי טהרה, עמ' י).

אצל הרב אליהו, חוסר התאימות שבין ההגדרות ההלכתיות השונות ובין הפרשנות של נשים לתחושותיהן אינו נובע מהטלת ספק והעזת פנים של הנשים המעידות כלפי פסיקת ההלכה, אלא מעמימות מובנית בטיבה הפיזיולוגי והקוגניטיבי של ה'הרגשה'. לשיטתו, פסיקת ההלכה מעולם לא התכוונה להגדיר תחושות מסוימות, שרק הן בלבד נחשבות כ'הרגשה' הלכתית; התיאורים השונים מהווים קירוב של הדרכים שבהן אישה יודעת שהיא חווה את הווסת, **אולם ידיעתה בלבד היא הגורם המחייב והעיקרי**, ואי התאימות בין דרכי ידיעתה ובין התיאורים ההלכתיים אינה אלא אי־הבנה הדדית. [[97]](#footnote-97)

בדרך דומה הלך הרב אליעזר מלמד, הקובע לאור שיטתו שיסוד דין טומאת הנידה – אובדן חיוניות – מתבטא בפרטי ההלכות – "טבע הגוף, שדם כזה של אובדן חיוניות יוצא בהרגשה, ולכן דם שיצא בלא הרגשה, אינו מטמא" (**פניני הלכה**, טהרת המשפחה ב, ד). על כן הוא טוען שכתם שיצא מהרחם ללא הרגשה אינו מטמא מעיקר הדין, אלא כגזירת חכמים. לעניין טיב ההרגשה, הוא נוקט כדעת הסוברים שההרגשה על פי התלמוד הייתה מוכרת וברורה, ו"לא ייתכן שהטבע השתנה כל כך עד שההרגשות שהיו ידועות לכל הנשים נעלמו" (שם, ב, ה). למעשה, ובדומה לשיטת הרב אליהו, הוא פוסק באופן מלא שמשמעות דין ההרגשה היא כל ידיעה של האישה על הווסת באופן שברור לה, קרי ש"הרגשה... אינה תחושה אחת מסוימת אלא שלל תחושות שמלוות את הווסת, שאצל נשים שונות מתבטאות בדרכים שונות. אולם הכלל הוא, שהאישה יודעת בבירור מתוך תחושותיה שיוצא ממנה דם ווסת... כל אישה שיודעת בבירור מתוך תחושות גופה שיוצא ממנה דם ווסת, נטמאת מהתורה... וכל שאינה יודעת שהיא מדממת מחמת ווסת, דינו של הדם שהיא רואה כדין כתם שרק בתנאים מסוימים הוא טמא".[[98]](#footnote-98)

דווקא גישתו של הרב אליעזר מלמד, שנראית במבט ראשון כמרחיבה את ה'אוטונומיה' של האישה ומשקל תחושותיה בפסיקת ההלכה, זכתה לביקורת על אי הלימה לחוויותיהן של נשים רבות במציאות על ידי יועצת ההלכה הרבנית תרצה קלמן.[[99]](#footnote-99) בדבריה יש משום שחזור של המחלוקת בין תחושות הנשים ובין הגדרות ההרגשה הקנוניות, כפי שהבינו אותן פוסקים רבים כגון ערוך השולחן. אם ערוך השולחן וההולכים בעקבותיו סברו שהנשים הן אלה שלא מבינות את תיאורי ההרגשות וממילא אינן יודעות לפרש את תחושותיהן. לדידה, דווקא אותם הפוסקים לא השכילו להבין את עדויות הנשים, ומתוך כך לא המשֹיגו נכונה את דין ההרגשה כאילו ישנה ״אבחנה בינארית בין 'ווסת' ‏ל'לא ווסת'״. לשיטתה, הקשבה לתיאורי נשים את תחושותיהן בעת העלאת שאלה מחייבת הבנה יסודית בדין הרגשה, שעל פיה הוא אינו עוסק באינדיקציות לקיומה של וסת במובנה הפיזיולוגי אלא בגדר הלכתי שונה מהתופעה הפיזיולוגית של קיומה או היעדרה של ווסת. בכך מעידה הרבנית קלמן כי שאלות הנדמות ככאלו הנוגעות להרגשה פיזית בעלת מובן אבסולוטי, שייכות למרחב הדיון של מראות וכתמים ולא ליכולת לומר דבר מוגמר אם וסת היא או דימום מסוג אחר.

שאלה זו נוכחת לאורך כל העיסוק הלמדני והמעשי בדין הרגשה, כמו גם בהלכות נידה בכלל: מי מעיד על ההרגשה, בעלת הגוף או בעל/ת הידע ההלכתי? מתברר מן הביקורת של הרבנית קלמן על הרב מלמד, כי הצעתו להישען על הנשים בלבד לשם קביעה אם מדובר על וסת אם לאו, יש משום הובלה להחמרה שהרי אין בהכרח ידיעה גופנית שכזו בכל מופע דמי אצל האישה. כלומר, בעצם השבת ההכרעה אל האישה לבדה מבלי לשלב שיקול דעת הלכתי יש לא רק ויתור על יכולת הסמכות הפוסקת לשקלל את כל הנתונים כדי להגיע להכרעה, אלא הנחת המשקל באופן לא מדויק על הנשים לבדן. דבריה אלו עולים בקנה אחד עם דברים אחרים שנכתבו בבית המדרש של יועצות ההלכה ב׳נשמת׳, כחלק מן המגמה שלא להוביל להחמרה.[[100]](#footnote-100)

יש לציין שפוסקים אחרים שקיבלו את דיווחי הנשים כי הן אינן מרגישות את ההרגשות המתוארות בראשונים ובאחרונים, ולא הרחיבו את ההגדרות הללו, סברו שהיעדר הרגשה יכול להוות דווקא שיקול לקולא היכן שאין זרימת דם שוטפת.[[101]](#footnote-101) הרב אשר וייס, שנוקט בעצמו דרך זו, הציע לנמקה הן לפי העמדה הרואה בהרגשה סיבה והן לפי העמדה הרואה בהרגשה סימן: על פי העמדה הנפוצה, שהרגשה היא סיבה לטומאת האישה, יש לומר שבתקופתנו נשים אינן בקיאות בהרגשה, כמקרה של "ודלמא ארגשה ולאו אדעתא". אולם מוטל עלינו לחשוש לכך רק בדם הווסת עצמו, שכן "דם הווסת חזקתו של דם זה שבא על ידי הרגשה ולכן תולין שהרגישה ולאו אדעתא". בכתם לעומת זאת, "אין חזקה שבא על ידי הרגשה", וממילא אין לחשוש לכך. העמדה השנייה, שהרגשה היא סימן ליציאת הדם מהרחם, מסתדרת עוד יותר עם נוהג פסיקה זה לדעת הרב וייס: ההרגשה היא **אינדיקציה** לדם שבא מן המקור, ולכן בהיעדר הרגשה, ניאלץ להיעזר באינדיקציה אחרת לשם בירור זה. דם הבא בזרימה, הוא ודאי סימן לכך שהדם בא מן המקור, ולכן אין צורך בהרגשה שתלווה אותו.[[102]](#footnote-102)

שיטה זו, כך נדמה, הפכה לדרך פסיקה די מקובלת אצל פוסקי זמננו.[[103]](#footnote-103) יחד עם זאת, דברי הפוסקים המבקשים להקל מנוסחים ברטוריקה חריפה המבטלת את החוויה הנשית, כך נראה למשל בתשובה עכשווית מאת הרב האנונימי מצוות המשיבים של אתר האינטרנט 'דין', אשר מבטא עמדה המבטלת את יכולת ההרגשה של נשים ובתוך כך גם את המשמעות האפשרית להרגשה כלשהי:

בספרי הפוסקים כבר מובא שנשים שלנו לא מרגישות ביציאת הדם, והכאב שאת מתארת אינו סימן להרגשה... היום נשים מגיעות ללידה בלי לדעת שיש להם פתיחה משמעותית בהרבה... אין שום אישה שמרגישה בכך היום. מה שאת מרגישה חסר משמעות.[[104]](#footnote-104)

מבחינה הלכתית, הפסק המצוטט בא כמובן להקל. ואולם, הרטוריקה של המשיב שוללת לא רק את ההרגשה המסוימת שהשואלת העלתה בפניו ("מה שאת מרגישה חסר משמעות"), אלא באופן קטגורי, את יכולתן של נשים לחוש בהרגשה ("אין שום אישה שמרגישה בכך היום"). לדעתו, התחושות הגופניות הממשיות אינן עניין לפוסקי ההלכה, כי הם דנים בשאלת הנידה במנותק מהן. נשים לב לשימושו של המשיב בדוגמה מחדר הלידה: היעדר ה'הרגשה' בנידה אינו אלא מקרה נוסף של חוסר הבנה של האישה בתהליכים המתרחשים בגופה שלה. לא מדובר אם כן בהכרעה הלכתית בלבד, אלא בתפיסה פטרנליסטית של הרגשת האישה, כמי שאינה מודעת לתהליכי גופה. האנלוגיה כאן ברורה: כשם שבחדר הלידה קובעים המומחים, אנשי הרפואה, את גודל ה'פתיחה', כך גם בהרגשה – היודעים האמיתיים הם הפוסקים ולא האישה. וכך, מתוך סוגיית ההרגשה, אנחנו רואות כיצד מובנית סמכותם של המומחים יד ביד עם חוסר הבקיאות של הנשים באשר למתרחש בגופן שלהן.[[105]](#footnote-105)

דוגמה נוספת להשקה בין הסמכות הרפואית בעניין ובין הסמכות הרבנית בעניין ניתן למצוא בדבריו של עדיאל כהן בכנס על הפילוסופיה של ההלכה.[[106]](#footnote-106) בכנס הציג את הדברים שנכתבו במאמרו שהוזכר דלעיל. לאחר שכהן פרש את שיטתו בנושא,[[107]](#footnote-107) הגיבה לדבריו אוולין גודמן־טאו, שטענה כי נשים מרגישות בפועל את הווסת. הרב כהן שלל את דבריה בנחרצות.[[108]](#footnote-108)

ההשקה בין הסמכות ההלכתית ובין הסמכות הרפואית אינה מקרית ומובילה באופן ישיר להרהור על מצבים דומים בהם בעלי הסמכות מהווים גורם שיודע טוב יותר מאשר האישה עצמה. בדברי הסיכום של הרב כהן הוא טען כי התופעה הגופנית הזו לא יכולה הייתה להתרחש מעולם.[[109]](#footnote-109) דבריו אלו של כהן, גררו יחס ישיר מקהל החוקרים שישב בהרצאתו (בדצמבר 2010) ואף בעת כתיבת מאמר זה ואף בעת כתיבת מאמר זה כעשור לאחר מכן, פרספקטיבות אלו מצויות בתודעת היומיום של קהל רחב ביותר. אמירות אלו אינן נאמרות רק על ידי גברים לומדי הלכה אלא גם על ידי נשים שהפנימו ומבטאות את השיח הזה במרחב הלמדני ומשיבות כאילו ׳לא היתה הרגשה מעולם׳ בדומה ממש לדברי כהן בנ״ל. במקביל, גברים ונשים מקשים על אמירה זו והתגובות המיידיות בעת הרצאתו של כהן בכנס, לפני כעשור, המחישו זאת היטב ורלוונטיות עדיין.[[110]](#footnote-110)

נוכל אם כן לסכם ולטעון, שהשאלות המרכזיות בסוגיית 'הרגשה' המונחות על שולחננו הן שתיים: האם נשים 'מרגישות', והאם הרגשתן רלוונטית להכרעה ההלכתית.

באשר לשאלה הראשונה, ניכר כי השוללים את קיומה של ההרגשה מבטלים את האפשרות למודעות הגופנית של האישה למתחולל בגופה; המצדדים בקיומה של הרגשה כפי שנמסרה בכתבי הראשונים והאחרונים, מדריכים את מורי ההלכה כיצד 'ללמד' את האישה את הדברים שהיא אמורה להרגיש.

השאלה השנייה מייצרת תחום מעורפל יותר, שלא מתמקד רק באישה כי אם במגע בין תחושותיה להלכה. נראה מתוך הדיונים ההלכתיים שיש אסכולת פוסקים שמבקשת לייצר דיאלוג בין ההלכה לבין החוויה הנשית הממשית ולא למקם אותה רק כשאלה בדיני ראיית כתמים. [[111]](#footnote-111) כך ניתן למצוא בשיטת ר' משה יצחק אביגדור, המהר"ם שיק, הציץ אליעזר, הרב מרדכי אליהו והרב אליעזר מלמד. פוסקים אלה מרחיבים את גבולות ההרגשה המקובלים בשיח ההלכתי, אם על ידי היפוך שיטת ערוך השולחן והגדרת ההרגשה כבלתי אפשרית כהגדרה מוחלטת, ואם על ידי קבלת 'וסת הגוף' (התסמינים שחווה האישה קודם הווסת), כהרגשה לגיטימית. תסמינים אלו אינם עניין מקרי או זניח בקרב נשים; למעשה, הם מהווים חלק אינטגרלי מהמחזור החודשי, כפי שיתואר בהרחבה עתה, מפרספקטיבה גינקולוגית. כלומר, תסמינים רבים שפורטו במחקר נזכרו גם בספרות ההלכה תחת ההגדרה של 'וסת הגוף',[[112]](#footnote-112) ואם נקבל את דעת הפוסקים שווסת הגוף נחשבת ל'הרגשה' – הרי שיש לכלול גם את הסימפטומים השונים בתוכה ומתוך המגמה של האזנה לדיווחים מגוונים של נשים, להשיג גם הקשבה והנכחה של הקול הנשי וגם הגעה לכדי החמרה. קונפליקט הלכתי ואתי זה מרתק ביותר מכיוון שיש אשר היו מניחים מראש כי דווקא האזנה לדיווחי נשים בסוגיה זו (ושל כל שואלות ושואלים בכל סוגיה) תוביל בשל הדיאלוגיות להקלה, ואל מול זה, דיון מצומצם יותר שאינו מבקש לשקלל מידע מרובה – יוביל להחמרה. ברם, מהצבת העמדות והמשמעויות ההלכתיות שלהן, מתברר מדוע יש משיבים ומשיבות שאינם מעוניינים להאזין לדיווח מרובה פרטים וממסגרים דין זה כאירוע שנכון למסגר מבעד לתיאורים הרלוונטיים לראיית הדמים. במקביל עולה השאלה מדוע אלו המבקשים לדון בדין הרגשה במרחב בו אפשר להקל נוטים לומר לשואלות ניסוחים בסגנון ׳כבר הוכח שנשים לא מרגישות׳, ולא לוותר על אמירה זו או לדייקה כ׳לא בהכרח שדין הרגשה מתבטא בימינו הלכה למעשה׳.

## השפה ההלכתית במפגש עם גוף האישה

מכל האמור לעיל, עולה עד כה תמונת עולם מורכבת של היחס בין ההלכה לשאלת ההרגשה. אמנם הממשק המודרני בין השפה ההלכתית לעדויות של נשים בסִפרות האחרונים, הוליד מגוון מרשים של ניסיונות ליצור סינתזה בין שני השדות. יחד עם זאת, קשה שלא להבחין בנטייה האופיינית לרוב הצדדים בדיון, במודע ושלא במודע, שלא לשלב את הקול הנשי בדיון ההלכתי. בכך מתקבל הרושם שזכות הדיבור במסגרת השיח על הלכות נידה, מוקנית אך ורק לבעלי ידע פורמלי והכשרה מקצועית בתחום, בעוד שהנשים עצמן, היחידות שחוות את הקשר הבלתי אמצעי עם הגוף שבו תלויות אותן הלכות – לא זכאיות לשותפוּת ולמעמד בשיח. נטייה זו מתגלה הן אצל הטוענים, כמו ערוך השולחן, שנשים מרגישות בדיוק את ההרגשה שתוארה בספרות ההלכתית, אלא שאינן יודעות זאת בשל קלות דעתן; והן אצל הטוענים שכיום אין הרגשה כלל – אם כדי להחמיר (הרב אלישיב), אם כדי להקל (מורי ומורות הלכה רבים בזמננו) ואם כדי לבחון את אמירה זו על ידי מעקב של אישה אחר עצמה (הרב מלמד).

לעומת זאת, פרק זה מבקש להוציא את האישה ממרחב הצל ולהעמידה באור ברור ביחס למושג ההרגשה, תוך הבנה כי בכך אולי אפשר יהיה להשלים את הפער הקיים בשפה ההלכתית. באמצעות גישה המעמידה את ההרגשה כחלק בלתי נפרד מקולן של נשים, אפשר יהיה להראות כיצד היא צועדת יד ביד עם השיח ההלכתי וההכרעות שבו, תוך צמצום הפערים ותחומי הביניים שהפוסקים מתחבטים ביניהם בימינו.

הפרק ממשיך מסורת כתיבה פמיניסטית המודעת לחסרונו של הקול הנשי במסורת הכתובה, ומבקשת לחלץ קול כזה מן העבר, או לחלופין, לייצר קול חדש שישלים את החסר. וירג'יניה וולף בחיבורה 'חדר משלך', תיארה כיצד האישה כסובייקט לא קיבלה מעולם הזדמנות להעלות על הכתב את החוויה הייחודית לה ולהמשיג אותה במילים.[[113]](#footnote-113) ברוח דומה, התיאורטיקנית והמשוררת אדריאן ריץ' ביקשה לחלץ את המסורת הנשית מן המסורת הכתובה הגברית. כך למשל היא טוענת בהקשר להיסטוריה של הלידה:

עלינו 'לקרוא בין השיטין' של תולדות המיילדות, כפי שנכתבו בידי אנשי רפואה, כולם גברים, בני הזמן… אך שומה עלינו לזכור, הכותבים לא היו נטולי ענין  ופניות… וכי אותה קבוצה, שאת דעותיה ואת תעודותיה בעניין זה אנו  מבקשים להכיר – האימהות – קולן, כרגיל, לא נשמע כלל.[[114]](#footnote-114)

תרצה מיטשם היוצאת גם היא מתוך גישה דומה, מתמקדת בדיון ההלכתי של טהרה, ומסכמת כי הפרשנויות והדקויות שנוספו במהלך השנים לטקסט המקראי ביטאו גישה המעודדת לפרישות והגבלה של ביטוי מיניות במיוחד בקרב נשים. עקב כך, נשים יהודיות פיתחו מודעות גופנית מוגברת (ולא תמיד מנקודת מבט חיובית), על מנת להתמודד עם החוקים ההולכים ומתחדדים לשמירה על טהרת המשפחה.[[115]](#footnote-115)

דבריה של מיטשם הם חלק מזרם של פמיניזם דתי המבקש אף הוא להנכיח את הקול הנשי, וזאת מבלי לקרוע ולבטל את המסורת הדתית שבתוכה הוא פועל.[[116]](#footnote-116) על ההולכות בדרך זו מוטלת משימה סבוכה: עליהן לזקק את הנחות היסוד וההקשרים המגדריים שעיצבו את פסיקות ההלכה הקיימות,[[117]](#footnote-117) ולהמשיג את הפרספקטיבות של נשים בתוך השפה ההלכתית.[[118]](#footnote-118) בהקשר הנוכחי מוטלת עלינו המשימה לחשוף את ההבניה הגברית שעומדת בבסיס רבים מהדיונים ההלכתיים בדין  'הרגשה', ולצד זאת, למצוא בתוך השיח ההלכתי את המקום המאפשר לפוסקים ופוסקות בימינו, להכליל את החוויה הנשית הסובייקטיבית בשיקול ההלכתי 'הרגשה', מבלי לדחות לחלוטין את הדיון כולו.

ההצעה שאביא להלן צועדת בעקבות מחקרה האיכותני של שרית גייל מואס,[[119]](#footnote-119) גייל מואס טוענת כי קבלה עצמית ומודעות עמוקה לגוף יכולות להוות יסודות מוצקים למרחב דתי־אישי, המעניק פשר ומשמעות עמוקים לפרקטיקה ההלכתית של הגבלות הנידה. טענתי היא שיסודות אלה ראויים להיתמך בשפה הלכתית־פורמלית מתאימה, המציבה במרכז את תחושותיה של האישה עצמה, וזאת בדור שבו העולם היהודי התברך בנשים תלמידות חכמים ופוסקות הלכה שביכולתן לחדש את המפגש שבין הידע ההלכתי לתחושות העצמיות בקרב נשים.

לשם כך אזכיר התייחסות נוספת של המונח 'הרגשה' בספרות ההלכתית, שמופיעה גם היא בהקשר של נשים, אך במשמעות שונה לגמרי. המשנה במסכת נידה (פ"ב מ"א) קובעת: "כל היד המרבה לבדוק בנשים משובחת ובאנשים תקצץ". המשנה מעודדת נשים להרבות בבדיקה פנימית וגינלית של גופן בפתח בית הסתרים כדי לוודא את טהרתן, ואוסרת על גברים לעשות כן. ה'סתמא' בבבלי מסביר את הטעם לכך בקצרה: "נשים לאו בנות הרגשה נינהו [=אינן בנות הרגשה הן] – משובחות, אנשים דבני הרגשה נינהו [=בעלי הרגשה הם] – תקצץ".[[120]](#footnote-120) כאן ה'הרגשה' איננה מסמנת בהכרח את יציאת דם הווסת מהרחם, אלא מתוארת כביטוי של עוררות מינית, והיא משתמע כי אמירה זו נובעת מתפיסה הגורסת כי נשים נעדרות עוררות מינית, או לפחות מתאפיינות במינון פחוּת שלה. התפיסה המבדילה בין נשים לגברים בתחום העוררות המינית רווחת בספרות הפסיקה,[[121]](#footnote-121) ומשקפת נטייה דומה לזו שראינו בסוגיית ההרגשה בהלכות נידה – שלילת או המעטת קיומו של ממד סובייקטיבי וסנסואלי בהלכות הנוגעות לאישה בכלל או, כפירושם של ראשונים אחרים שאינן **מוזהרות** על עצם ההרגשה של עוררות מינית.[[122]](#footnote-122)

הבעייתיות המגדרית טמונה עמוק אם כן בשורשי סוגייתנו: אותה 'הרגשה' מסתורית, שתיאוריה מפורטים ונידונים שוב ושוב בספרות הראשונים והאחרונים, פותחה בין כותלי בתי המדרש שמהם נעדרה לחלוטין נוכחות נשית. היא התבססה, במקרה הטוב, על עדויות מכלי שני, ובמקרה הפחות טוב – על השלכות אנטומיות מהגוף הזכרי לגוף הנקבי. במובן זה, ניתן לטעון שכבר הניסוח הראשוני של ההגדרות (למשל: 'פתיחת פי מקור') מוביל למעגל סגור של שיח פנים־גברי, שאינו יכול לכייל מידע חדש הלקוח מהשיח הסנסואלי הנשי, ועל כן, סופו בהתנסחויות משתיקות, הבאות הן מצד מחייבי ה'הרגשה' והן מצד שולליה.

שתי הקבוצות טוענות למעשה, שהנשים אינן מבינות את עניין ה'הרגשה' – אם משום שהן מרגישות אך אינן יודעות זאת, ואם משום שאינן מרגישות כלל. בעיני שני הצדדים, 'הרגשה' איננה עניין נשי־סנסואלי, אלא עניין תיאורטי, השייך למומחי ההלכה. נראה שהנתק הזה בין הסנסואליות הנשית לבין הדיון ההלכתי, ה'רציונלי' לכאורה, גובה מחירים כבדים.

במסגרת דיון מגדרי־הלכתי זה, זקוקה טענת שוללי ההרגשה לבירור מיוחד, בעיקר בהיבט של תפקוד ההרגשה במכלול הלכות נידה. לצד חוסר הנוחות שמעוררת ההבנה כי התיאורים ההלכתיים של דין הרגשה הם למעשה השלכה גברית על הפיזיולוגיה הנשית, הפוסקים השוללים את קיומה של ההרגשה דוחים למעשה לחלוטין את הרלוונטיות של קול הגוף הנשי ואת תחושותיו לפסיקת ההלכה, גם בעניינו של הגוף הזה. כפי שהזכרנו לעיל בדיון התלמודי, שרלוט פונרוברט הציעה לראות ב'הרגשה' התלמודית בקע הסודק את התיאורים הארכיטקטוניים של גוף האישה במסגרת הלכות נידה. לפי הקריאה שלה, השיח על הרגשה (לפחות לפני התירוצים שעלו בתלמוד, המבקשים לרככו וליישבו עם המסורות התנאיות) – הוא ביטוי נדיר להנכחת הסובייקטיביות הנשית. אם נקבל טענה זו, בביטול ה'הרגשה' ההלכתית דה פקטו, יש משום העלמה של הממד הסובייקטיבי שצץ מבעד לשיח התלמודי, ושיבה לארכיטקטיזציה של האישה.

ניתן לקשר את דין הרגשה לדיון הכללי בהלכות נידה – עד כמה יש להתחשב במנהגי הנשים עצמן בפסיקת ההלכה.[[123]](#footnote-123) בהסבר דברי **תרומת הדשן**, שאישה יכולה להיטמא מהרגשה ללא ראייה, אומר הרדב"ז:

ואיפשר שבזמנו של הרב ובמקומו היו הנשים מחמירות על עצמן גם בהרגשה בלא דם ומצא להם סמך כל דהוא מהך סוגיא דפרק הרואה כתם. אבל בזמנינו ובמקומינו לא ראיתי ולא שמעתי מי שנוהג חומרא זו.

אם כן, ייתכן שהכוח המניע של חומרת תרומת הדשן לא היה דיון מנותק מהבחירות של הנשים, אלא הקשב לתחושות ולהכרעות הנשים עצמן כיצד להתייחס למתרחש בגופן. את טענת שוללי ההרגשה עלינו לבחון גם מבחינה אמפירית. אמנם ההרגשות הספציפיות המתוארות בספרות הראשונים ובמרבית ספרות האחרונים נוסחו על ידי גברים בלבד, ולכן אין כל פלא שנשים כנראה לא הרגישו את אותן ההרגשות שלא הן המשיגו,[[124]](#footnote-124) אבל האם אין נשים היכולות להעיד על 'הרגשות' אחרות הבאות בסמיכות לווסתן? התשובה המלאה עשויה לקבל מענה עתידי ממחקרים אמפיריים – אחד שנעשה במכון התורני של הר ברכה ואחר שנעשה על ידי עבור מאמר זה. על כן, נראה כי באופן ראשוני נוכל להשיב על היכולת של נשים להעיד על הרגשותיהן בחיוב.

במחקר סטטיסטי שנערך לאחרונה על ידי ידידיה סטרוק ודוד ש"ץ, ופורסם במסגרת עיסוק הלכתי־תורני,[[125]](#footnote-125) נשאלו 195 נשים על הרגשותיהן בתקופת הווסת ועל מידת השימוש שלהן בפרקטיקות שונות הקשורות להרגשות אלו. במחקר נמצא ש־94.18% מהנבדקות דיווחו על הרגשה מסוימת בשעת יציאת דם הווסת מהגוף, בעוד 39.68% בלבד מתוכן דיווחו על אחת מההרגשות המוסכמות על כל הפוסקים ('נזדעזע גופה' ו'נפתח מקורה'). מחקר ראשוני זה, שעוד ממתין למחקרים חדשים שיתקפו אותו ויוסיפו נתונים רחבים יותר, מראה בבירור שרוב הנשים מעידות שהן אכן 'מרגישות' בשעת יציאת הדם, ועל כן קשה לטעון לביטול מוחלט של מודעות האישה לגופה ולווסתה. יתר על כן, יש לציין כי 100% מהנשים שהעידו על עצמן כי הן משתמשות בשיטות מודעות לפוריות (59 משיבות מתוך הנ"ל), דיווחו על קיומה של הרגשה כלשהי בעת יציאת דם הווסת.עלינו להסב את תשומת ליבנו, אפוא, לשיטות אלה, ולראות כיצד הן באות לידי ביטוי בשיח של הנשים עצמן במפגש עם גופן. מעבר לכך, מעת שנשים משמשות כמשיבות בהלכה בהלכות נידה ובכלל, יש מקום לשער שקהל השואלות יתנסח באופן אחר בגישתן להתייעץ להלכה עם מורת הלכה.[[126]](#footnote-126) לכך יש להוסיף גם השערה כי הנשים הלומדות ומשיבות עשויות לתרום תרומה לדיון על הרגשה, כמי שמקבלות הכרה יותר ויותר כבנות בית בעולם ההלכה יחד עם מכלול חייהן.

**׳בגוף אני מבינה׳: על מודעות גופנית**

**הקשבה לגוף באמצעות שיטות מודעות לפוריות**

מהרגע שיש לי מחזור אני פשוט יודעת מתי הווסת עומדת להגיע. לא תמיד אני יכולה להסביר איך זה מתעורר. יש פעמים שיש לי תחושות עמומות בגוף שמזכירות לי מה אני מרגישה בזמן ווסת, לפעמים אני מרגישה שהיציבה שלי שונה ומשהו ננעל בתוכי, כמו כאבי גב תחתונים שאני מכירה מתחילת הצירים בכל לידה, לפעמים זו בכלל מחשבה שלרגע עולה בי ואפילו שאין שום הד מהגוף שלי אני כבר יודעת שכשהשאלה ׳רגע, מתי היתה הווסת האחרונה׳ עולה בתוכי, אז אני יודעת שהווסת תגיע ביממה הקרובה (שואלת אנונימית נוספת)*.*

שיטות שונות של מודעות לפוריות מסמנות את האתגר המרכזי לדיון, הן ביחס לתיאורי ההרגשות הנפוצים בספרות הראשונים והאחרונים, והן באשר לטענה הרווחת, לפיה ה'הרגשה' כבר איננה קיימת. נשים המשתמשות בעקביות בשיטות כאלה, שנרחיב לגביהן להלן, מתארות פיתוח של מודעות לתהליכים פנימיים שגופן עובר ושבשל תשומת לב זו הן יכולות לחזות במידה רבה של הצלחה את בואו של המחזור.

הגוף הנשי, לעומת זאת, מתאפיין כידוע במחזוריות של תחושות והרגשות גופניות, שמודעות אליהן, על פי שיטות מסוימות, יכולה כנראה לגרום לאישה להכיר את הסימנים הגופניים השונים ולמקם את עצמה על ציר הזמן של מחזור הפריון שלה, ואף לזהות את בוא הווסת בידיעה של ממש או בהשערה קרובה. [[127]](#footnote-127) נזכיר כאן שיטות אלה באופן כללי, דרכי העבודה שלהן, ומתוך כך – גם את האתגר שהן מציבות לשיח ההלכתי.

כזו היא למשל **'שיטת המודעות לפוריות (טבעית)'** (Fertility Awareness Method), שפותחה בשנות השמונים על ידי טוני וושלר, על ידי איסוף של  פרקטיקות ממקורות שונים.[[128]](#footnote-128) השיטה משמשת לזיהוי טבעי של הימים הפוריים, במטרה להיכנס להיריון, או לחלופין לקיים יחסים ללא חשש להיריון. השיטה מעודדת נשים להכיר ולהבדיל בין תחושות שונות שהן חוות, לתת להן שמות ולנהל את פוריותן על סמך תחושות אלה. שיטה זו מיועדת, אפוא, לתת בידי אישה המעוניינת בכך, כלים לצפות את זמן בוא וסתה. שיטה זו ואחרות, כגון **'שיטת שֶׁרְמַן'** ו'**שיטת אביבה'**,[[129]](#footnote-129) משיקות לתובנה שהכאבים שחוות נשים במהלך הווסת הם תופעה ממשית, שדורשת פתרון, אך ניתנת להבנה מטבעה רק על ידי נשים, ועל כן העיסוק בה נעדר מהשיח הרפואי המקובל.

תהליכי המדיקליזציה (=כשתופעות שנתפשו בעין הציבורית כבעלות ערך חברתי, משפטי או מוסרי, נתפשות בראש ובראשונה כבעיות רפואיות) שחלו במאות השנים האחרונות,[[130]](#footnote-130) בשילוב עם כניסת נשים למרחב הציבורי, יצרו נורמה שבה נשים מסתירות את המחזור החודשי שלהן.[[131]](#footnote-131) הטרמינולוגיה הרפואית תרמה לכך בהגדרתה תופעות ושינויים סביב המחזור החודשי כ'פתולוגיה', 'מחלה', המצריכים טיפול וניהול, תוך התבססות על נרטיבים תרבותיים לגבי נשים ו'נשיות', כמו גם היזון חוזר שעיצב את אותם הנרטיבים:

ברטוריקה של אובייקטיביות מדעית, נרטיבים גינקולוגיים הגדירו את הווסת כחולי חוזר ונשנה, ריקון מתמשך של האנרגיות הפיזיות והמנטליות של נשים, ומגבילה את הלגיטימיות של דרישותיהן של נשים לשוויון. אך השפה של וסת כמוגבלות נוצרה והומשגה דרך קריאות סובייקטיביות של אמיתות חברתיות ותרבותיות: הרופא קיבל ושייך לקטגוריות את הווסת על ידי התפיסה שלו מהי 'אישה' ומה היא אמורה להיות.[[132]](#footnote-132)

כנגד גישות אלה, עלה צורך של נשים בפיתוח הקשב והמודעות הגופנית שלהן ולכך התפתחו השיטות הנזכרות, המסייעות לאישה המבקשת לעקוב ולשים לב להתרחשויות בגופה. השיטות מציעות מודעות לפוריות ומעורבות רבה יותר של האישה בתהליכי גופה, תיעוד השינויים והגברת הקשב לצרכים המשתנים לאורך החודש, באופן שמאפשר לנשים להכיר את הנעשה בגופן, לקבל בהבנה רבה יותר את חוויותיהן ולא לראותן כפתולוגיות או כהפרעות, אלא כחלק טבעי מתמורות המתחוללות בגופן בשלבים השונים של המחזור החודשי. [[133]](#footnote-133) במובן עמוק יותר, הן מאפשרות לנשים לחוות את עצמן ככוליות של גוף, זמן, ותודעה המחוברים אהדדי.

שיטות אלה צמחו מתוך רצון להשיב לנשים אוטונומיה על גופן, לסמוך על יכולתן לפענח אותות מהגוף ולנהל בעצמן את מערכת הרבייה שלהן. השיטות הללו מציבות במידת מה חלופה בעלת נופך נוסטלגי־אותנטי, למערכת הרפואית. ברוב המקרים לא מדובר ב'כפירה' בידע הרפואי המודרני, אלא בניסיון למתן את המדיקליזציה של גוף האישה ופריונה, ולשלב את הפרוצדורות הרפואיות עם כלים נוספים, חוץ־רפואיים, שבהם האישה מעורבת בצורה אקטיבית ולא פסיבית.[[134]](#footnote-134) קריאה זו, כשם שהיא קוראת תיגר על המדיקליזציה של החיים הנשיים, כך היא קוראת תיגר, במידה מסוימת, על מה שניתן לכנות כ׳הלכתיזציה׳ שלהם. המשותף לשני כיוונים אלו הוא השימוש בהזרה של תופעה טבעית עבור נשים ובהמשגה שמאיינת את החוויה שלהן לכדי אובייקט ומושא לצפייה על ידי מי שאינם חווים כך בגופם. וכשם שיש נשים המבקשות לשנות את מעורבותה של האישה בשיח ובפעילות הרפואית מן הפסיביות אל האקטיביות, כך יש נשים אשר מבקשות מעורבות כזאת בעולם ההלכה ובמפגש של דינים ספציפיים עם גופה של האישה.

**גוף, ידע: מודעות גופנית בראי המחקר**

בעוד מחקרים בעבר ראו במודעות גוף ובחישה הפנימית אלמנט שלילי, המבטא נטייה הנתפסת כהיפוכונדרית וכאובססיבית, השיח המחקרי העדכני יותר בתחום מציע להבחין בין חישה מועצמת של היומיום, שאכן פוגעת בתפקוד היומיומי ונוטה לעיתים להיפוכונדריה, לבין קשב פנימי לתהליכים ושינויים שמתרחשים בגוף, המאפשר לנטר מחלות ובעיות בשלב מוקדם.

כיום ​​הספרות המחקרית בתחום מציגה מודל הכולל רמת דיוק של מודעות גופנית, רגישות סובייקטיבית לגוף, ומודעות מטא־קוגניטיבית לגוף. נמצא כי הקשר בין רמות שונות של חלקי המודל חזק יותר בקרב נבדקים בעלי מודעות גופנית מדויקת יותר. כלומר, אלו שאובייקטיבית היו מדויקים יותר בניטור פעילות הגוף שלהם, היו בעלי ביטחון רב יותר ביכולת שלהם לנטר תחושות שונות הנחוות בגופם.[[135]](#footnote-135) מחקר שעסק ב׳מודעות גופנית׳, מצא כי מודעות גופנית מוגברת באופן שוטף אינה מגבירה חרדה כלל, אלא מאפשרת לאדם להכיר את שלל מצבי תפקוד הגוף שלו באופן מדויק יותר ולזהות כאשר מתעוררת בעיה אמיתית בפעילות האיברים הפנימיים, דבר שדווקא מסייע בהתמודדות עם חרדה, כאב כרוני, וזיהוי מצבים אקוטיים.[[136]](#footnote-136) עוד נמצא במחקר אחר כי אנשים שהביעו יכולת מוגברת להתוודע לפעילות הגוף שלהם עצמם, נמצאו גם כבעלי רגישות מוגברת לזיהוי הבעות פניהם של אחרים. כלומר, הם היו אמפתיים יותר.[[137]](#footnote-137) יתרה מכך, בסדרת ניסויים ביחס לתרגולי מודעות גופנית (באמצעות מדיטציה, ריקוד, או שיעורים דידקטיים) נמצאו אלו כמגבירים את יכולת הזיהוי הרגשי האמפתי של המתרגלים כלפי עצמם וכלפי אחרים.

תחושת הגילום (Embodiment) של הנפש בגוף היא של נוכחות, חיבור, איזון וקשב בין הגוף והתודעה. לחוויה זו ישנם מספר ממדים, אחד מהן הוא תגובתיות לגוף; היכולת לחבר את התחושות הפיזיות בגוף למודעוּת לשם קבלת החלטות מתוך הלימה עם תחושות אלו. תגובתיות לגוף נקשרה במחקרים רבים לשביעות רצון ותפיסת גוף חיובית, ונינוחות בתוך התחושתיות של הגוף. בתדמיות fMRI רמות גבוהות יותר של תגובתיות לגוף נמצאו כבעלות קשר לעמידות רבה יותר לכאב.[[138]](#footnote-138) כמו כן, נמצאה זיקה בין מודעות גופנית פחותה לבין דימוי גוף נמוך, ואף שלא ניתן לדעת בוודאות מה גורם למה, יש מקום להשערה שהעלאת מודעות גופנית עשויה לתרום לדימוי הגוף, וממילא גם להפחית את הסיכון להפרעות אכילה שונות. למודעות הגופנית יש גם השלכות פסיכולוגיות ורגשיות מעמיקות.[[139]](#footnote-139)

נוכל אפוא לומר שהסטת הדיון מן ההרגשות השונות של הנשים – אם בהקשר הקליני ואם בהקשר הלכתי – גובה מחירים גבוהים בבריאות האישה וילדיה. הקשב הנשי משמש אפוא את האישה ברגעים מכוננים בחייה כאישה וכאם, וככל שהוא מחודד יותר, כך היא מתמודדת טוב יותר עם האתגרים הפיזיים הנלווים לשינויים המתחוללים בגופה במהלך מעגל הפריון הנשי. לאור כל זאת, נראה שיש חשיבות בהשבת ההכרה בהרגשת האישה לשיח ההלכתי.

**שימו לב אל הגוף: האתגר ההלכתי בהקשבה לגוף**

החזרת ה'הרגשה' לשיח ההלכתי מציבה בפנינו אתגר הלכתי שבו שתי חלופות לא פשוטות, שכן מגמת הפסיקה הרווחת המבטלת את יכולת ההרגשה של נשים ונוטלת מהן את האוטונומיה על גופן, היא המאפשרת לפוסקים להקל בכתמים, בטענה שלאישה אין הרגשה. בהחזרת ההרגשה אל השיח ההלכתי יש משום קריאה לשיבה אותנטית לחישת הגוף הנשי ושיתוף נשים בשקלא וטריא בנוגע לגופן – אך מהפריזמה ההלכתית, ניתן לזהות תהליך, העשוי להביאנו לחומרות יתרות ולהפיכת היתרים ואיסורי דרבנן לאיסורי דאורייתא.

דברי רבי עקיבא לתלמידיו, "מה הדבר קשה בעיניכם? שלא אמרו חכמים הדבר להחמיר אלא להקל" – הם יסוד בפסיקה, והשאיפה 'לטהר אישה לבעלה',[[140]](#footnote-140) היא נר לרגליהם של פוסקים רבים. הוספת חומרות חדשות במרחב הנשי והזוגי הרגיש שמכוננות הלכות הנידה היא אם כן דבר שצריך להיזהר בו, שכן יפים הם דברי רבי עקיבא על עדיפות הקולא על פני החומרא. כמובן, כל הדיון נסב על מקרים של חשש ל'חומרת תרומת הדשן', כלומר הרגשה בלי ראייה – שהרי אם יש ראייה, גם ללא 'הרגשת המהר"ם שיק' לא ניתן להתיר את האישה. על כן, יש להתחשב במגוון הסיוגים שהובאו בפוסקים ל'חומרת תרומת הדשן', ולהציע בעקבותיהם מתווים הלכתיים שיעודדו את מודעות האישה לגופה מזה ולא יאסרו אותה מחוץ לתקופת הווסת, מזה.

בהקשר זה אני פוגשת בהתלבטות אופיינית במיוחד לעידננו: מה דינן של נשים שביצעו שינוי מהותי באורח החיים שלהן, שעשוי להשפיע על המערכת ההורמונלית, כגון שינוי בדפוסי נטילת גלולות למניעת היריון, ועקב כך חשות בהרגשות שאופייניות אצלן לתחילת הדימום אך בלא ראיית דם. תופעות אלו יכולות להתרחש כחלק מתהליך ההסתגלות לאמצעי מניעה חדש ובנטילת גלולות לתקופה ארוכה. כך או כך, מצד הגוף, הנשים מדווחות על תחושות שהן מכירות כהטרמה להגעת הווסת, אך עם ההורמונים הנוכחיים, אינן רואות גם למעשה. יש מי שיחמירו על מצב שכזה, בהתאם לדברים של תרומת הדשן ושנכתבו גם בשולחן ערוך, ויש מקום לעניות דעתי, להתחשב במיוחד בסיוגים לחומרת תרומת הדשן ובצורך לראות את הנשים כטהורות על בסיס עמדת המהר"ם שיק והציץ אליעזר, שלפיה תחושות המוכרות לאישה ומופיעות בלא דם אינן אוסרות אותה.

לצורך בחינה של הסוגיה, נעשה שימוש בכלי מחקר כמותניים במטרה להכיר את השטח, כלומר, את הנשים ואת חוויותיהן שלהן מגופן, ולבחון האם ניתן להקיש בין תיאורי נשים את המתרחש בגופן כיום למרחב הפסיקה בדין הרגשה, והאם יש נפקא מינה לחומרא, לקולא ואף במובן רחב עוד יותר. למחקר זה הגעתי ללא הנחת מוצא ברורה, אלא מתוך גישוש ושאלה פתוחה באמת: כיצד נראית החוויה של הנשים עצמן והאם חוויה זו תואמת את ההגדרות ההלכתיות של 'הרגשה'?

**נשים לגופן: המחקר הכמותי**

בשנת 2005 החל הארגון הבינלאומי לגינקולוגיה FIGO במיפוי סימפטומים שונים במחזור החודשי, לצורך יצירת תשתית מושגית בינלאומית אחידה למטרת אבחנות רפואיות. הוועדה האמריקנית לגינקולוגיה ACOG (American College of Obstetricians and Gynecologists) השתמשה בהגדרות הפרויקט לצורך אבחון, כחלק מתהליך הערכת הפרויקט, וממצאיה העלו 119 יחידות הגדרה שונות, 7 הגדרות כאב שונות, ו־7 הגדרות דימום שונות. הממצאים נאספו באמצעות דיווחי משתתפות על הדימום, על איכות חייהן ועל סימפטומים הקשורים במחזור החודשי שלהן.[[141]](#footnote-141)

פרויקט מחקרי זה נדרש להתגבר על בעיה מתודולוגית סבוכה של ניסיון להמשגת תחושות סובייקטיביות בקרב נבדקות שונות – כמו כאבי מחזור, נפיחוּת, עצבנות ועצבות – ואף בין הנבדקות לבין עצמן, לכדי אמירה מאגדת שתאפשר ניתוח מדעי של הממצאים. נראה כי בעיות אלה נפתרו,[[142]](#footnote-142) והסוגיות שנותרו בכל הנוגע לעקביות הנתונים נבעו בעיקר מהמשגות שגויות והגדרות חסרות של המשתנים על ידי החוקרים ולא מהדיווח של הנשים עצמן.[[143]](#footnote-143)

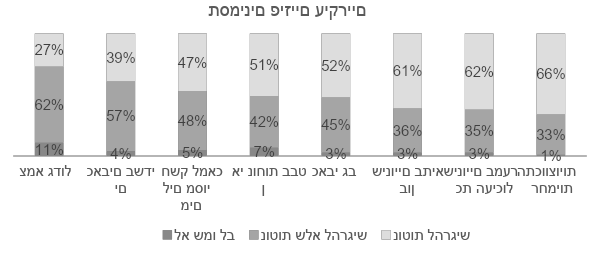
מחקרים שונים בחנו את חוויותיהן של נשים ותחושותיהן לאורך דימום הווסת ולפניה, תוך התמקדות במגוון ממדים.[[144]](#footnote-144) בעת כתיבת מאמר זה עלה הצורך בבחינת חוויית בהקשר של ה'הרגשה' ההלכתית, אל מול דיווחים על 'הרגשות' במובן הרפואי. צורך זה עלה במקביל גם בקרב חוקרים נוספים העומדים על מפגש השיח ההלכתי והרפואי וממצאיהם פורסמו והינם נגישים לקהל הרחב.[[145]](#footnote-145) עם זאת, ממצאיהם של אלה מבוססים על מדגם נשאלות קטן יחסית של 195 נשים, והוא ממוקד בעיקר בהיבטים הרלוונטיים להלכות נידה, ובכך הוא מאמץ את הפרספקטיבה של ספרות ההלכה ואינו מתייחס די צורכו למחקר הבינלאומי על אודות תחושות המלוות את הווסת. על כן, החלטתי כי יש צורך לערוך מחקר עצמאי על מנת לבחון את שכיחות הדיווח של נשים כיום על ה׳הרגשה׳ בהיקף רחב יותר, הכולל הסתמכות על מחקרים בינלאומיים קודמים ביחס לתחושות גופניות של נשים במחזור החודשי ובעת הווסת, תוך התאמה לשדה הישראלי ומתוך ניסיון לקבץ ידע רחב ביותר על נושא זה, בקרב נשים יהודיות ממגזרים שונים. לשם כך נבנה כלי מחקר ייחודי ומקיף על ידי נשות מקצוע מתחומים מגוונים. השאלון פורסם והועבר באמצעות המדיה החברתית בשיטת ׳כדור השלג׳ באופן מקוון במשך שלושה שבועות. על השאלון התקבלו בסך הכול 1,217 תשובות. לאחר המקבץ הראשוני, השאלון הועבר דרך חברת הסקרים 'פאנלס פור יו', על מנת לתת ייצוג לנשים בעלי מאפיינים דמוגרפיים שלא באו לידי ביטוי מספק במקבץ הראשון, ובשל הטיה שנמצאה בממצאים. כך ונוספו כמעט 200 משיבות נוספות. סך הכול נותחו תשובותיהן של כ-1,415 נשים. ניתוח מורחב יפורסם בהמשך, בעז״ה, באופן שיעניק תמונה רחבה ביחס לנשים וגופן בכלל ולא רק בהקשר של מפגש השיח ההלכתי והרפואי.

גיל המשיבות נע בין 14 ל-67 (ממוצע הגילאים והחציון הינם 34.5, השכיח הינו 37). 64% מהן נשואות, עוד 12% בזוגיות, 20% רווקות, ו-4% גרושות. כמעט מחצית מהמשיבות הן דתיות (בהגדרות דתיות שונות) (47%), עוד כ-20% מגדירות עצמן כמסורתיות, כשליש מגדירות עצמן כחילוניות או אתאיסטיות (32%), ו-2% ענו כי הן חרדיות. 52% מהמשיבות למדו בבתי ספר ממלכתיים דתיים, לעומת 39% בבתי ספר ממלכתיים. כמעט מחצית מהמשיבות מתגוררות באזור ירושלים או יהודה ושומרון (45%) ו-29% באזור המרכז (גוש דן, השפלה, השרון). היתר פזורות בערים וביישובים שונים על פני ישראל. 90% מהנשים שנשאלו העידו כי הן עוקבות אחר המחזור החודשי שלהן באופן כזה או אחר, כ-20% מסתמכות על תחושותיהן הפיזיות והנפשיות בלבד לצורך מעקב זה.

ראשית נבחנה הישנות התופעות של ההרגשה ההלכתית על פי דיווחי הנשים. הן התבקשו לציין האם הן נוטות להרגיש תופעות אלו או לא סביב קבלת הווסת שלהן, וניתנה להן האפשרות לסמן כי אינן שמות לב. כפי שניתן לראות, אחוז מאוד נמוך של משיבות דיווחו כי הן "לא שמות לב כלל" אם הן חוות את אותן תחושות. כלומר, רובן המוחלט של המשיבות (מעל 90%) מדווחות שהן שמות לב האם התחושות הללו מתקיימות או לא מתקיימות בגופן. עם זאת, נראה כי מעט מאוד מהן מדווחות על כך שהן חוות את ההרגשה כפי שהיא מתוארת בשפה ההלכתית. מלבד גודש בבטן התחתונה לפני קבלת הווסת, פחות מ-30% מהנשים מדווחות על הישנות חוזרת של תופעות ההרגשה במובן ההלכתי סביב המחזור החודשי שלהן.

שנית, נשאלו המשיבות על שכיחות תופעות פיזיולוגיות הידועות כנפוצות סביב קבלת הווסת ברפואה המודרנית.

מעל 60% מהמשיבות חוות בדרך כלל או תמיד התכווצויות רחמיות (66%), שינויים בעיכול (62%), שינויים בתיאבון (61%), מחצית חוות בדרך כלל או תמיד כאבי גב (52%), חשקים למזונות מסוימים (47%) ואי נוחות בבטן (51%). עבור תסמינים אלו אחוז הנשים שדיווחו כי אינן שמות לב אם הן חוות אותן או לא נע בין 1%-5%- כלומר, מרבית הנשים שמות לב אם תופעות אלו מתרחשות אצלן או לא.



ניתוח מעמיק יותר שערך השוואה בין נשים המתרגלות את שיטת המודעות לפוריות (שמ"פ) ברמה מסוימת, לעיתים או באופן קבוע (412), לבין נשים שאינן מתרגלות שיטה זו (995), העלה כי קיימים הבדלים מובהקים בדיווחיהן על הרגשה מסוימת מסך ההרגשות במובן ההלכתי: נשים המתרגלות שמ"פ נטו לדווח יותר על תחושה של

התנתקות בתוך הבטן בעת קבלת הווסת (2.58 בקרב המתרגלות לעומת 2.39 בקרב אלו שאינו מתרגלות, sig=0.036). בכל הנוגע לדיווחים על תחושות פיזיולוגיות – נמצא דווקא כי נשים שלא מתרגלות שמ"פ נטו יותר להרגיש שינויים במערכת העיכול (3.88 לעומת 3.61, sig=0.000), שינויים בתיאבון (3.81 לעומת 3.62, sig=0.007), חשקים למאכלים מסוימים (3.54 לעומת 3.24, sig=0.000), רגישות בגפיים (2.73 לעומת 2.53, sig=0.022), וכאבי פרקים (2.49 לעומת 2.29, sig=0.035). במילים אחרות, תחושות פיזיולוגיות אלו אינן מצריכות בהכרח תרגול של שיטה להגברת המודעות על מנת שנשים יבחינו אם הן חשות בהן. לא ניתן לקבוע על סמך הנתונים את הסיבה לכך שנשים שמתרגלות שמ"פ נטו לחוש תסמינים אלו בשכיחות נמוכה יותר, אמנם יש מקום לשער כי תרגול השמ"פ מגיע כחלק מדרך חיים הכוללת התאמה בריאותית לגוף ועל כן ייתכן ונשים המתרגלות שמ"פ חוות פחות תסמינים פיזיולוגיים פתולוגיים סביב הווסת.

לסיכום ממצאי הביניים, ניתן לומר כי מן הנתונים עולה באופן ברור ש**נשים שמות לב לתחושות השונות המלוות את כל המחזור החודשי שלהן, כלומר יודעות להגיד אם הן מרגישות את התחושות השונות או לא, בין אם מדובר בתחושת ההרגשה כפי שהיא מתוארת בשפה ההלכתית ובין אם מדובר בסימפטומים אחרים המוכרים ברפואה המודרנית, בין אם סביב קבלת הווסת ובין אם בזמנים אחרים בחודש.** מעניין לציין כי אחוז נמוך במיוחד מהנשים ציינו כי הן מתַרגלות את שיטת המודעות לפוריות (9.7%), שיטת שרמן (2%), שיטת אביבה (0.7%), או מתרגלות יוגה (8.5%) או פילאטיס (10%) באופן קבוע ועקבי. **ניתן להסיק מכך שגם נשים שלא למדו מודעות גופנית באופן מכוון, יודעות לדווח על קיומן או אי קיומן של הרגשות סביב קבלת הווסת שלהן**. למרות השינוי הפרדיגמטי של לימוד שיטות למודעות גופנית ועידוד הפניית תשומת הלב במכוון, נמצא שיש עדויות של נשים על חוויותיהן הגופניות סביב קבלת הווסת שלהן. גם כאשר אינן עוסקות במיקוד הקשב למתרחש בגופן. אפשר להציע כי בכך יש עדות בדבר קולן של נשים בכלל, התקף ומודע להתרחשויות גופניות בכלל ועל אחת כמה וכמה ביחס לנשים המפנות את תשומת ליבן במיוחד אל הגוף.

בנוסף, עולה כי שכיחות הדיווח על תחושות פיזיות גבוהה משכיחות הדיווח על ההרגשה ההלכתית. האחוז הגבוה של משיבות המגדירות עצמן דתיות מעיד על כך שמרבית מדגם המחקר לא נפגש עם המונחים לראשונה בטופס השאלון. מעניין עם כך לציין כי על אף ההיכרות המשוערת של המשיבות עם מושג ההרגשה, גם אם ברמה השטחית ביותר, אחוז נמוך מאוד תיארו את חוויות המחזור החודשי שלהן באמצעותו.

**הפער בין הפנומנולוגיה הנשית לעולם ההלכתי נחשף אגב כך כפער שיש להתייחס אליו. להערכתי, לאור תוצאות הביניים, לא ניתן יהיה להתעלם מהאפשרויות שנחשפות במהלך מחקר זה בבואנו לקבוע את סוגיית ה'הרגשה'. על מנת לעגן שינוי זה במציאות, ישנו צורך ביצירת מדגם רחב יותר, ובד בבד צורך ביצירת מסגרת של שיח הלכתי המתייחס ישירות לנתונים בבואו להכריע בסוגיית ה'הרגשה'.**

ממצא זה מחייב הכרה בכך שמה שהוגדר בהלכה כ׳הרגשה׳ ולאחר מכן עבר איון לכדי אי קיומה של ה׳הרגשה׳, איננו משקף את כלל החישות של נשים את גופן. נוכח זאת עולה האתגר, **האם יש לקיים הרחבה של מה שהוגדר עד כה כ׳הרגשה׳ ובכך להוביל להחמרה, או שמא להכיר בכך כי נשים אכן בנות הרגשה הן, אלא שלא בהכרח הרגשה גופנית בעלת משמעות הלכתית**. מוצא זה מהווה פתרון הנצמד לעיקרון של ׳כוחא דהיתרא עדיף׳ ואיננו משנה את סדרי עולם ההלכה ובמקביל מאפשר להימנע מהשתקת חוויות הגוף של נשים.

**סיכום**

הפסיכולוגית קרול גיליגן אמרה בעקבות דבריו של הנוירו־ביולוג אנטוניו דמאסיו – ״כשאנו יוצרים הפרדה בין נפשנו לגופנו, או מנתקים בין המחשבות לתחושות, אנו מאבדים את היכולת לזכור את הצליל או התחושה שנלוו להתרחשויות, ומפסיקים להבין את מה שהרגשות והגוף שלנו יודעים״.[[146]](#footnote-146)

לאורך ההיסטוריה הכתובה בשלשלת ההלכה היהודית נשים לא היו שותפות במרחב הלמדני. אמנם, ניתן לחלץ נוכחות שלהן מבעד לכתוב או במקרים יוצאי דופן, אך ראוי לתת את הדעת ולהרחיב את השערים באופן של האזנה לקול העולה ממפגש ההלכה והמציאות, כפי שהדברים מקבלים ביטוי עתה וכפי שהשפתיים דובבות לאחר שנים ארוכות, נראה כי הדרך עודנה ארוכה. מהפכת הלימוד לנשים הפכה אותן ליותר ויותר בנות בית בעולם זה, וכתוצאה מכך, חידדה את הקונפליקט שלהן, הדורש ליבון ומענה.

המקרה של דין הרגשה בנידה הוא דוגמה לפרספקטיבה שמתווספת בימינו אנו, בשל תפוצת הידע הרפואי־גינקולוגי בקרב נשים ואנשים (כחלק ממהפכת הדמוקרטיזציה של הידע), ולצד זאת (ואולי בקורלציה) עליית המודעות של נשים למתרחש בגופן. מה ששנים קודם לכן לא היה בר־השגה מבחינה אוריינית עבור אישה יהודייה, הופך נגיש יותר ויותר עבור מבקשת הדעת. כך, שחלק מהשאלות העולות ביחס לדין הרגשה נוגעות בסוגיות פדגוגיות של השכלה ובערות, חינוך להבנת מושגים הלכתיים על בוריים, היכרות שיקולי דעת הלכתיים לכאן ולכאן והענקת מענה לנשים המבקשות לקיים חיי הלכה מתוך בקיאות בים התלמוד וההלכה.

מחובתם של המשיבות והמשיבים בהלכה לדייק סמנטית ולומר מהי הרגשה הלכתית ומתי איננה מתקיימת ובתוך כך לדאוג לכך שחלילה לא ישתמע כאילו נאמרת אמירה גורפת בדבר הרגשותיה של אישה את גופה, את רחמה ועוד. לרטוריקה ההלכתית, מתברר, יש השתמעות מעבר לשאלת הטמא והטהור, האיסור וההיתר, ועל כן יש לדייק את הדברים ביחס לשאלת קיומה של 'הרגשה' כשאלה הלכתית, מבלי לייחס לה משמעות ותוקף רחבים על אודות הגוף ומודעות להתרחשויות בו. על הסמכות ההלכתית המשיבה בדיני נידה לזכור ולהציע פנייה לגורמי רפואה מקצועיים להנהרת התרחשויות גופניות ולא לתרום להשתקת הגוף – לא מצד סכנה מוחשית ולא מן הצד האתי שבביטול דיווח על חוויות רגשיות וחושיות.[[147]](#footnote-147)

שיח הלכתי ושיח גופני יכולים להתקיים זה לצד זה, או להיחוות כמשלימים או כמתנגשים זה עם זה, אך יש לדאוג שלא יתקיים ביטול של אחד מהם. מאמר זה הינו בבחינת צעד ראשון בכיוון.

הקושי בהכרה בנשים כבנות אוריין גם בהלכות הנידה וגם בהרגשות גופן מתכתב באופן מסוים עם התפיסה הכללית של נשים כלמדניות בשיח החברתי כמסוכנות למרקם החברתי.[[148]](#footnote-148)

השאלה המשמעותית העולה מן הדיון הנלווה למחקר הכמותי היא – מדוע לא להחשיב תופעות שלא הוגדרו כ'הרגשה' עד כה ולכלול אותן תחת ההגדרה ההלכתית? זהו גם הכיוון של כתב העת 'המעין',[[149]](#footnote-149) אבל עמדתי היא שגישה זו תעודד החמרה והיא איננה הדרך ההלכתית היאה להישענות על חכמים בשל הכלל ״ואין לנו להוסיף חומרות על החומרות...״.[[150]](#footnote-150) לכן, המוצא בעיניי הוא לומר שיש הרגשות מסוגים שונים שמתקיימות אצל נשים אבל הן אינן בגדר 'הרגשה הלכתית', האוסרת בבחינת ׳עד שתרגיש בבשרה׳, אלא מיני הרגשות שאין להפעיל עליהן את הקטגוריה של ׳דין הרגשה׳ בנידה.[[151]](#footnote-151) יש אשר יכריעו אחרת. על כן, הנתונים מונחים כאן וזאת על מנת לפתוח דיון מחודש על דין הרגשה ולהזמין כל פוסק ופוסקת להשתתף בדיון זה, יחד עם תיווך הדיון לקהל הרחב.

רופא כל בשר ומפליא לעשות ברא את האדם נשמה בתוך גוף, ואת האחריות על הגוף הפקיד ברשות האדם עצמו וברשות האישה עצמה. באחריותנו לשמור על רמ"ח איברינו ככל האפשר. הקשב המתמיד לגוף מאפשר לאישה לסמוך על עצמה מבלי לחשוש, להכיר תודה לגוף שאינו שותק, אלא מאותת ומתקשר. זהו קשב עדין שאינו חורץ גורלות ואינו נבהל מאיתותי הגוף, אלא יודע לתת להם מקום ולאפשר מרחב של פרשנויות, הלכתיות ורפואיות. זוהי תנועה של אמונה: אמונה ביוצר האדם ובתורת ישראל ואמונה ב׳עצמי׳ (Self) וביכולת להכיר ולהבין את הגוף, לחדד את החושים כלפיו ולפתח אכפתיות, קשב ואחריות לצד המשך החוויה של "מָה אָהַבְתִּי תוֹרָתֶךָ כָּל הַיּוֹם הִיא שִׂיחָתִי".

1. \* מאמר זה הבשיל אצלי במשך תקופה ארוכה אני מודה לכל אלה שליוו אותי בשיחות ובעצות לאורך הדרך. בראשם מורתי הרבנית ד"ר מיכל טיקוצ'ינסקי ששיחות עימה לאורך שנות לימודי ושימושי תחת הסמכתה – הביאו אותי להכרעה לכתוב מאמר זה. ראשון לדיאלוג על פילוסופיה של ההלכה ומקרה המבחן של הלכות נידה היה מורי פרופ׳ אבינועם רוזנק, אני מודה לו על התוויית הדרך לאורך שנים ועל הענקת כלים וידע בתחום. תודה לד"ר חגית הכהן וולף, על הסיוע בגיבוש השאלון הכמותי, לאלו שסייעו במשימת הפרשנדתא של הדאטה האדיר שנצבר, אחוה יאלר־צוריה, אישי ורעי האהוב אדם הנקינד כ"ץ. תודה לעוזרי המחקר שליוו אותי בשלבים שונים: הרב גיא צבירן, הרב אברהם אוריה קלמן, אריאל ליכטרמן, גפן ויזנר־לביא ומרב למברגר. תודה גם לקוראות ולקוראים השונים על הערותיהם ועצותיהם: הרבנית ד״ר חנה אדלר לזרוביץ׳, חורש אל־עמי, אודיה גולדשמידט־אלחדד, יעל גוראון, יונתן הווארד, עטרה הרמן, דביר חדד, הרב יששכר כ״ץ, עו״ד ניצן כספי־שילוני, ד"ר יונתן לורברבוים, הרבנית ד״ר איילת הופמן ליבזון, ד״ר יאיר ליפשיץ, הרב ד״ר אביעד סטולמן, הרבנית דבורה עברון, הרבנית אלומה פלורסהיים, אילה פלק, עו״ד אלעד קפלן הרבנית בתיה קראוס, הרב רפאל קרויזר, ד״ר אלישבע רוסמן סטולמן, הרבנית רחל ריינפלד וכטפוגל. תודה מיוחדת לפרופ׳ פנחס רוט שהביאני לגלות רגעים לפני ירידת המאמר לדפוס את מחקרו של ד״ר אלי שריאל המאיר נתיבים גיאו-הלכתיים בדין הרגשה.

   המאמר נכתב בעקבות שאלות ואמירות שמצאתי ששבות ועולות לפניי כמשיבה בהלכה. אני מודה למי שבחרו ובוחרים להיעזר בי, לפתוח את הצפונות ולשתף בחוויות המלוות את קיום הלכות נידה כנשים וכזוגות, לחומרא ולקולא.

   מאמר זה נערך גם על ידי הדס אחיטוב, ואני מודה לה על כך מאוד.

   אני מודה לכולן ולכולם מקרב לב. האחריות על כל שגגה היא כמובן שלי.

   [↑](#footnote-ref-1)
2. עשויה להשתמע מכאן תפיסה מקטבת המעמידה מן העבר האחד של המתרס את ההלכה, כקוטב שמרני, המתעדף ערכים דתיים על חשבון חיים נורמטיביים תקינים ומוביל את האישה (ובכלל, את האדם) לסכנות בריאותיות; ומן העבר האחר העולם 'הנאור' וה'מתקדם' שבו אין מקום לערכים דתיים ורוחניים, ובו האישה היא בת חורין, אשר בריאותה נשמרת, ובכלל הדאגה לשלומה עומדת במרכז. אך הנחת המוצא של כלל דבריי במאמר זה היא שאין קיטוב שכזה כלל, והדאגה לבריאות הגוף ולשלמותו היא נדבך מרכזי בפסיקת ההלכה מאז ומעולם. כשנשים מתעלמות מתחושותיהן הן עושות זאת על מנת להרבות בטהרה ולא להיאסר. מגמת המאמר היא לחתור לשימור הסינרגיה ההרמונית הזו על אף הצרימות שהוזכרו, ולבטל את הסכנות שמצטברות ועלולות להוסיף ולהצטבר בדרך. חובה אתית והלכתית זו מתבטאת גם במחקריה של ננסי טואנה המתארים את קיומה של 'אפיסטמולוגיה של הבערות' במדע ומציבים את החובה להתרחק מאי־ידיעה שמביא לפגיעה, בבריאות האישה למשל: N. Tuana, ‘The speculum of ignorance: The women's health movement and epistemologies of ignorance’, *Hypatia*, 2006, 21.3, pp. 1-19. [↑](#footnote-ref-2)
3. להלן פירוט השתלשלות הדין ותפיסת מקומו כמרכזי בעמודים... ובהערות מס׳...

   J. Neusner, ‘From Scripture to Mishnah: The Origins of Tractate Niddah’, *JJS* 29 (1978), pp. 135–148; J. D. C. C. Kraemer, ‘Developmental Perspective on the Laws of Niddah’*, Conservative Judaism* 38, 3 (1986), pp 3-26. ועל דרך שמירת הלכות נידה למעשה כמענה למקרה של בעל קרי ראו: י' דינרי, 'חילול הקודש ע"י נידה ותקנת עזרא', מ"ע פרידמן ואחרים (עורכים), **תעודה** ג, תל אביב תשמ"ג, עמ' 17–37; ש' עמנואל, 'שבעה נקיים: פרק בתולדות ההלכה', **תרביץ** עו (תשס"ז), עמ' 233–254; א' ליפשיץ, 'היבטים פילוסופיים בהלכות הרחקות מנידה, נימוקיהן והתפתחותן, מימי התנאים ועד המאה ה-13', עבודת מוסמך, אוניברסיטת בר אילן, רמת גן תשס"ז; וכן, ניסיון להסביר פרספקטיבות נוספות בתולדות ההלכה של נושא זה ומשמעותם לחיי המעשה: ה' גורדין, 'הרחקות נידה: איסור וטומאה', ז' מאור (עורך), **שני המאורות: השוויון במשפחה ממבט יהודי חדש,** אפרתה תשס"ז, עמ' 277–302. [↑](#footnote-ref-3)
4. ש' סגל־כץ, ׳הלכות נידה לא נועדו להרחיק אותך מגופך׳, אתר **מגזין גלויה**. סגל־כץ, ׳אחריות אישית מבורכת: בשבח האוטונומיה על האינטימיות׳, שם. [↑](#footnote-ref-4)
5. כפי שהראה מילגרום ש״בבשרה״ משמש כיופמיזם לאיבר מינה ממש ורק לאחר מכן הפך הדיון אל המתרחש **בתוך גופה, בתוך בשרה**. J. Milgrom, **Leviticus. Anchor Bible** 3, 3a, 3b, New York: Doubleday, 2001, pp. 277-284.‏ [↑](#footnote-ref-5)
6. תחום זה דורש כמובן התמודדות רחבה יותר, במסגרת אחרת, מעבר להלכות נידה בכלל. המקרה של דין הרגשה המהווה סעיף לא רחב בתוך מכלול הלכות נידה עשוי ללמד גם על דוגמה נקודתית וגם על תמונה רחבה יותר בדבר אופן הדיונים ההלכתיים כיום, תוך הישענות על שלשלת הפסיקה, בשילוב ידיעות רחבות יותר על אנטומיה ורפואה בכלל, משמעויות נפשיות ועוד, והגעה למסקנה הלכתית אחראית שמועברת בכתב ובעל פה לקהל שהופך להיות יותר ויותר בר־אוריין במחשבת ההלכה. [↑](#footnote-ref-6)
7. רב־תחומיות מחקרית זו היא הגילום המתקיים בגופה של האישה, לא רק במבט־על אלא ממש בעת יישום הדברים. [↑](#footnote-ref-7)
8. על רפואה מגדרית ראו: מ' גלזרמן, הרפואה המגדרית: לקראת המובן מאליו, תל אביב 2014, עמ' 24–25; א' לייסנר, 'רפואה מגדרית: האם היא טובה לנשים?', המשפט**,** טז (תשע"א), עמ׳ 481–523. על פוליטיקה של הגוף והטיות מגדריות בשדה המדיקלי ראו: ט' גולן, 'ניתוח פילוסופי־מגדרי של השיח הרפואי הכתוב בתחום הגינקולוגיה בישראל 1980-2017', עבודת דוקטור, אוניברסיטת חיפה, 2020. [↑](#footnote-ref-8)
9. כאן, אבקש לפרוש את שורשי הדיון ההלכתי מתוך מפגש עם שיח עכשווי על אודות גופן של נשים ובעז״ה ביריעה אחרת אידרש למשמעות הנושא לדרכי הפסיקה ולפילוסופיה של ההלכה בכלל, הן ביחס ל׳רוח הזמן׳ המאגדת גם בקשה של טבעיות, גם נגישות אל אוצרות הידע; גם בקשת רווחה גופנית וקיומית וגם הישענות על שלשלת הפסיקה והרוח העולה ממנה. לאורך המאמר אציף שאלות הנוגעות לדין הרגשה אך, כל בי רב יבין ותבין כי הדברים רלוונטיים לעולם ההלכה בכללותו על אודות השתמעויות בדבר רצף ומסורת. במובן זה המאמר מבקש להצביע על תפר עדין שבין תיאוריה לפרקסיס, בין דיון הלכתי לבין חיי ההלכה למעשה. במסגרת הפרישה הראשונית שאציע כאן, אשלב נתונים ממחקר אמפירי שביצעתי, כצעד ראשון בדיון. המחקר האמפירי המלא יפורסם ויידון בעז״ה במאמר המשך אשר עליו אני כבר שוקדת [↑](#footnote-ref-9)
10. ראו בראשית י"ח, יא; ל"א, לה. וכן ראו: ט' פיליפ, 'המחזור החודשי והלידה במקרא: פוריות וטומאה', עבודת דוקטור, האוניברסיטה העברית בירושלים תשס"ג, עמ׳ 77–82. [↑](#footnote-ref-10)
11. ​​בשלב הפוליקולארי, ההורמון הדומיננטי הוא האסטרוגן הפועל להבשלת הזקיקים בשחלות וצונח מיד לאחר הביוץ. בשלב הלוטאלי, הפרוגסטרון הופך בהדרגתיות להורמון הדומיננטי ופועל לעיבוי רירית הרחם, על מנת לתמוך בביצית שאולי תופרה. כאשר אין הפריה, רמות הפרוגסטרון צונחות, דבר שמוביל לנשירת רירית הרחם ולמעשה לדימום הווסתי. הווסת נמשכת בין יומיים לשבעה ימים, ואורך המחזור כולו, מהיום הראשון לדימום ועד ליום שלפני דימום הווסת הבא, משתנה מאישה לאישה ונע בדרך כלל בין 24 ל־35 ימים. [↑](#footnote-ref-11)
12. ט' תמיר (עורכת), **נשים לגופן: בריאות, גוף, מיניות, יחסים**, בן שמן 2011, עמ' 352–353. [↑](#footnote-ref-12)
13. שם, עמ' 350–352. [↑](#footnote-ref-13)
14. ממחקרים עדכניים עולה כי אישה הסובלת מתסמינים קדם־וסתיים קשים, עלולה לסבול בשנות פוריותה במצטבר כ־3.8 שנים של מוגבלות וכאב, בדומה למחלות כרוניות, פיזיולוגיות ונפשיות אחרות המשפיעות עמוקות על איכות החיים.T. Pearlstein, ‘Prevalence, impact on morbidity, and disease burden’, *The Premenstrual Syndromes*. CRC Press, 2007, pp. 49-66. [↑](#footnote-ref-14)
15. ועוד על נאמנותה של האבחנה הרפואית בהלכה ראו: אליעזר שריאל, מסורת בזמן משבר: תולדות ההלכה באזור פוזן במחצית הראשונה של המאה הי"ט כמקרה מבחן לזיקה שבין תהליך המודרניזציה לבין התגבשות ההלכה, עבודת דוקטור, האוניברסיטה העברית בירושלים, תשע״א, עמ׳ 103, 111-113, 234-245. [↑](#footnote-ref-15)
16. נראה שהקבלה זו גם טמונה ב׳רוח הזמן׳ ובה בעת עולה המדיקליזציה במקביל להלכיתזציה במהלך 300 השנים האחרונות. המהפכה הקופרניקאית של המדע איננה זהה לתהליכי התקבלות ההלכה בעידן ה׳אחרונים׳ ובכל זאת רב המשותף בתהליכים שבשדות אלו. ראו להלן הערה 131 וגוף המאמר. [↑](#footnote-ref-16)
17. דוגמה לכך היא המושג 'צירי ברקסטון׳ על שם הרופא ג׳ון ברקסטון אשר תיאר לראשונה בשנת 1872 צירים שאינם מביאים ללידה ומהווים התכווצויות ספורדיות של שרירי הרחם, ועל כן כונו ׳צירים מדומים׳ או ׳צירי אימון׳, המשמשים להכנת הגוף ללידה, אך אינם מבשרים על תחילתה. הצירים הללו נחשבים ׳נורמליים׳ להיריון. זוהי דוגמה לאופן שבו רופא גבר התווה את השיח המדיקלי ביחס להתרחשות בגוף האישה (תודה לאלעד קפלן שחלק עמי תובנה זו). אגב כך מתרחש גם פער בין השיח ה'מקצועי' לשיח של נשים לבין עצמן על מה שהן מכירות כהטרמה ללידה. P.M. Dunn, ‘John Braxton Hicks (1823–97) and painless uterine contractions’, *Archives of Disease in Childhood – Fetal and Neonatal Edition* 1999; **81:**F157-F15.

    ישנן השערות כי זהו מעין 'אימון' לשריר הרחם לקראת הלידה – אשר במהלכה הוא אמור לעבוד בצורה מתואמת. השערה אחרת מציעה כי יש לו תפקיד בזרימת הדם. השערה נוספת היא כי לצירים השפעה על הכנת צוואר הרחם ללידה (בהם הוא מתקצר ומתרכך). השערה אחרת גורסת כי צירים אלו מסייעים לרחם לעצב את צורתו סביב העובר. ברם**, בשדה הרפואי, אף אחת מהשערות אלו אינן מבוססות מחקרית**. יש מי שמצאו השפעה חיובית של צירים אלו על רווחת העובר שברחם, ראו: M. La Verde, G. Riemma, M. Torella, C. Torre, S. Cianci, A. Conte, C. Capristo, M. Morlando, N. Colacurci & P. De Franciscis, ‘Impact of Braxton-Hicks contractions on fetal wellbeing; a prospective analysis through com puterised cardiotocography’, *Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 2021, DOI: 10.1080/01443615.2021.1929115. ניתן למצוא התייחסות אל צירי הברקסטון כחלק מתהליך הלידה הטבעי עם משמעות עבור הלידה עצמה, בעיקר בשיח מיילדותי בעל זיקה לגישות טבעיות ורוחניות. כך למשל [ההדגשות שלי – שס״כ]: ״נשים רבות עוברות תקופה של הכנה ללידה, שנקראת לעיתים 'צירים מדומים', לפני שהצירים האמיתיים שלהן מתחילים. **אני הייתי קוראת להתכווציות הרחם הלא־סדירות הללו צירי־הכנה ולא צירים־מדומים, כי יש להם מטרה נוספת מלבד לשטות בנו**;... לקראת העבודה המצפה להם, והם מתחילים את הריכוך של צוואר הרחם שמסתיים בסופו של דבר בפליטת הפקק הרירי״. איינה מיי גסקין (תרגום: שירה היימליך ורחלי לביא) **מיילדות רוחנית,** יקיר 2018, עמ׳ 289. כך גם אפשר למצוא בספר הדרכה לקראת הלידה המשלב שפה אמונית ורוחנית, כיצד אין ערעור על ההבחנה בין צירים **מדומים** לבין צירים **אמיתיים** ועם זאת היחס אל הצירים המדומים מוביל להכרה בתפקיד שלהם כהכנה ללידה כמה שעשוי לסייע בהנעת הלידה על ידי האישה ועם חיבור לכל ההתרחשויות בגופה, מבלי להפחית מחשיבות הצירים המדומים. נ׳ רחל בן־דוד,  ׳ברקסטון היקס – שלח לי ציר נאמן׳, **להרות כוחות – ללדת חיים: הכנה יהודית ללידה,** תל־אביב 2014, עמ׳ 196-195. [↑](#footnote-ref-17)
18. למשל בספרא על ויקרא ט"ו, יט: "בבשרה – מלמד שהיא מטמאה בפנים כבחוץ". [↑](#footnote-ref-18)
19. דם מכה למשל, אינו מטמא. למעט המקרה המיוחד של דם בתולין, שהוא דימום הנכנס לגדר ׳דם מכה׳ אך אוסר מדרבנן כגזירה מיוחדת. [↑](#footnote-ref-19)
20. טור ושולחן ערוך סי' קפג. ולאחר מכן בסי' קצ, סעיף א: "דבר תורה אין האישה מטמאה ולא אסורה לבעלה עד שתרגיש שיצא דם מבשרה, וחכמים גזרו על כתם... ואסורה לבעלה אפילו לא הרגישה... ואם הרגישה שנפתח מקורה להוציא דם ובדקה אחר כך ולא מצאה כלום, יש מי שאומר שהיא טמאה". [↑](#footnote-ref-20)
21. אני משתמשת במושג 'וסת' במשמעות "הַפרָשת דם מן הרחם במחזור חודשי", כפי שמופיע באקדמיה ללשון עברית, ובהמשך לטרמינולוגיה המשנאית. שימוש זה מאפשר להימנע מן הבלבול של השימוש במילה 'מחזור' הן לכלל המחזור (cycle) והן לזמן הדימום menstruation)). [↑](#footnote-ref-21)
22. שולחן ערוך וטור, סי' קפג, קצ. ואף הש"ך שם, ס"ק ב חוזר ומבהיר שאף על פי שאינה אסורה מדאורייתא היא אסורה מדרבנן. וראו הדיון להלן בסוגיות התלמוד הרלוונטיות. [↑](#footnote-ref-22)
23. ש' סגל־כץ, ׳הקלות והחמרות בהלכות נידה׳, אתר **מגזין גלויה**; ש' סגל־כץ, ׳האבולוציה של הנידה: מנין הגיעו וכיצד השתלשלו הלכות נידה?׳, שם. [↑](#footnote-ref-23)
24. נידה נז ע״ב וכן, רש"י על נידה נח ע"א, ד"ה מדרבנן. ותוספות על נז ע״ב, ד״ה קתני מיהא על בשרה. [↑](#footnote-ref-24)
25. משנה תורה, הלכות איסורי ביאה פרק ט, הלכה א. [↑](#footnote-ref-25)
26. ואפשר גם לפרש שברוב הפעמים מרגישה ולא תמיד – כך בתוס' ורמב"ן בסוגיה בדף ג – או שמדובר על שכחה של הרגשה שהרגישה, כך אולי בתוס' בדף נז ע"ב ד"ה הרואה כתם ת"ש. [↑](#footnote-ref-26)
27. כחלק ממגמה כללית יותר של שימת הדגש בשיח הטומאה והטהרה על דרכי אבחון הטומאה והעברתה, ולא על מקורה. ראו: M. Balberg, *Purity, Body, and Self in Early Rabbinic Literature*, Berkeley 2014, pp. 17-47. [↑](#footnote-ref-27)
28. הציטוט על פי כתב יד קאופמן וכך בשינויים קלים גם בכתב יד פארמה ובדפוס ראשון, כפי שהביא עדיאל כהן במאמרו, 'דין הרגשה עיון מחודש', **נטועים** י (תשס"ג), עמ' 41. [↑](#footnote-ref-28)
29. בדפוסי המשנה נוספה כאן המילה 'דם'. [↑](#footnote-ref-29)
30. המשנה משמעותית להבנת המושג ׳הרגשה׳ משום שההרגשה ׳בבשרה׳ מקבלת בהמשך מובן של ׳זעזוע הגוף׳, ברם זעזוע זה יוחס קודם כול אל הזב במשנה, נידה פרק ה משנה ב, ותיאור הרגשה גופנית נסב בהמשך גם ביחס לגבר השופך/פולט זרע. כך בבבלי נידה מג ע״א: ״אמר שמואל: כל שכבת זרע שאין כל גופו מרגיש בה – אינה מטמאה״. [↑](#footnote-ref-30)
31. אם הכוונה הייתה לפתיחת הרחם ממש, הרי שאפשר לייחס את ה׳הרגשה׳ כך, כבר לתנאים. אלא שלא בהכרח לזו הכוונה. [↑](#footnote-ref-31)
32. וראו את הסברו הנהיר של הסדרי טהרה (קצ, א): "אלא ודאי דחזקת דם שהוא בהרגשה, רק בכתם אמרינן כיון דלא ארגשה הוא מן התורה טהור, ולא חיישינן שמא ארגשה ולאו אדעתיה, דזה אינה אלא חששא דרבנן...". [↑](#footnote-ref-32)
33. משנה תורה, הלכות איסורי ביאה פרק ט, הלכות א-ב. [↑](#footnote-ref-33)
34. סדרי טהרה, סי' קצ, ס"ק צג. כך גם מצדד האור זרוע, הלכות נדה חלק א, סי' שנא: ״שלא אמרו חכמים להחמיר אלא להקל... היינו כשתראה האישה ודאי שהרגישה בראייתו אלא שגזרו רבנן על הכתמים היינו ודאי שממנה יצא דם אף ע"פ שלא הרגישה – טמאה, אבל לספק לא הזקיקוה הלכך, היכי דאיכא למתלי לקולא תלינן אפילו כנגד התורפה הדתנן תולה בכ"ד שהיא יכולה לתלות...״. [↑](#footnote-ref-34)
35. ר' משה יצחק אביגדור, **פרדס רימונים**, בני ברק תשס"א, עמ' כה-לו. [↑](#footnote-ref-35)
36. לעיל, הערה 20. [↑](#footnote-ref-36)
37. A. Hoffmann Libson, *Law and Self-Knowledge in the Talmud*, Cambridge 2018, pp. 80-88 [↑](#footnote-ref-37)
38. כבר ר' יחזקאל לנדא טען שהנימוק אינו שלו אלא של סתמא דגמרא (נודע ביהודה, יורה דעה, מהדורה קמא סימן נה). לדברי שמא פרידמן, תמיד יש מקום לחשוד בהסברים המובאים לדברי האמוראים שהם תוספת של ה'סתמא'. ראו: ש' פרידמן, 'פרק האישה רבה בבבלי, בצירוף מבוא כללי על דרך חקר הסוגיא', ח"ז דימיטרובסקי (עורך), **מחקרים ומקורות**, א, ניו־יורק תשל"ח, עמ' 302; אולם חוקרים שונים ערערו על השיוך החד־משמעי של השכבה הסתמאית לשלב כרונולוגי מאוחר יותר; ראו: י' קרצ'מר־רזיאל, 'סתם התלמוד כתופעה התפתחותית: סוגיות הפתיחה למסכת נדרים בירושלמי ובבבלי', **תרביץ**, 86 (יולי-ספטמבר 2019), עמ' 660–661, וראו שם, עמ' 611–615 ובהערות שוליים. בסוגיה זו מצב העניינים שונה מעט כמובן, שהרי פרשנותם של רב אשי ורב ירמיה מדפתי משפיעה גם היא על פרשנות דברי שמואל. [↑](#footnote-ref-38)
39. ראו במאמרו של י' קרצ'מר־רזיאל, (שם). וכן: י' ברודי, 'סתם התלמוד ודברי האמוראים', **איגוד** א (תשס"ח), עמ' 213–232. [↑](#footnote-ref-39)
40. כהן (לעיל, הערה 20); הופמן־ליבזון (לעיל, הערה 35). [↑](#footnote-ref-40)
41. הופמן־ליבזון (לעיל, הערה 35), עמ' 89–90. וראו על כך עוד אצל תרצה מיטשם (לבית יורה), '"נשים לאו בנות הרגשה נינהו": על גירוי מיני בפסיקה', טובה כהן (עורכת), **אישה ויהדותה: שיח פמיניסטי־דתי עכשווי**, ירושלים תשע"ד, עמ' 153–171. וראו גם את הצעתו של שריאל לזהות את הידע האנטומי (גיניקולוגי) שהיה מצוי בעת העתיקה כמפתח להבנת דברי חז"ל, ביחס לתפיסות אנטומיות שונות של האישה ולמסקנות הלכתיות הנגזרות מכך: ״לא מן הנמנע כי מחלוקת ר' מאיר ורבי יוסי תואמת למחלוקתם של אריסטו ושל היפוקרטס״, עמ׳ 217. [↑](#footnote-ref-41)
42. ראו למשל בסוגיה בעניין 'הזרעה' נשית: נידה לא ע"א: "אמר רבי יצחק אמר רבי אמי: אישה מזרעת תחילה – יולדת זכר, איש מזריע תחילה – יולדת נקבה". ובדומה לזה בבבלי, בבא קמא צב ע"א: "'כי עצר עצר ה'' – אמר ר' אלעזר: שתי עצירות הללו למה? אחת באיש – שכבת זרע, שתים באישה – שכבת זרע ולידה". [↑](#footnote-ref-42)
43. נידה סו ע"א: "אמר רבא: תבעוה לינשא ונתפייסה – צריכה שתשב שבעה נקיים". רש"י שם, ד"ה צריכה: "שמא מחמת תאות חימוד ראתה דם". [↑](#footnote-ref-43)
44. C. E. Fonrobert, *Menstrual Purity: Rabbinic and Christian Reconstructions of Biblical Gender*, Stanford 2002, pp. 261-262, n. 39. וראו במשנה נידה פ"ב מ"ה: "משל משלו חכמים באישה: החדר והפרוזדור והעלייה. דם החדר טמא; נמצא בפרוזדור – ספקו טמא לפי שחזקתו מן המקור"; וכן בבלי, נידה יז ע"ב: "רמי בר שמואל ורב יצחק בריה דרב יהודה תנו נדה בי רב הונא. אשכחינהו רבה בר רב הונא דיתבי וקאמרי: החדר מבפנים, והפרוזדור מבחוץ, ועלייה בנויה על שתיהן, ולול פתוח בין עלייה לפרוזדור. נמצא מן הלול ולפנים – ספקו טמא, מן הלול ולחוץ – ספקו טהור". ועוד. וראו פונרוברט, שם, עמ' 48–64. הופמן־ליבזון (לעיל, הערה 35), עמ' 76 מבקרת את פונרוברט על כך שתיארה את ההחפצה של הגוף כפרקטיקה מגדרית. לדעתה יש לתאר את דברי חז"ל כמערכת יחסי כוח כללית יותר בין אליטת החכמים להדיוטות. קריאה זו משיקה להגדרתם של חוקרי המשפט העברי יקיר אנגלנדר ואורית קמיר את המשגת הגוף של חז"ל כ'שני גופים', גוף חיצוני וגוף פנימי. בהיות רחם האישה חלק מהגוף הפנימי המכונה 'בית הסתרים' שבו נפתח פתח לדיון ספקולטיבי מסועף בטיבו ובמתרחש בתוכו, דווקא בשל העובדה שהוא מצוי בתוככי הגוף ואיננו מגולה. י' אנגלנדר וא' קמיר, ''בשר־בושה סרוחה רימה': הגוף והבושה בעולמם של חז"ל', **מדעי היהדות**, 49 (תשע"ג), עמ' 101-57. במיוחד עמ' 63-61, וכן עמ' 85. [↑](#footnote-ref-44)
45. פונרוברט, שם, עמ' 70–73. וראו גם י' גזונדהייט, 'גורם הזמן בטומאת הנידה', **עלון שבות** 172 (תש״ע), ובמיוחד עמ׳ 57. [↑](#footnote-ref-45)
46. קריאה זו של פונרוברט מתקשרת למגמה מתרחבת ברחבי השיח הפמיניסטי (שאת הדיה אנו מוצאים גם במחקר האתנוגרפי הפמיניסטי) הכללי, המבקשת להיות גם ביקורתית כלפי עצמה. כך למשל, נדרשת רפלקסיביות כלפי היחס שבין הנחות המוצא הפמיניסטיות ובין תפיסתם העצמית של מושאי המחקר במרחבים שמרניים. כלומר, דיון פמיניסטי על הלכות נידה יכול לצאת מהנחה כי הנשים מוחלשות בסיטואציה זו לכתחילה, ברם, חובת המחקר לזנוח גם את הנחת היסוד הזו ולבחון את מקומן של הנשים במרחב ההלכתי ובמרחב של הלכות הנוגעות לנשים בפרט, באופן שאינו מוטה מהנחות מוקדמות. [↑](#footnote-ref-46)
47. הרטמן, שם. וכן, ראו:A. Lis, ‘Niddah 2.0: Jewish Menstrual Purity in the Internet Age’, Doctoral dissertation, Brandeis University 2011. [↑](#footnote-ref-47)
48. תרגום שלי. M. Hartman Enk, ‘The Babylonian Talmudic Narratives of Niddah and their Implications on Rabbinic conceptions of women’, MA Thesis, Ramat Gan 2015, pp. 35. [↑](#footnote-ref-48)
49. O. Avishay, ‘“DOING RELIGION” IN A SECULAR WORLD: Women in Conservative Religions and the Question of Agency’, *Gender and Society* 22:4 (2008), pp. 409-433; idem, ‘Halakhic Niddah Consultants and The Orthodox Women’s Movement in Israel’, *Journal of Modern Jewish Studies* 7:2 (2008), pp. 195-216 [↑](#footnote-ref-49)
50. שם, עמ' 428. [↑](#footnote-ref-50)
51. בגמרא מובאים מספר תרחישים כדי להציע הסבר מה עשוי להיות מקור ההרגשה האלטרנטיבית וה'מבלבלת'. כך בלשון הגמרא: "לעולם דארגשה, ואימור: הרגשת מי רגלים הוא… לעולם דארגישה, ואימור: הרגשת עֵד הואי… לעולם דארגישה, ואימא: הרגשת שמש הוה". [↑](#footnote-ref-51)
52. פונרוברט (לעיל, הערה 36), עמ' 76–79. את הטענה שהסוגיה מבקשת בסופו של דבר לרסן את דין ההרגשה בגלל האיום שלו על המערכת ההלכתית, מקבלת גם הופמן־ליבזון (לעיל, הערה 35), עמ' 92. [↑](#footnote-ref-52)
53. ראו רש"י נידה נח ע"א ד"ה רב אשי אמר. פרשנותו זו על דברי רב אשי, המציעה הסבר לשמואל שאינו קשור להרגשה כלל, היא אחת הסיבות להחזיק בפירוש המובא לעיל לדברי שמואל, ועל פיו הנימוק של פסיקתו בדין 'הרגשה' הוא תוספת של הסתמא ולא מדבריו המקוריים של שמואל. [↑](#footnote-ref-53)
54. פונרוברט (לעיל, הערה 36), עמ' 79–83. [↑](#footnote-ref-54)
55. עיינו גם בהצעה כי התמורה בדין הרגשה הינה תגובה לחומרא דר׳ זירא, כדברי שריאל, עמ׳ 197-202: ״דין "הרגשה" של סתמא דגמרא ושל ר' ירמיה מדיפתי נועד להתגבר על הקושי שנוצר ביישומה של "חומרה דרבי זירא" במציאות ההיגיינית של העת העתיקה״. [↑](#footnote-ref-55)
56. שם, עמ' 83–100; הופמן־ליבזון (לעיל, הערה 35), עמ' 92–96. [↑](#footnote-ref-56)
57. תוספות שם ד"ה מודה שמואל; חידושי הרשב"א שם ד"ה מודה שמואל. [↑](#footnote-ref-57)
58. משנה תורה, הלכות איסורי ביאה פרק ט, הלכות א-ב, י; טור, יו"ד, סי' קצ; שולחן ערוך, יו"ד, סי' קצ, סעיפים א, י. [↑](#footnote-ref-58)
59. בית יוסף, יו"ד, סי' קפח, קצ. בסימן קפח כתב ר"י קארו על דברי תרומת הדשן ש"חומרות יתירות הן ולית דחש להו", אולם הדברים שם מוסבים על מקרה שבו האישה ראתה מראה טהור שניתן לתלות בו את ההרגשה. על הייחודיות שבהבאת הבית יוסף את דברי תרומת הדשן האלו, ראו: ת' קלמן, 'השימוש בפוסקים אשכנזים בספר בית יוסף: הלכות נידה וטבילה כמקרה מבחן', עבודת מוסמך, באר שבע 2012, עמ' 54-53, 59-57. [↑](#footnote-ref-59)
60. שולחן ערוך, יו"ד, סי' קצ, סעיף א. וראו בסדרי טהרה על אתר, שסבר שלשון המחבר "חומרות יתירות הן" (ב"י סי' קפח), מוסב גם על דין זה, שהרגישה בלא מראה טהור שניתן לתלות בו, ולפיכך גם במקרה זה יפסוק ר"י קארו שהאישה אינה נאסרת. וכך כנראה דעת הרמ"א, שבדרכי משה (יו"ד, סי' קפח, סעיף ב) הקשה על חומרת תרומת הדשן ולא ראה לחלוק על דברי ר"י קארו בשו"ע. שריאל מצביע על כך כי הרמ״א מחיל את הקטגוריה ההלכתית של "ספיק ספיקא" גם בדיני תלייה במכה (יורה דעה קפז ז), עמ׳ 228. אולם בספר יד מלאכי (כללי השו"ע ורמ"א סי' יב), מובא שעל פי רוב, כשכותב ר"י קארו "יש מי שאומר", כוונתו לציין שהדין הוא דעת פוסק יחיד אך "אין שום חולק בו", ושהמחבר עצמו פוסק את הדין. השוו שם סימן ד, שכאשר דעה המובאת בב"י לא מובאת בשו"ע, משמע שר"י קארו לא פוסק אותה. [↑](#footnote-ref-60)
61. תורת השלמים, סי' קצ, ס"ק ב; פלתי, סי' קצ, ס"ק ג; חוות דעת, ביאורים סימן קצ, ס"ק ג. כפי שהראה שריאל (עמ׳ 119), ניתן להבין כי ר׳ לורברבוים מליסא קיבל החומרא בשל היצמדותו לכלל מן הגמרא (נדה נז ע״ב) ״לעולם דארגישה, ואימור הרגשת עד הואי״, בכך ניתן לשער כי: ״למראית עין בידינו הוכחה לאופי המודרני והמחמיר של הפסיקה האורתודוקסית בפוזן: אל מול רוחות המודרנה המשתוללות ומאיימות על יציבות התא המשפחתי, שהנו אבן היסוד של הקהילה האורתודוקסית, מציב ר' יעקב לורברבוים מתרס הגנה בכך שהוא שולל מהאישה את נאמנותה בנוגע לגופה, ומעביר לידיו את הסמכות ההלכתית שאותה הוא מנצל כדי לפסוק לחומרה ולטמא את האישה״.שם, עמ׳ 105. [↑](#footnote-ref-61)
62. דרכי משה יו"ד, סי' קפח, סעיף ב; שו"ת רדב"ז, חלק א, סי' קמט; שו"ת שאילת יעבץ, חלק ב, סי' ה. [↑](#footnote-ref-62)
63. תורת השלמים, סי' קצ, ס"ק ב, הקל בזה אך שו"ת חתם סופר, חלק ב (יו"ד), סי' קסח, החמיר בזה. וראו הדיון בפתחי תשובה, יו"ד, סי' קצ, ס"ק ז. [↑](#footnote-ref-63)
64. ראו הדיון המובא בפתחי תשובה, שם, ס"ק ג-ד. ר' יקותיאל יהודה הלברשטאם, צמצם את חומרת תרומת הדשן להרגשה ספציפית עוד יותר: "זו הרגשה מיוחדת שנפתח להוציא דם, כמו שמרגשת תמיד בשעה שמוציאה דם, אבל בהרגשת פתיחה שלא להוציא דם לא החמיר גם התה"ד ולא הזכירו בשו"ע" (שו"ת דברי יציב, יו"ד, סי' פו). [↑](#footnote-ref-64)
65. ראו כרתי ופלתי, סי' קצ, ס"ק ג, שצידד להקל, וחוות דעת, סי' קצ, ס"ק ב שצידד לאסור. בפתחי תשובה, סי' קצ, ס"ק ז, אומר שמתייחסים לכך ככל ספק, ולכן כשיש ספק נוסף (ספק הרגישה, הרגשה שאינה דאורייתא וכו'), נוקטים להקל, וכן פסק ב**דרכי טהרה** עמ' יג, ועוד צידד להקל באישה שלבושה בבגדים תחתונים לבנים צמודים, שיש לומר שהייתה רואה כתם אם היה דימום. [↑](#footnote-ref-65)
66. ה**חכמת אדם**, כלל קיג, סעיף ג, פסק שאישה שמוחזקת לראות מראה טהור לאחר הרגשה יכולה להקל, וכן ב**דרכי תשובה**, סי' קפח, ס"ק יח, ובדרכי טהרה א, פרק א עמ' יד. (כאן ולהבא על פי מהדורת ירושלים תשמ"ו) פסק שחזקה כזו נוצרת גם במקרה שלא ראתה כלום, כל עוד לא מדובר באותה ההרגשה שמלווה את הדימום הווסתי עצמו, שאז החזקה נעקרת. [↑](#footnote-ref-66)
67. בשו"ת תשובה מאהבה חלק ג, סי' שסג, כתב שאין לדרוש בחומרת תרומת הדשן ברבים, אלא רק להחמיר כשבאים להישאל על כך ולהקל במקום שיש ספק. ובאופן דומה הכריע הרב עובדיה יוסף, טהרת הבית חלק א, סי' ז, א, עמ' שלד-שמא, שחומרת תרומת הדשן היא רק בהרגשת פתיחת פי מקור ורק אם יודעת בוודאות שהרגישה. גם במקרה כזה, הוא תופס שהחומרה הזו היא רק מצד ספק, ולכן מכריע שאין לברך על הטבילה. [↑](#footnote-ref-67)
68. תוספות רי"ד על נידה ז ע"ב, ד"ה אמר שמואל. [↑](#footnote-ref-68)
69. עולה תהייה שמא מבעד לדבריו של שמואל משתקפת מסורת הלכתית שעברה מאם לבת מעצם חיי המעשה ולא כחלק מהדיונים הבית מדרשיים. כאן יש להעיר שהדיון על היחסים שבין המסורת הפרקטית ובין זו הספרותית יכול לצאת נשכר מחשיבה מגדרית, שהרי נשים לא לקחו חלק בעיצוב המורשת ההלכתית־ספרותית, אך לקחו חלק רב בביצוע והעברת המסורת הפרקטית. כן ראו: H. Soloveitchik, *Rupture and Reconstruction: The Transformation of Contemporary Orthodoxy, Tradition*, 28:4 (1994), pp. 64-130; מ' פרידמן, 'מסורת שאבדה: כיצד ניצחה האות הכתובה את המסורת החיה – עיון בפולמוס השיעורים', ע' ברהולץ (עורך), **מסע אל ההלכה: עיונים בין תחומיים בעולם החוק היהודי**, תל אביב 2003, עמ' 218-196. [↑](#footnote-ref-69)
70. ראו גם: הרב י"ח ברוין, 'בעניין הרגשת יציאת הדם בנדה', **נר מערבי – קובץ חידושי תורה של חברי כולל בית אברהם**, לוס אנג'לס תשל"ח, עמ' קח-קטו. [↑](#footnote-ref-70)
71. מרי דגלס טענה כי את מצוות התורה הנוגעות לגוף, כגון דיני הכשרות והאישות, אי אפשר להסביר רק בכך שהן נועדו להיטיב עם בריאות האדם. לדעתה, חוקים אלה באים לסמן קטגוריות של זיהום/טומאה וניקיון/טהרה, וגם אם חלק מהמצוות אכן מועילות לבריאות האדם, כפי שטען למשל פילון, יש להן טעמים נוספים. דגלס לא הפרידה בין ניקיון וטהרה ובין זיהום וטומאה ועל כך זוכה עד עתה לביקורות, ברם, בדבריה הניחה תשתית לדיון תרבותי בעצם היחס אל הדם בתוך הדת היהודית וביחס לנשים בפרט. ראו: מ' דגלס, **טוהר וסכנה – ניתוח של המושגים זיהום וטאבו** (תרגום: יעל סלע), תל אביב 2010, עמ׳ 36, 99, 102-101, 241-219. וכן: ז' קריסטבה, **כוחות האימה – מסה על הבזות** (תרגום: נועם ברוך), תל אביב 2005, עמ׳ 53, 58, 61. ועוד עולה במאמרה של תניה צ'יפמן, 'התמודדות של נפגעות תקיפה מינית עם הלכות נידה', ט' כהן (עורכת), **אישה ויהדותה: שיח פמיניסטי־דתי עכשווי**, ירושלים תשע"ד, עמ' 147, שהגדרת הנידה כ'טמאה' יוצרת קונוטציה של שיפוטיות: זהו אינו דם רגיל של פצע אלא דם הטעון במשמעות שלילית, המייצג אפילו סוג של מוות. הסמנטיקה הדתית, המכנה את שבעת ימי הטהרה 'שבעה נקיים', מחזקת אף היא את התחושה שהימים שקדמו להם הם 'ימים מלוכלכים'. ועוד ראו: א׳ אוריין, **דם גופך – דם באמנות הבזות של נשים בשנות ה-70 וה-80**, תל אביב 2013, עמ׳ 19-13, 202-189 ולאורך הספר כולו. ולדעתי, הבנה זו הקושרת בין טומאה וטהרה לבין היררכיה של לכלוך וניקיון איננה קיימת לכתחילה במינוחים ההלכתיים, אלא שכך הדברים משתמעים ובפרט עבור נשים דוברות הלכה (ביטוי שטבעה הרבנית מלכה פיוטרקובסקי, ראו הערה בסוף המאמר...) בימינו, וכי הדיון הסמנטי הנדרש הוא לכנות את שבעת ימי הליבון **'ימי התנקות**'. ברם, עובדה מוגמרת היא שכך נשים מפענחות לרוב את השפה ההלכתית ויש לעמול על הבדלה בין שפת היומיום לשפת ההלכה, גם בעניין זה. [↑](#footnote-ref-71)
72. תרומת הדשן, סי' רמו. וכן מציע הרב מרדכי הלפרין שהרגשה אינה סיבה לאיסור אלא סימן לכך שהיה גורם מטמא ספציפי, על כן ניתן להיעזר ולהשתמש גם בסימנים אחרים כראיה לכך שהיה גורם אוסר. ראו: מ' הלפרין, **אמונת עתיך** 105 (תשע״ה), תשובה 19 – 'הרגשה' בתחילת מחזור. [↑](#footnote-ref-72)
73. הרבנית זיוית ברלינר הציעה את האפשרות שהכוונה היא לתחושת ההתכווצות ברחם המופיעה אצל חלק מהנשים, בדומה להתכווצויות המלוות את פתיחת הרחם בצירי הלידה. עולה מכאן שהתיאור הסובייקטיבי 'פתיחת המקור' הוא תיאור ככל הנראה של נשים, שהחכמים שמעו משואלות (או אחרות) והסתמכו עליו כשיקול פרשני. ראו: ז' ברלינר, 'בין דם לכתם – עיון במושג ההרגשה ובמקומו בפסיקת ההלכה למעשה', **דרישה**, 2 (תשע"ז), עמ' 98, הערה 22, עמ׳ 16. [↑](#footnote-ref-73)
74. שולחן ערוך, יו"ד, סי' קפח, סעיף א; סי' קצ, סעיף א; סי' קצא, סעיף א. [↑](#footnote-ref-74)
75. ראוי להקדיש מחקר עצמאי ליחס שבין תמורות אלו ובין שינויים בתפיסה המדעית וההלכתית בעת החדשה. לעת עתה, ראו: מ' כהנא, **תרנגולת בלי לב: דת ומדע בכתיבה הרבנית במאה השמונה־עשרה**, ירושלים תשפ"א. [↑](#footnote-ref-75)
76. הרב שלמה לוי, '"הרגשה" בזמן הזה', **אסיא**, עג-עד (תשס"ד), עמ' 128–138. [↑](#footnote-ref-76)
77. הכוונה ככל הנראה ל'שאננות' במובן של יושבות לבטח, כלומר ראויות להסתמך עליהן בבחינת המציאות. מקורו של פשט הביטוי בישעיהו ל"ב, ט. [↑](#footnote-ref-77)
78. מובא בשו"ת שב יעקב, יו"ד, סי' לט. [↑](#footnote-ref-78)
79. תפארת צבי על השולחן ערוך, יו"ד, סי קצ, יד. [↑](#footnote-ref-79)
80. שו"ת נודע ביהודה, מהדורא קמא, יו"ד, סי' נה. הנודע ביהודה מבקש לערער על דברי תרומת הדשן ומציע שאין צורך בהרגשה ספציפית של תנועת האיבר הפנימי, הרחם, אלא ניתן להסתפק גם בהרגשה של זיבת דבר לח, דם, בתוך גוף האישה לאחר שיצא מן הרחם. השיקול הפרשני הוא טקסטואלי: לדייק בלשון התלמוד "שתרגיש בבשרה". הבשר מפורש כך לא רק כרחם עצמו, אלא כל המרחב הגניקולוגי וככל הנראה אף הנרתיק והשפתיים. להבנתו ממילא ההרגשה הנדרשת אינה מתרחשת ברחם דווקא אלא שהמסורת הפרשנית של התוספות ותרומת הדשן לימדה על הצורך בתחושה גופנית של אירוע ספציפי בגוף האישה. שיקול טקסטואלי הביאו להציע כי מדובר בתחושה גופנית שונה מזו שהוצעה על ידי הראשונים. ראו ברלינר (לעיל, הערה 63). פרשנות זו עומדת על רקע מגמה כללית של הנודע ביהודה, כפי שהראה מעוז כהנא, **מהנודע ביהודה לחתם סופר: הלכה והגות לנוכח אתגרי הזמן**, ירושלים תשע"ו, עמ' 164, וראו ההפניות שם, הערה 216, ובמיוחד מאמרו: הנ"ל, 'משנים את מידות העולם: חוג הלומדים המהפכני בקלויז ברודי ומהפכת יחידות המידה בראשית העת החדשה', *AJS Review*, 37 (2013), עמ' 29–53. [↑](#footnote-ref-80)
81. ראו למשל בשו"ת חתם סופר, יו"ד, סי' קמה, קנ, קסז, קעא; טהרת הבית חלק א, סי' א, ד, עמ' יד-יז. וראו מקורות רבים נוספים אצל הרבנים גבריאל גולדמן ומנחם בורשטיין, **ספר פועה**, ירושלים תשע"ד, כרך א, עמ' 123– 124, הערה 12. וכן פסק הרב שמואל וואזנר, **שיעורי שבט הלוי – נידה**, סי' קצ, ס"ק א (עמ' קנו), אולם לשיטתו אם ראתה בנוסף להרגשת זיבת דבר לח, עדיין צריכה לחשוש. [↑](#footnote-ref-81)
82. הרב רחמים חוויתה הכהן, **שו"ת שמחת כהן**, חלק ב, יו"ד, סי' מז. מלבד חילוק זה הרב חוויתה הכהן גם נוטה לדעת החתם סופר, שהרגשת הנודע ביהודה אינה נחשבת כלל. [↑](#footnote-ref-82)
83. ר' יעקב מליסא, חוות דעת, ביאורים על שולחן ערוך**,** יו"ד, סי' קצ, א, הרב עובדיה יוסף, טהרת הבית**,** א, ד. סיוג זה מקרב את הרגשת 'זיבת דבר לח' של הנודע ביהודה להרגשת פתיחת פי המקור של תרומת הדשן. והשוו לדברי מיטשם (לעיל, הערה X), עמ׳ 154: ״בבואם לתאר את מערכות ההפריה והגירוי המיני של נשים, השתמשו חכמים בשם העצם ׳הרגשה׳... משמעותו... התחושה הפנימית שמרגישות נשים בעת שדם המחזור עוזב את הרחם ומגיע לנרתיק... כאשר נשים מרגישות שהדם עוזב את הרחם בתוך הגוף... אלא שמבחינה פיזיולוגית, הרגשה כזאת היא למעשה כמעט בלתי אפשרית היות ואזור זה בגוף איננו רגיש״. ואת דבריה בדבר חוסר היכולת להרגיש ׳שם׳ מבססת מיטשם לדבריה על דברי הגינקולוגית פרופ׳ ס׳ לי אדמסון. [↑](#footnote-ref-83)
84. חוות דעת, שם. [↑](#footnote-ref-84)
85. פתחי תשובה, יו"ד, סי' קפג, ס"ק א (על פי חוות דעת חידושים, סי' קפג, ב). [↑](#footnote-ref-85)
86. חתם סופר חלק ב, יו"ד, סי' קעא. וראו גם: שם, סי' קמה, קנ, קסז. מעוז כהנא (לעיל, הערה X, עמ' 255–258) הרחיב ביחסיו של החתם סופר אל הנודע ביהודה ואל רבו, הרב נתן אדלר, וגם על אלו המתבטאים במחלוקת זו. וראו בשו"ת מכתב סופר, יו"ד, סי' יא, לבן החת"ס, שפוסק לחשוש כנודע ביהודה, ובשו"ת אמרי אש יו"ד, סי' סא-סג, תלמיד החתם סופר, שחולק גם כן על רבו (מובא אצל כהנא, שם, עמ' 257 הערה 83). [↑](#footnote-ref-86)
87. שו"ת חתם סופר, ב (יו"ד), סי' קסז. מעבר לתיאור האנטומי הנכון על סמיכות האיברים, גם עצבּית יש לדבר בסיס, משום שהשלפוחית וצוואר הרחם חולקים עצבים האחראים על התחושה בשל סמיכותם. [↑](#footnote-ref-87)
88. רוח דומה אנו מוצאים בדבריו של ר' משה פיינשטיין, שתפס את הרגשת פתיחת פי המקור בדומה לערוך השולחן ואף הוא ערער על טענת אי־ההרגשה של הנשים: "וה'אין יודעות' הוא רק מה הן מרגישות... אבל ודאי הרגישו" (שו"ת אגרות משה, יו"ד, ד, יז, אות יב). הרב פיינשטיין רמז שהוא רואה ב'ווסת הגוף' הרגשה גם כן, כשהוא כותב שם לגבי הרגשה "וגם הרבה נשים מרגישות כחולות מזה". כך כבר דייק מדבריו גם הרב שלמה לוי (לעיל, הערה 66), עמ' 133. [↑](#footnote-ref-88)
89. דין 'וסת הגוף' הוא הגדרה של עיתוי כרונולוגי מסוים, הקשור למחזור הזמן או לפעולה שהאישה מבצעת, שלאחריו סביר להניח שהיא תראה דם נידה. ראו שבועות יח ע"ב; שו"ע, יו"ד, סי' קפד; **דרכי טהרה**, פרק ז; **שערי אורה**, שער שישי; **פניני הלכה**, טהרת הבית, פרק ו. וכן גם ביחס לשאלה אם תסמינים של בחילות וצמרמורות דינן כהרגשה לטמא מן התורה. ראו: א"צ לונצר, **מעדני אשר**, חלק ד, סי' ב. [↑](#footnote-ref-89)
90. משנה תורה, הלכות מטמאי משכב ומושב פרק ג, הלכה ו; שם, הלכות איסורי ביאה פרק ח, הלכה ב. [↑](#footnote-ref-90)
91. ר' משה יצחק אביגדור (לעיל, הערה 27), **פתחי נידה**, עמ' סב: "ויכו"ל [=יכול להיות – שס״כ]שכל המאורעות הנ"ל[=המתוארים בהלכות מטמאי משכב ומושב ג, ו ובהלכות איסורי ביאה ח, ב] הם ג"כ בכלל מ"ש בפ"ה [=בהלכות איסורי ביאה] הרגיש גופה כו' והכוונה למאורעות הנ"ל"; **שו"ת מהר"ם שיק** סי' קעד, קעז, קפד; **שו"ת ציץ אליעזר**, חלק ו, סי' כא, ב. [↑](#footnote-ref-91)
92. מעניין להרהר מדוע לא נעשה שימוש ב׳אמרה לי אם׳ על מנת לכלול את תיאורי הנשים על תחושותיהן, כפי שנעשה בהקשרים מסורתיים והלכתיים אחרים על בסיס הדפוס שהתווה אביי בבבלי, יומא עח ע״ב וכן שבת קלד ע״א. אני מודה לד״ר חיותה דויטש על העלאת הרהור זה, והוא דורש עיון שלא במסגרת מאמר זה. [↑](#footnote-ref-92)
93. ערוך השולחן, יו"ד, סי' קפג, סעיף נט; הרב אשר וייס, **מנחת אשר** – נדה, ירושלים תשס"א, סימן א אות ב, עמ' יד; **ספר פועה** (לעיל, הערה 71), עמ' 123. [↑](#footnote-ref-93)
94. ראו ר' מאיר בראנדסדארפער, **קנה בושם**, על השו"ע סי' קצ, בירורי שיטות, סימן ב אות א, שכתב שאמנם אפשר להקל בכתם בלא הרגשה כשלעצמו לתלות כשהוא קטן מכגריס, אבל מתוך החשש בעניין זה הוא מורה להחמיר בבדיקת עֵד בכל פעם שמוצאת כתם כזה(!). וראו גם דיונו של הרב שלמה לוי בשני אלה (לעיל, הערה 66), עמ' 134–135. וראו אצל הרב שמואל וואזנר, **שיעורי שבט הלוי** – נידה, סי' קצ, ס"ק ב, שמתוך ההנחה ש"הנשים הרבה פעמים טועות וסבורות שלא הרגישו", מורה ש"צריך בירור ודאי שלא הרגישה", ו"יש להחמיר עד שיצא הספק מלבנו, ולשאול כמה פעמים שתדקדק לזכור אם הרגישה". [↑](#footnote-ref-94)
95. קובץ תשובות, חלק א, סי' פד. ההדגשות שלי. על הקשר בין החמרה זו לבין הדיון הלמדני, האם 'הרגשה' היא 'סימן' או 'סיבה', הצביעה כבר הרבנית זיוית ברלינר (לעיל, הערה 63), עמ' 105. נראה שבעמדה דומה החזיק הרב יוסף דב סולובייצ'יק, כפי שהביא הרב צבי שכטר משמו: "רבנו הבין בדין הרגשה, דהיכא דידוע לנו בודאות שהדם בא מן המקור, טמאה האישה מן התורה, אפילו בלא הרגשה. ובאינה יודעת בודאי, אז בעינן הרגשה לשויי' כוודאי, כדי לטמאה מן התורה" (הרב צבי שכטר, **נפש הרב**, ירושלים שנה, עמ' רלד, וראו גם: הרב צבי שכטר (עורך), **שיעורי הרב הגאון רבי יוסף דב הלוי סולובייצ'יק** – נדה, ירושלים תשע"ד, עמ' ט-י. יש לציין שעמדתו העקרונית של הרב אלישיב, שהרגשה היא סימן ולא סיבה לטומאת האישה, היא הדעה הפחות נפוצה באחרונים. ראו: ברלינר שם, עמ' 96, וראו אצל הרב אשר וייס, **מנחת אשר** – נדה, סימן א אות א, עמ' יא-יב; הרב עובדיה יוסף, **טהרת הבית** א, א, ג, עמ' ז-י. אולם מדברי הרב אליעזר מלמד, **פניני הלכה**, טהרת המשפחהב, ד, משמע שההרגשה היא סימן ולא סיבה: "אפשר לבאר, שהטומאה נוצרת מכך שיוצא מהרחם דם בתהליך שיש בו אובדן חיוניות… טבע הגוף, שדם כזה של אובדן חיוניות יוצא בהרגשה…". וכן, ראו א' ריינר, 'קווים ראשונים לדרכו ההלכתית של הרב יוסף שלום אלישיב', **נטועים** יז (תשע"א), עמ' 85. ועוד ראו הרב אשר שקאני, 'הרגשה בהלכות נדה - סימן או סיבה', **אסיא** (שנה), צא-צב, עמ' 209–211. [↑](#footnote-ref-95)
96. במסגרת מאמר זה אתייחס לספרות הפסיקה ולא לספרות ההדרכה המסועפת שנכתבה בתחום. לעיון מקיף בספרות ההדרכה, ראו: פרנק (לעיל הערה 8), ובעניין דין הרגשה שם עמ' 52-53, 93, 112-109, 134, 237, 288, 345-342. [↑](#footnote-ref-96)
97. והשוו למתח בין ידיעה לאי־ידיעה, בורות שלא מדעת ובורות מדעת במחקרה של טואנה, ר׳ הערה 3 [↑](#footnote-ref-97)
98. הרב אליעזר מלמד, **פניני הלכה**, דיני טהרה, ב, ו. וראו להלן, הערה 104, את מחקרם של ידידיה סטרוק ודוד שץ, הנמנים עם חוגו של הרב מלמד, המתקשר באופן מובהק למגמות אלה. ראוי להעיר גם כן ששיטתו של הרב מלמד עקרונית וחוצת תחומים בהלכה. ראו את תיאורו של הרב אפרים שחור לדרך ההוראה המשתקפת בפניני הלכה: הרב אפרים שחור, 'קווים להנחלת ההלכה למעשה בדורנו', המעיין, 231 (תש"פ), עמ' 302–304. לסקירת הפולמוס ועמדה מנוגדת, ראו הרב יהונתן שמחה בלס, 'מדוע חובה להכשיר כלים?', המעיין, 231 (תש"פ), עמ' 114–127. [↑](#footnote-ref-98)
99. תרצה קלמן, פורסם כמסמך (ללא כותרת) אשר כתבה והפיצה בציבור ואף הניחה כפוסט בקיר הפייסבוק האישי שלה בתאריך 10.8.2021, ואוחזר בתאריך זה בשעה 18:22. <https://www.facebook.com/100006069904146/posts/2945233522355616/> [↑](#footnote-ref-99)
100. **נשמת הבית: הריון, לידה, הנקה ואמצעי מניעה**, ירושלים תשע"ז. במקביל, מרתק ויש לבחון ביריעה אחרת את האמירות ביחס לנשים כראויות להעיד על המתרחש בגופן ומכאן להכריע הלכתית, לעומת הדגשת הצורך בידע ההלכתי שמקורו רב או רבנית הפוגשים את תיאורי הגוף. [↑](#footnote-ref-100)
101. הרב שמריהו יוסף קרליץ, **חוט השני**, סי' קפג; אליבא דדברי יציב ניתן להניח שפעם נשים היו מרגישות תחושה גופנית קלה אך בימינו הדבר בטל וישנה גם תחושה חזקה יותר של זעזוע וכאב: "בזמה"ז דליכא כלל הך הרגשה קלה דפתיחת פי המקור אלא ההרגשה דזעזוע וצער שהיא הרגשה גדולה". [↑](#footnote-ref-101)
102. הרב אשר וייס, **מנחת אשר** – נדה, סימן א אות ד, עמ' טז-יח. [↑](#footnote-ref-102)
103. ראו למשל אצל הרב מרדכי ויליג, 'הרגשה בזמננו', **בית יצחק**, לט (תשס"ז), עמ' 328–330, הקובע שאף שנשים אינן מרגישות, הן ייאסרו מדאורייתא על ידי זרימת שפע דם שמגיע בתזמון של מחזור חודשי. וראו גם בספר בעריכת הרבנית חנה הנקין והרב יהודה הנקין, **נשמת הבית: הריון, לידה, הנקה ואמצעי מניעה**, ירושלים תשע"ז, עמ' 215–218, שם פסקו המשיבות שבמציאות הנתונה, שרוב הנשים לא מרגישות, אין לחשוש לדעת הרב אלישיב שיש טומאה דאורייתא גם בלא הרגשה. עם זאת פסקו המשיבות שבהגיע המחזור החודשי הקבוע האישה תיאסר, משום שהתזמון קובע טומאה מדאורייתא, וכן כשהאישה רואה דם מרובה בשטף תיאסר, משום שיש להניח שהייתה הרגשה. וראו דחיית סברת הרב אלישיב גם שם, עמ' 135; תשובת הרב ברוך אפרתי במדור 'שאל את הרב' באתר **כיפה**, 'איך אישה בלי הרגשה נהיית נידה?', (21 ביוני 2012); דברי יועצת ההלכה נירה בלבין במדור 'שאלי את היועצת' באתר **נשמת**, 'האם זאת הרגשה הלכתית?' (א באדר תשע"ז); נחמה שולמן במאמרה, 'הרקע ההלכתי להקלות מעשיות בשמירת הטהרה', באתר **מקווה־נט** כותבת כך: "ההגדרה ההלכתית ל'הרגשה' היא ברורה ובימינו מעטות הנשים החשות בהרגשה המוגדרת הלכתית... אנו לא נבטל את דיני ההרגשות כלל ולראיית ווסת נתייחס בדין ראיה בהרגשה ולראיה שאינה בזמנה נתייחס בדין 'כתם'"; הרב אלישיב קנוהל, **איש ואישה: זכו שכינה ביניהם – פרקי הדרכה לחתן ולכלה** [מהדורה שנייה מתוקנת ומורחבת], תשע"א, עמ' 152, הערה 11. הרב קנוהל טוען כי גם "נשים הטוענות שאינן חשות בעקירת דם הווסת מרחמן, ואינן חשות כל הרגשה גופנית אחרת בשעת יציאת הדם'. מרגישות משהו בשעת יציאת הדם, למצער בשיא המחזור, והרגשה זו תגרום לאסרן מדין תורה". לפי טענתו, אם לא תרגיש עדיין דבר אפילו בתחילת המחזור, היא תיאסר מדרבנן בלבד. אולם גם הוא מודה שבשיא המחזור הדין שונה: "גם נשים שאינן מרגישות שום הרגשה בשעת המחזור תיאסרנה כנראה בשעת שיא המחזור, כי הולכים לפי הרוב". ראו גם **ספר פועה** (לעיל, הערה 71), עמ' 123 שמכריע שרק הרגשת "פתיחת הפה הפנימי של צוואר הרחם" או ש"נזדעזע גופה" אוסרים את האישה מהתורה. זיבת דבר לח והרגשות "של לקראת הווסת" אינן נחשבות לדעתם להרגשה. ואמנם הם מכריעים, שאישה שאין לה הרגשה "וראתה ווסת", אסורה מהתורה "כאילו הדם בא בהרגשה", משום ש"בכמות כזאת של דם בוודאי הרגישה ולא שמה לב". ניסיון להסביר באופן אחר את הרציונל של פסקה זו ראו אצל הרב יוסף מרקוס, 'הצעה חדשה לפתרון בעיית דין הרגשה', **צהר**, כח (תשס"ז), עמ' 21–26. וראו דחיית טענתו אצל הרב שלמה לוי, 'תגובה ליוסף מרקוס', **צהר**, כח (תשס"ז), עמ' 29–30. גם הרב יואל קטן במאמרו, '"הרגשה" במציאות ימינו (תגובה למאמרו של יוסף מרקוס)', **צהר**, כח (תשס"ז), עמ' 27–28, דחה את טענת הרב מרקוס לטובת הסבר מעין זה המופיע אצל הרב קנוהל ובספר פועה, 'ארגשה ולאו אדעתא'. גם הרב אורי אברהם הכהן מתייחס לסוגיה זו ומציע, אף בעקבות אביו, הרב רא״ם הכהן, כי דם הווסת עצמו הוא האוסר מדין דאורייתא אליבא דשמואל ואף שנדרשת הרגשה בבשר עצמו בעת מצב של שפע דמים הוא הוא סיבת האיסור ומזוהים הדברים כראייה בהרגשה: ״דהיינו, גם כשנשים אינן מרגישות כאבי מחזור יש לומר שנאסרות מדאורייתא כשדם וסתן שופע״. הרב אורי אברהם הכהן, **סוגה משושנים – השתלשלות הסוגיות בהלכות נדה עד ההתפרטות להלכה ולמעשה בתוספת מבואות רפואיים ופיזיולוגיים**, כרך א, עתניאל תשפ״ב, עמ׳ 58-41 ובמיוחד 58-56. [↑](#footnote-ref-103)
104. התשובה האנונימית מופיעה באתר **'דין: בית ההוראה המרכזי לדיינות'**, מדור 'שאל את הרב', תחת הכותרת 'הרגשות נידה' (י׳ באדר התשע"ח; 25 בפברואר 2018). [↑](#footnote-ref-104)
105. ויש לייחד מקום נוסף לבחון האמנם הפער הוא בין האישה המעידה על גופה ומשמיעה את הדברים בפני גברים הפוסקים או, שהפער הוא בין מי שנחשבים המון העם ומעידים על עצמן ועל עצמם לעומת הבאת הדברים להכרעת הבקיאים והפוסקים שאינם מקבלים בהכרח את עדות ההמון על עצמו כדיווח חד ומוחלט. תודתי לרב רפאל קרויזר שהדגיש והדגים בפני זווית זו. [↑](#footnote-ref-105)
106. כנס הלכה כהתרחשות – מושב רביעי, 29-28 בדצמבר 2010, אוחזר בתאריך 24.08.2021 מהתיעוד המוסרט בכתובת <https://www.youtube.com/watch?v=VsSw9ZBZSEs>. [↑](#footnote-ref-106)
107. השיטה פורסמה גם במאמרו: ״נראה כי הקושי בהגדרת טיב ההרגשה קשור לעובדה כי בפועל, בימים קדמונים כבימינו אלה, רוב הנשים הרואות דם אינן מרגישות מאומה". כהן, לעיל הערה ? עמ׳ 45. בכך הוא מתבסס גם על דעות אחרונים כתפארת צבי (על שו"ע יו"ד הל' נידה, סי' קצ אות יד כמובא לעיל בעמ׳ ?.). [↑](#footnote-ref-107)
108. הדברים מופיעים בתיעוד הכנס בדקות 1:30:04-1:29:17: ״לשאלה הראשונה, שטוענת שיש הרגשה – שמעתי, אשתי אמרה לי, שיש איזה אתר אינטרנט שאומרים שם שיש נשים שמתאמצות ומרגישות, לחזור לאיזו שהיא... אני לא יודע, יש גם אנשים שהם מתקשרים, שמרגישים, אני לא יודע, אבל אני אומר כזה דבר – אני שוחחתי עם פרופסור אברהם שטיינברג, מחבר האנציקלופדיה ההלכתית הרפואית, בט' בכסלו,והוא טען בפניי שהתופעה איננה מזוהה, איננה מתועדת מדעית – אין כזה דבר. וזאת הנחת המוצא של ההלכה כפי שאני רואה אותה בספרים״. [↑](#footnote-ref-108)
109. ההדגשות שלי – שס״כ: ״…הבדל עקרוני המומחש כבר בטרמינולוגיה המקראית יש בין בעל קרי לנידה. הזרע יוצא מגוף האיש – "איש כי תצא ממנו שכבת זרע" – ולכן **התחושה הפיסיולוגית המתלווה לפליטתו היא מובהקת וברורה, ולא עלה על דעתי להטיל ספק בקיומה, או להעלות תהיות בדבר מהותה**. לעומת זאת דם הנידה זב מגופה, כלומר ניגר במשך זמן רב, ו**נשים רבות מתקשות להצביע על תחושה מובהקת המלווה את משך זמן זה**. מכל הדברים הללו ניתן להניח בסבירות גבוהה כי לידתו של דין הרגשה במסגרת הלכות נידה יסודו בהשקפה המגובה טקסטואלית המשווה בין נידה לבעל קרי, אלא ש**השקפה זו וממילא ההלכה העולה ממנה חסרה את הפלטפורמה המציאותית לנוח עליה**, ומכאן הקושי הגדול ביישומה… **המקרה של דין הרגשה מלמדת לא על התמודדות ההלכה עם מציאות משתנה אלא על ההלכה אשר משחר לידתה חסרה הייתה את התופעה הגופנית אשר נועדה לעצב וממילא לא יכלה מעולם להתרחש**״. דברי הסיכום בהרצאה שונים מנוסח הסיכום במאמרו בנושא זה, שפורסם קודם להרצאתו: ״יש שביארו כי נשתנו הטבעים… יש שהרחיבו את הגדרת ההרגשה והחילוה על תחושות שונות שנזכרו בקשר לווסת הגוף. רק מיעוט מבין הפוסקים התייחסו להעדר ההרגשה בימינו כשיקול בפסיקה״ ועל כך מוסיף שמאמרו עשוי ״להאיר את התחבטותם של רבותינו האחרונים באור חדש״. עדיאל כהן, 'דין הרגשה עיון מחודש', **נטועים** י (תשס"ג), עמ׳ 47-46.   [↑](#footnote-ref-109)
110. בתגובה לדבריו של עדיאל כהן בהרצאה, שאלה רונית עיר־שי (בדקה 1:17:00): ״שתי הערות, שאלות, אחת לרב עדיאל... איך זה קורה לפי דעתך שההשוואה הזו בין טומאת קרי וטומאת נידה היא מאוד מעניינת, אז איך זה קורה לפי דעתך שגברים נפטרו מהטבילה הזאת מאוד־מאוד מוקדם, ונשים לא?...״. הרב כהן ענה: ״רונית עיר־שי, נו באמת, איזה שאלה חתרנית... רבנים אורתודוכסים עדיין הולכים עם הטקסטים, מה לעשות. התרחשות־התרחשות״. דבריו אלו של המשיב אל השואלת במעמד הכנס מעניינים ביותר. דברים שפרסמה כמה שנים לאחר מכן על הקשר בין איש ההלכה לפסיקת ההלכה במבט מטא־הלכתי על פורמליזם וחירות בשיקולי דעת של פוסקים כמי שמחויבים למסורת הטקסטואלית וגם פועלים בתוכה: ״עמדותיו של איש ההלכה מושפעות מן הסוציאליזציה שעבר לתוך הנורמות התורניות, אך הן אינן מכחישות את כוחו היצירתי בהקשר זה. אבל למרות שככלל אני סבורה כי נורמות היסוד שההלכה מושתתת עליהן אכן אינן שוויוניות בבסיסן ונשענות על תפיסות מהותניות לגבי נשים וגברים ועל תפיסה פטריארכלית ברורה, הטקסט פתוח תמיד לאפשרויות פרשנויות חדשות, והבחירה אם לאמץ תפיסה שוויונית יותר או פחות תלויה בעמדותיו של הפרשן ובאופן שהוא מבין את המציאות המתחדשת ביחס לרצון האל הבסיסי באשר ליחסים הראויים שיש לכונן בין שני המינים״, רונית עיר־שי, 'שיקול דעת הלכתי והטיות על בסיס מגדרי – ניתוח מושגי', **תרבות דמוקרטית** 16 (תשע"ה), עמ' 185-141. שם, עמ׳ 143.<עד כאן רצוי למחוק>אז למחוק גם מארגן הכנס, אבינועם רוזנק, מוסיף שאלה (מופיע ב-1:19:21) [ההדגשות שלי – שס״כ]: ״אתה אומר נידה הדם בתוך בשרה, מחוץ לבשרה נכון הדרשה שמדייקת בב' מול מ', כדאי רק לשאול את השאלה למה אכפת לנו מדם?  חלק מהסיפור זה היחסים בין הגבר לאישה. ולכן **ברור שהדם בתוך האישה עדיין יטמא בגלל שזה מחוץ כלפי הגבר**… אבל זו השאלה, **למה אתה לא מתייחס לחוויה ואתה מתעקש על המילים אם אנחנו עוסקים בחוויות**… **אנחנו עוסקים בהתרחשות, ובתוך התרחשויות לכאורה צריכים לעסוק בחוויה ומה עומד מול בן אדם שמנסה לדבר ואתה עוסק במילים שלו במקום בשאלה מה הם רואים ומה הם מנסים להגיד**״.

     מאוחר יותר עונה הרב כהן גם להערה מאת הרב אלישע אנצ׳ילוביץ [ההדגשות שלי – שס״כ]: ״שמואל לא ממשיך את הקו של ר' נחמיה במשנה. ר' נחמיה אומר את דבריו עדיין במסגרת הלכות כתמים, הוא מחדש את הדין של אינו מקבל טומאה, **אין הרגשה במשנה, אין הרגשה בתנאים, שמואל שם את ההרגשה על המפה** ...רש"י אומר... ששמואל לא איירי בהרגשה כלל. אבל כתוב הרגשה, מתועד בכל כתבי היד. נודע ביהודה אומר... זה הסתמא דגמרא זה לא שמואל, אבל ברור ששמואל חורג משיטת ר' נחמיה. לגבי העניין של ׳סמרה שערה׳ וכולי, זה מה שאמרת שלכאורה שמואל ממשיך את הקו הזה, תסתכל ברמב"ם תראה שזה מובא בהקשר של וסת הגוף, זה לא הקשר של הרגשה. **וסת הגוף זה דרשה אחרת לגמרי, עניין אחר לגמרי, זה נכון שהאחרונים שסבורים שהרגשות הללו, ההרגשות הגופניות הללו זו ההרגשה**, של דברי שמואל הם מסתמכים על דברי הרמב"ם, אבל ברור שזה לא, אין זו פשטות העניין״. [↑](#footnote-ref-110)
111. כפי שראינו לעיל שנוכח באופן עקבי בשיטה של יועצות ההלכה של נשמת בספר מטעמן או בכתיבה אחרת של בוגרות המסגרת, כרבניות נחמה שולמן ותרצה קלמן. [↑](#footnote-ref-111)
112. ט' גנזל, ד' צימרמן, 'ווסת הגוף – היבט הלכתי ורפואי', **תחומין**, כ (תש"ס), עמ' 363–375; ז' ספראי, ח' ספראי, ד' רוזנק, משנת ארץ ישראל – מסכת נידה, אלון שבות 2019, עמ' 463–464. [↑](#footnote-ref-112)
113. ו' וולף, **חדר משלך** (תרגמה יעל רנן), תל אביב 2004, עמ' 93–94, 96. [↑](#footnote-ref-113)
114. א' ריץ', **ילוד אשה** (תרגמה כרמית גיא), תל אביב תשמ"ט, עמ' 162–163. וראו שם עמ' 40. וכן: ק' גיליגן, **בקול שונה: התיאוריה הפסיכולוגית והתפתחות האשה** (תרגמה נעמי בן־חיים), תל אביב 1995, עמ׳ 94–118; הנ"ל 'מהיכן אנו באים/ות ולאן אנו הולכים/ות? הרהורים על חייהן של נשים' (תרגמה דנה ג' פלג), **המשפט**, טז (תשע"א), עמ' 13–35; כ' נורת'רופ, **גופה של אישה: תבונתה של אישה, הדרך לבריאות גופנית ורגשית** (תרגמה טובה קורנפלד־שטרנפלד), [חמ"ד] תשס״א, עמ׳ 57–66; ד' לדרמן־דניאלי, 'אישה חוזרת לגופהּ: השבת האמון אל הגוף', אתר **מגזין גלויה**; וכן, ד' לדרמן־דניאלי, **הרחם יודעת**, [חמ"ד] תשס״ט, עמ׳ 33-13, 76-70, 147-125. [↑](#footnote-ref-114)
115. ת' מיטשם, 'משנה מסכת נידה מהדורה ביקורתית', עבודת דוקטור, האוניברסיטה העברית, ירושלים תשמ"ט. [↑](#footnote-ref-115)
116. ראו למשל: ת' רוס, **ארמון התורה ממעל לה**, תל אביב תשס"ז, עמ' 30. והשוו לטענה האנטי־אורתודוקסית שאין די, מבחינה פמיניסטית, בשינוי ההסברה והמסגור של הלכות נידה, אלא צריך לייצר שינוי רדיקלי בפרקטיקה ההלכתית עצמה. עם טענות מסוג זה על הפמיניזם הדתי להתמודד פעמים רבות. למשל: J. Steinberg, ‘From a 'Pot of Filth' to a 'Hedge of Roses' (and Back): Changing Theorizations of Menstruation in Judaism’, *Journal of Feminist Studies in Religion* 13/2 (1997), pp. 5-26 [↑](#footnote-ref-116)
117. ראו למשל: ר' עיר־שי, 'תפיסות מגדריות בפסקי הלכה', א' רביצקי, א' רוזנק (עורכים), **עיונים חדשים בפילוסופיה של ההלכה**, ירושלים תשס"ח, עמ' 417; הנ"ל, 'שיקול דעת הלכתי והטיות על בסיס מגדרי – ניתוח מושגי', **תרבות דמוקרטית**, 16 (תשע"ה), עמ' 178. [↑](#footnote-ref-117)
118. הנ"ל, 'פריון, מגדר והלכה: היבטים מגדריים בפסיקת ההלכה בת ימינו בשאלות של פריון (אמצעי מניעה, הפלות, הזרעה והפריה מלאכותית ופונדקאות)‏', עבודת דוקטור, אוניברסיטת בר־אילן תשס"ו, עמ' 339–340. [↑](#footnote-ref-118)
119. S. Gayle Moas, ‘The Value of Menstruation: Positive Meanings of the Female Lived-Body Experience’, MA Thesis, Ramat-Gan 2010 [↑](#footnote-ref-119)
120. נידה יג ע"א. ועיינו תוספות על אתר. [↑](#footnote-ref-120)
121. ראו למשל: דרכי משה הקצר, יו"ד, סי' שלה, סעיף ד; ש"ך, יו"ד, סי' שנב, ס"ק ג. וראו את סקירת הסוגיה אצל הרבנית אוריה מבורך, 'הרהור עבירה ו"נשים לאו בנות הרגשה": עמדת ההלכה', באתר **מרכז יהל**; וכן תרצה מיטשם (לעיל, הערה 110), עמ׳ 154. [↑](#footnote-ref-121)
122. כמבואר למשל בתוספות על נדה י"ג ע"א. [↑](#footnote-ref-122)
123. א' פיקאר, 'פסיקתו של הרב עובדיה יוסף בהלכות נידה ביקורת תרבות', א' רביצקי, א' רוזנק (עורכים), **עיונים חדשים בפילוסופיה של ההלכה**, ירושלים תשס"ח, עמ' 453–489; הרב בנימין לאו, **ממרן עד מרן – משנתו ההלכתית של הרב עובדיה יוסף**, תל אביב 2005, עמ׳ 265-255 ובמיוחד 259-258. [↑](#footnote-ref-123)
124. למעשה, נראה שהרגשת הדם היוצא מן הרחם החוצה בטרם יציאתו היא בלתי אפשרית מבחינה פיזיולוגית, לפי דבריה של מיטשם (לעיל, הערה X, עמ' 60) בשם פרופ' ס' לי אדמסון מהפקולטה לגינקולוגיה ומיילדוּת באוניברסיטת טורונטו. קביעה זו אינה מדויקת, שכן אנו יודעים שישנם עצבים וגופיפי עצב ממספר סוגים בצוואר הרחם וכמובן בנרתיק עצמו (ישנם לא מעט מאמרים העוסקים בתחושה בגניטליה, ביניהם: Vardi Y, Gruenwald I, Sprecher E, Gertman I, Yartnitsky D, ‘Normative values for female genital sensation. Urology’, 2000 Dec 20;56(6):1035-40. doi: 10.1016/s0090-4295(00)00850-5. PMID: 11113756Gruenwald I, Mustafa S, Gartman I, Lowenstein L, ‘Genital sensation in women with pelvic organ prolapse’, Int Urogynecol J. 2015 Jul;26(7):981-4. doi: 10.1007/s00192-015-2637-5. Epub 2015 Feb 26. PMID: 25715930. וכן ב-*Current Diagnosis & Treatment: Obstetrics & Gynecology*, מהדורה 11, עמ' 61.). ניתן לדון האם יציאה של כמות דם מועטה בטמפ' הגוף ניתנת לתחושה או לא, אך קשה לשלול זאת באופן קטגוריאלי. [↑](#footnote-ref-124)
125. י' סטרוק, ד' שץ, 'הרגשות הנידה בימינו: תוצאות מחקר, סטטיסטיקה ופרשנות', **המעין**, 232 (טבת תש"פ), עמ' 34–42. [↑](#footnote-ref-125)
126. מלכה פיוטרקובסקי, ׳נשים כדוברות הלכה׳, דעות, 55, (דצמבר 2011 - פברואר 2012), טובה גנזל, ׳הפוסק הרב ויועצת ההלכה׳, רבנות – האתגר, (2011), עמ' 612-625. שרה סגל־כץ, ׳בגוף ראשון, בקול שונה? להורות הלכה גם על-ידי מורות הלכה', אתר מגזין גלויה, ׳אישה פוסקת הלכה (פסק בית המדרש ההלכתי בעריכת הרב עמית קולא)׳, אתר ארגון הרבנים והרבניות ״בית הלל״. [↑](#footnote-ref-126)
127. אך לא בהכרח כל דימום יובן על פני הציר החודשי, בשל אפשרויות מרובות לדימום שאינם וסתיים שיכולים להיות מופע ׳טבעי׳ או תוצר נלווה לעידן שבו גוף האישה מושפע מהורמונים שהיא נוטלת במודע או צורכת באופנים לאו דווקא מודעים. [↑](#footnote-ref-127)
128. הפרקטיקות השונות מבטאות 160 שנה של נשים שעקבו אחר הפרשות גופן במצבי פוריות. ראו: ט' וושלר, **שיטת המודעות לפוריות** (תרגמה: ענת גייגר שבתאי), נתניה 2011. וכן: ש' סגל־כץ, 'שמ״פ: על שיטת המודעות לפוריות', אתר **מגזין גלויה**; תמיר (לעיל, הערה 8), עמ' 338–341. [↑](#footnote-ref-128)
129. על שיטת שרמן ראו: מ' שרמן, 'בחזרה אלייך: שיבה אל הגוף באמצעות שיטת שרמן', אתר **מגזין גלויה**; על שיטת אביבה ראו באתר **מרכז שיטת אביבה**. [↑](#footnote-ref-129)
130. המדיקילזיציה, כהגדרתו של מישל פוקו, היא "העובדה שהחל מן המאה השמונה-עשרה הקיום האנושי, ההתנהגות האנושית והגוף האנושי הוכנסו לתוך רשת של רפואיוּת, שחשיבותה ודחיסותה הגדלות בהתמדה אפשרו לפחות ופחות עניינים לחמוק מפניה". מ' פוקו, 'הולדת הרפואה החברתית' (מצרפתית: דפנה בירנבוים־כרמלי), **מטעם** 18 (2009), עמ' 80. וראו לאורך המסה, שם עמ' 97-79, על מאפייני וסיבות המדיקליזציה, בהם תמורות כלכליות, אורבניות ועוד. דברים אלו יכולים להאיר גם את המעבר מהלכות זיבה ונידה עם הרחקה מן המחנה ומניעת טומאת כלים ומשכב אליבא דאורייתא, למרחב של דרבנן בפיקוח בתוך מרחב המגורים לצד הרחקה בשל זמני האיסור. דהיינו, מציאת דמיון מסוים ביחס אל חולה-בריא ואל נידה-טהורה. והשוו לדבריה של ריץ׳ (הערה 97) על מעבר ממיילדות המסורתית אל זו המדיקלית. שם, עמ׳ 184-161 ובפרט 184-182. [↑](#footnote-ref-130)
131. מ' שונברון, 'פרדוקס המחזור הנשי ברפואה המערבית', אתר **פוריות בדרך הטבעית**; הנ"ל, 'היחס למחזור הנשי ברפואה המערבית – לקחים מהקורונה', ס' נוי, א"ע סיקורל, ד' אמיר וע' וילומבסקי (עורכים), **תמונת מחזור: עיונים בשיח הווסת בישראל**, שדרות 2017; ל' שפירא, 'מחזוריות של שתיקה: להסתיר פחות ולדבר יותר על המחזור', **אתר** מגזין גלויה. [↑](#footnote-ref-131)
132. J.M. Strange, ‘Menstrual fictions: languages of medicine and menstruation, c. 1850–1930’, *Women's History Review* 9:3 (2000), pp. 607-608 [↑](#footnote-ref-132)
133. J.M. Ussher & J. Perz, 'PMS as a process of negotiation: Women’s experience and management of premenstrual distress', *Psychology & Health* 28:8 (2013), pp. 909-927. הכרה ב'תסמונת קדם וסתית' כתופעה גופנית רחבה המלווה את המחזור, הרבה יותר מאשר הדימום הווסתי עצמו, מגלמת את ההבנה כי יש משמעות וצורך בהענקת יחס מכבד ורציני לשינויים מינוריים במצבי הרוח ובתפקוד מערכות העיכול, החיסון, הדם והעצבים. על כן גם עולה השאלה האם מדובר בתפיסה תרבותית מערבית שמקבצת את כלל התופעות הנשיות לתוך מסגרת פתולוגית ולא עורכת הבחנה פנימית מדויקת מספיק של מה נורמטיבי ומה חמור. הפניית תשומת הלב להרגשות פיזיות שונות מגלמת רצינות והכרה בשנים האחרונות גם בהענקת תשומת לב לכאבים במהלך קיום יחסי אישות ולמחלות אקוטיות או כרוניות וההכרה בכאבי מחזור המתלווים לתופעות פיזיולוגיות, כגון אנדומטריוזיס ואנדומיוזיס המזוהים כדיסמנוראה ומובנים כחמורים ופתולוגיים. [↑](#footnote-ref-133)
134. כך גם ביחס ל'לידה פעילה' המגלמת תפיסה גם של קשב אישי של אישה לגופה בעת הלידה וגם הענקת קשב רב יותר מהצוות הרפואי סביבה. השיח בנושא מתקיים במקביל ברובד האקדמי, בו עולים ממצאים חיוביים בדבר הקשר שבין בריאות היולדת לדרך בה ביקשה ללדת, וברובד העשייה בשטח על ידי המיילדות, הדולות, וכמובן הנשים עצמן שבוחרות ללדת באופן אקטיבי יותר. ג' בלקסקאס, **לידה פעילה – המדריך ללידה טבעית**, הוצאת אלטרנטיבות, רמת גן 2004; ע' הרפז, 'לידה טבעית – טיפול ותמיכה – נייר עמדה', **מגמות**, גיליון 78, (2015) 65; א' לייסנר, **כרית נשים יולדות: כלכלת הלידה בישראל**, רסלינג, תל אביב 2018; כ' נורת'רופ, גופה של אישה, תבונתה של אישה' הוצאת אור־עם, תל אביב 2000; N. Edwards, *Birthing Autonomy – Women's Experiences of Planning Home Births, Routledge*, London 2005. וראו מחקרה של: ה"ב פרייס, 'בחירותיהן של נשים בהריון ובלידה הקשר בין אמונותיהן של נשים לגבי לידה ועמדותיהן כלפי מדיקליזציה לבין כוונותיהן לבצע בדיקות במהלך ההריון ובחירותיהן לגבי הלידה', עבודה לשם קבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת תל־אביב 2013, עמ' 51–59. העולה ממנו כי ככל שנשים הרות מגיעות מוכנות יותר לתהליך וקשובות לתחושותיהן ולהרגשתן הפיזית והמנטלית, כך יש להן יותר שליטה והשפעה על התפתחות הלידה ועל עיצובה בהתאם להשקפותיהן. ההנחה היא כי הקשב של האישה לגופה במהלך הלידה מיטיב עמה ועם התינוק, ואילו השתקת הקול הנשי והרגשת האישה עלולה לפגוע בהם. על כך ראו עוד: נ' גולדמן־איינהורן, 'הקשר בין לידות חירום לבין תגובות פוסט טראומטיות', עבודת דוקטור, אוניברסיטת בר אילן תשע"ח. ר' ליפסקי ביטון, 'חוויותיהן של נשים בתהליך גיבוש אמונות ובחירות לקראת הלידה', עבודה לשם קבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת תל־אביב 2019, עמ' 3-10, 60-55. ש' טויטו־שי, 'הקשר בין בחירות נשים הרות בנוגע לאופן הלידה לבין מאפייניהן האישיים ואמונותיהן לגבי לידה', עבודה לשם קבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת תל־אביב 2020, עמ' 4-2, 56-45. ע' שמיר־כספי, 'הקשר בין תפיסה עצמית כפמיניסטית לבין בחירות נשים לגבי אופן הלידה', עבודה לשם קבלת תואר מוסמך, אוניברסיטת תל־אביב 2014, עמ' 26-5, 59-55. [↑](#footnote-ref-134)
135. S.N. Garfinkel, A.K. Seth, A.B. Barrett, K. Suzuki, & H.D. Critchle, ‘Knowing your own heart: distinguishing interoceptive accuracy from interoceptive awareness’, *Biological Psychology* 104 (2015), pp. 65-74 [↑](#footnote-ref-135)
136. במחקר זה, מודעות גופנית, מוגדרת כחוויה סובייקטיבית לתחושות פנים־גופניות. המאמר סוקר שאלונים שונים ושיטות הערכה של רמת המודעות הגופנית, במטרה ליצור כלי מדידה תקף. בעבר, המונח ׳מודעות גופנית׳ שימש בעיקר במחקרים ובספרות העוסקים בתופעות של חרדה על מנת לתאר את סימפטום המיקוד המוגזם בפעילות הגוף (somatosensory amplification), בהשוואה לחוסר מודעות כביכול כאשר האדם אינו בהתקף חרדה, וכפועל יוצא מכך – נתפס כדבר שלילי שפוגם בתפקודו של האדם החרד, ואף תיוג המודעות הגופנית לפעילות הגוף השוטפת כגורם שעלול להגביר את החרדה. W.E. Mehling et al, ‘Body Awareness: Construct and Self-Report Measures’, *PloS one* 4:5 (2009); F. Köteles, B.K. Doering, ‘The many faces of somatosensory amplification: The relative contribution of body awareness, symptom labeling, and anxiety’, *Journal of health psychology*, 21:12 (2016), pp. 2903-29115614. [↑](#footnote-ref-136)
137. Y. Terasawa, Y. Moriguchi, S. Tochizawa, S. Umeda, ‘Interoceptive sensitivity predicts sensitivity to the emotions of others’, *Cognition and Emotion*, 28:8 (2014), pp. 1435-1448 [↑](#footnote-ref-137)
138. B. Tihanyi, E. Ferentzi, J. Daubenmier, R. Drew, F. Köteles, ‘Body Responsiveness Questionnaire: Validation on a European sample, Mediation between Body Awareness and Affect, Connection with Mindfulness, Body Image, and Physical Activity’, *Body Movement and Dance in Psychotherapy*, 16 (2017), pp. 56–73 [↑](#footnote-ref-138)
139. J.A. Sze, A. Gyurak, J.W. Yuan, R.W. Levenson, ‘Coherence Between Emotional Experience and Physiology: Does Body Awareness Training Have an Impact?’ , *Emotion* 10:6 (2010), pp. 803-814 [↑](#footnote-ref-139)
140. ראו **שו"ת ציץ אליעזר**, חלק ו, סי' כב; **שו"ת משנה הלכות** חלק יג, סי' קלה. [↑](#footnote-ref-140)
141. H.O.D. Critchley et al, ‘Menstruation: science and society’, *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 223:5 (2020), pp. 624-664 [↑](#footnote-ref-141)
142. המחקר התגבר על בעיה זו בשתי דרכים: ראשית, נערכה אינטרוספקציה אורכית (ניטור לאורך זמן של כל נבדקת בפני עצמה, והשוואתה לעצמה). שנית, נערכה השוואה לסולמות בחינה עצמית ממחקרים אחרים בהם המדע הצליח לקבוע מדדים אובייקטיביים (למשל: טעם, נשימה, פעימות לב ועוד). דיווחים אלו נמצאו מהימנים מאוד. ראו גם: צ' רודיך, 'האם לנשים כואב אחרת?', ד' סגל־אנגלצ'יין, ג' צוויקל, א' שריד (עורכות), פסיפס גופנפש: בריאות נשים בישראל, באר שבע 2010, עמ' 504-481; M. Agostinho, et al. ‘No relationships between the within-subjects’ variability of pain intensity reports and variability of other bodily sensations reports’, *Frontiers in neuroscience* 13 (2019): 774; S.N. Garfinkel, A.K. Seth, A.B. Barrett, K. Suzuki, & H.D. Critchle, ‘Knowing your own heart: distinguishing interoceptive accuracy from interoceptive awareness’, *Biological psychology*, *104* (2015) 65-74 [↑](#footnote-ref-142)
143. Schwab, & Melendez-Torres, (2019), Measurement in the study of menstrual health and hygiene: A systematic review and audit [↑](#footnote-ref-143)
144. Brooks-Gunn, J (2009), ‘The menstrual attitude questionnaire’, Jeanne Brooks-Gun and Diane N. Ruble; Firat, M. Z., Kulakaç, Ö., Öncel, S., & Akcan, A. (2009), ‘Menstrual Attitude Questionnaire: confirmatory and exploratory factor analysis with Turkish samples’, Journal of advanced nursing, 65(3), 652-662; Negriff, S., Dorn, L. D., Hillman, J. B., & Huang, B. (2009). ‘The measurement of menstrual symptoms: factor structure of the menstrual symptom questionnaire in adolescent girls’, *Journal of health psychology*, 14(7), pp. 899-908 [↑](#footnote-ref-144)
145. במחקרם של סטרוק ושץ (לעיל, הערה 104) נערך ניתוח סטטיסטי על שכיחותן של ההרגשות המוסכמות בקרב נשים בעלות מאפיינים שונים. המחקר סקר תשובות של 195 נשים, וייתכן שמתעוררות מורכבויות שונות כשמנסים להשליך את התוצאות ולהגיע למסקנות בנוגע לכלל האוכלוסייה ומסקנות הלכתיות גורפות. מסקנות המחקר הציגו נקודות חשובות על שכיחות נמוכה יחסית של נשים המדווחות על הרגשות מוסכמות. אין במחקר הנוכחי כדי לסתור את ממצאי מחקרם של סטרוק ושץ, אלא להעמיק ולחדד את דבריהם שכן כפי שעולה ממצאי המחקר הנוכחי – אכן אמנם נשים נוטות לדווח פחות על ההרגשות במובנם ההלכתי, אך עם זאת עולה כי שכיחות הדיווחים על הרגשות במובנים שאינם הלכתיים (כלומר – רפואיים) הן שכיחות ברמה גבוהה במיוחד. הדיון לאחר דוח הממצאים יעסוק בדיוק בניתוח המשמעויות האפשריות לכך. [↑](#footnote-ref-145)
146. גיליגן (לעיל, הערה 94), עמ' 26. [↑](#footnote-ref-146)
147. על כן, יש מקום לשקול את הצעתה של סנדרה הארדינג בדבר הצורך בידע רחב, ברפלקסיביות ובתודעת הווה המשקללת את כל הידיעות יחד, כמובא בספרה: S. Harding, 1991. *Whose Science? Whose Knowledge?: Thinking from Women's Live***s,** Cornell university press, Ithaca. [↑](#footnote-ref-147)
148. מרתק לחשוב על הדומה והשונה בין הסיטואציה של עולם הרפואה ועולם ההלכה ביחס לעליית נשים כמומחיות, ועוד בתחום הנוגע לנשים בפרט. המאמר כאן עוסק בתוכן של שני עולמות אלו ואני נתונה גם בכתיבה על אודות קשרים אפשריים בין התמודדותן של נשים כמומחיות ברפואה ובהלכה בכלל ובפרופריסה של גינקולוגיה מחד גיסא ובמתן תשובות בהלכות נידה מאידך גיסא. נושא זה מרתק בפני עצמו אך גם ברזולוציות של עצם הדיון על חוויות הגוף של אישה כפציינטית או שואלת אל מול הרופאה או הרבנית, מרתק בפני עצמו. כולי תפילה שאף לכך יעמדו לי הכוחות לסיים הכתיבה ולפרסמה. [↑](#footnote-ref-148)
149. ראו לעיל, סטרוק ושץ, הערה 124. [↑](#footnote-ref-149)
150. על כך ראו עוד בהקשר של דין הרגשה בסביבה היסטורית וגיאורפית ספציפית, שריאל עמ׳ 107-108. [↑](#footnote-ref-150)
151. דיון רחב ומעמיק יותר על ההשתמעויות האפשריות בעולם ההלכה לכלל הממצאים במחקר זה ועל דרכי ההתמודדות של מערכת הפסיקה במפגש בממצאים כמותיים, ארחיב בעז״ה במאמר המשכי למאמר זה. [↑](#footnote-ref-151)