

נספח א – ה'גולד סטנדרט' –

ההדרכה המעשית הרצויה באישות ע"פ ההלכה

הקדמה: גולד סטנדרט' פירושו 'שביל הזהב'. מושג המצוי, לדוגמא, ברפואה. הכוונה – 'מה המומלץ ביותר'.

מכון פוע"ה ערך, תוך התייעצות עם גדולי הפוסקים מכל החוגים, את בירור הגדרים ההלכתיים בהנהגה לכתחילה בחיי האישות. המסקנות שעלו מדברי כלל הפוסקים הן ההדרכות המופיעות לקמן. הדרכות אלו מיועדות לכלל המגזרים [ספרדים ואשכנזים, 'דתיים לאומיים' ו'חרדים-ליטאים' וכו'] (למעט חסידויות שונות אשר מתקינות לעצמן מערכת גדרים שונים¹).

עם זאת יש לציין כי זוג שחש קושי עם אחד הסעיפים הבאים, ישאל שאלת רב באופן אישי. זאת משום שמבחינה הלכתית ישנם מקרים שבהם ניתן להקל בחלק מהגדרים דלהלן².

מה חובה באישות (אף רב לא יתיר אחרת):

1. אשתו. 2. בטהרתה. 3. בחדרי חדרים. 4. בהסכמתה. 5. לא מבייש ולא מצער אותה.

בשאר הגדרים המפורטים להלן ישנם מקרים שיתאפשר להקל, לכן זוג המרגיש קושי ישאל שאלת רב אישית.

יש להדגיש כי ישנן הלכות והדרכות רבות וחשובות נוספות הנוגעות למצות החיבור, אשר מסמך זה אינו נוגע בהם כלל. **חובה** ללמוד הלכות אלו מתוך הספרים העוסקים בכך (כגון דרכי טהרה בפרקים י"ט-כ"ד). מסמך זה נוגע רק לגבולות של הנושאים היסודיים.

ההדרכה הרצויה באישות:

1. ללא בגדים – לכתחילה יש לשמש בלא בגדים כלל, על מנת שלא תהיה חציצה בין האיש לאישה. [הכיפה - אינה בכלל זה]

(אפילו חסידים ואנשי מעשה אשר משאירים את הציצית בזמן התשמיש, מעבירים אותה אחורה כדי שלא תחצוץ ביניהם).

2. הסתכלות – מותר להסתכל בכל מקום באשתו (כולל שיער הערווה), אך אסור להסתכל ב'אותו מקום' (בין הרגליים).

3. נישוק – מותר לנשק בכל מקום בגוף האישה, חוץ מ'אותו מקום', מכך יש להימנע מכמה טעמים. (ע"פ הקבלה ישנו עניין מיוחד בנישוק בין בני הזוג פה אל פה, ובפרט בשעת החיבור).

¹ לאחרונה פנה מכון פוע"ה למספר חסידויות מרכזיות על מנת לסכם את ההנהגות המקובלות אצלם.

² נציין שמספר סקסולוגים שאינם דתיים שראו מסמך זה ציינו שאפשר להגיע עם הגדרים המלאים המפורטים להלן להנאה גדולה, ושיש יותר הנאה כאשר הציפיות ברורות. הם ציינו בפנינו שהאינטרנט בימינו מכניס לגברים רבים ציפיות גדולות, ופעמים מוזרות, והם מתאכזבים שבת הזוג אינה מוכנה לשתף פעולה.

4. נגיעה – מותר לגעת בכל מקום. כאשר יש צורך לגרום הנאה ע"י נגיעה באותו מקום אין בזה מידת חסידות להימנע מנגיעה באותו מקום (- הערת הרב אליהו).

5. הנהגת האשה – האישה מותרת להסתכל ולעשות לבעלה כל שברצונם (כמובן בתנאי שלא יגרום הדבר לשז"ל). מובן שיש להקפיד שלא לבקש מהאשה בקשות שיגרמו לה אי נעימות.

6. חושך – צריך להיות חושך בזמן החיבור ממש, אך אין צורך בחושך מוחלט שלא מאפשר לראות אף צללית (אין צורך לסתום את חור המנעול וכד'...). צריך שישרור בחדר חושך באופן מובהק (דהיינו מה שקרוי בלשון בני אדם חושך), וכן שלא יהיה שום מקור אור מאיר בחדרם.

מחוץ לחדרם לא יהיה אור המאיר ישירות עליהם. אור מרשות אחרת, כגון פנס רחוב, אור הירח, אור הדולק בחדר אחר בבית וכד' אף אם חודרים בעד החלון או הדלת- מותר, אם הדבר אינו ישירות עליהם.

7. כיסוי – צריכים הזוג להיות מכוסים בשעת החיבור ממש. לכתחילה צריך שיהיה הכיסוי על כל מקום החיבור (דהיינו: עד המתנים או הכתפיים). לא צריך לכסות עד מעל הראש.

8. תנוחה – פנים מול פנים, כאשר יהוא למעלה והיא למטה'.

באקראי- (כגון פעם בחודש וכד') מותר לשנות את התנוחה, כך שהיא תהא למעלה. אך יש האומרים שבמקרה כזה רצוי לשנות רק אחד מהגורמים, (או את התנוחה של יהוא למעלה והיא למטה', או 'פנים מול פנים'. לא את שניהם בבת אחת). כמובן הכל בתנאי שלא ייגרם שז"ל.

9. תדירות – המינימום: החיוב המוטל על הבעל ע"פ ההלכה הוא לפקוד את אשתו פעמיים בשבוע. הטוב ביותר ע"פ ההלכה הוא פעם בליל שבת ופעם באמצע השבוע.

ביחס לליל שבת – יש למועד זה כמה נימוקים וסגולות ע"פ ההלכה והקבלה, אך לעיתים יש עומס על האשה מהטרחה המרובה בערב שבת ובליל שבת. במקרים כאלה מומלץ כמובן שהבעל יסייע להקל מטרחת אשתו (ישטיפת הכלים בליל שבת היא חלק מן הפיוס והריצוי'...).

אם בכל מקרה יקשה עליהם מאוד לקיים את מצות החיבור יחד בליל שבת בעירנות ובשמחה – מותר לדחותה למוצאי שבת או ליום אחר בו יוכלו לקיים את המצוה כצורתה וכעיקר גדרה המחייבים.

[באמצע השבוע – ישנם זוגות שמעדיפים להחליט על יום קבוע (שכך מתארגנים לפנות עניינים שונים מערב זה, אם יש צורך נחים בצהריים וכד'). אך יש שחשים כך שהדבר נעשה בצורה מלאכותית מדאי, ומעדיפים לקיים זאת באופן ספונטני].

בנוסף לכך ישנו חיוב על הבעל לפקוד את אשתו בליל טבילתה, כאשר הבעל יוצא לדרך או בא ממנה (כפי ההגדרה בספרי ההלכה), וכן כאשר הוא מבחין שאשתו משתוקקת אליו ורומזת לו ברורות שיתן דעתו עליה.

-המקסימום: ככלל אין איסור לשמש מעבר לתדירות הנ"ל, כאשר שני בני הזוג מרוצים לכך. יש לציין כי במיוחד בתקופה הראשונה לנישואין ישנם זוגות שמעוניינים לשמש יותר מפעמיים בשבוע (בפרט החתנים). הדבר בהחלט אפשרי.

אולם בכל אופן, מומלץ שלא לשמש כל יום (אפילו בהסכמת שניהם), מכמה טעמים.

10. זמן – תמיד בלילה. ישנה עדיפות לשמש דוקא אחר חצות, אולם זאת אך ורק אם הדבר לא יפגע בערנות ובשמחת בני הזוג בשעת החיבור.

בשעת צורך גדול מאד (כגון: בעל שחזר מהצבא אחרי זמן רב, או בבעילת מצוה) לעתים ניתן להקל לשמש ביום, אך עם החשכה גמורה.

לאחר התשמיש - נוטלים ידיים ומתלבשים. אם אינם מעוניינים לקום להתלבש וכו' אלא להמשיך לישון עד הבוקר אין צורך לקום ליטול ידיים (אם הקדימו את קריאת שמע).