

--- ✎ ע'לוזי מצוה - תפילה ✎ ---

תוכן הענינים

- א. תוכן ענינים..... 1
ב. דבר השלוחה..... 3

מאמרי אנשי הצוות

- ג. הרב גרשון שחור שליט"א - ראש השלוחה / היום אומרים תחנון..... 5
ד. הרב דניאל אלול / אף אחד לא מבין אותי..... 9
ה. הרב אמיר שרון / מדוע קשה להתפלל?..... 17
ו. הרב אליהו מלכה / התפילה - קירבת אלוקים..... 21
ז. הרב פיני כפרי / למה זה קורה ליי?..... 24
ח. הרב אבישי לטין / תפילה? בשביל מה?..... 28
ט. הרב עידן מוגרבי / הרב, אפשר ברכה?..... 32
י. הרב רון מלכה / כוחה של תפילה..... 35
יא. ר' ישראל בן ססי - מנהל / בקיצור... תודה!..... 39
יב. אוריאל פינחסי - מדריך / עלינו לשבח - תפילת הדרך?!..... 45

מאמרי אברכים

- יג. ר' אברהם שמיר / תפילה = קשר..... 48
יד. ר' משה הלל שבח / שמחה בתפילה..... 52
טו. ר' פאר גדסי / זה פעם בחיים!! (???)..... 55
טז. ר' רון מעודד / הנשמה טהורה - בואו נשמור עליה..... 59

מאמרי שיעור ה' ומעלה

- יז. אהרן מיכאלוב / "וישן מפני חדש תוציא"..... 62
יח. איציק אדרי / הקדש קוד סודי: ****..... 66
יט. ברק דנוך / עלינו לשבח - שירת המלכות..... 72
כ. טל (סנטאייהו) טרקין / מהותה של התפילה..... 74
כא. יותם יוספטל / דע מה שתשיב ל... חייזר..... 80
כב. נועם הריס / תפילה מהלב, האמנם?..... 83
כג. ניסן שמיר / תפילה שתיקנו או תפילה שתיקנתי..... 86

מאמרי שיעור ד'

- כד. אבי וגר / האם כל תפילה מתקבלת?..... 90
כה. אביהו גרינפלד / להשתדל או להתפלל?..... 92
כו. אהוד טייץ / תכלית התפילה..... 95

--- ❧ --- **שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה שׁ** ---

- 98..... כז. **דביר חסיד** / פרק שירה.....
- 102..... כח. **הלל דיין** / שיכור ולא מיין.....
- 105..... כט. **הראל מעודד** / האם אנחנו מתפללים באמת?.....
- 109..... ל. **זיו יהונתן יוסף** / חשיבותה ומטרתה של התפילה.....
- 112..... לא. **ישי פריד** / התפילה כתכלית.....
- 114..... לב. **ישראל נוימן** / הכוונה שבתפילה.....
- 116..... לג. **משה לוי** / תפילה מתוך ענוה - שבח לפני בקשה.....
- 120..... לד. **רן טייב** / פתח שעון! שעה!.....
- 123..... לה. **שי דהרי** / התפילה - הכרח, תענוג או תועלת?.....
- 127..... לו. **שלמה ליג'אלס אדנה** / צעקה.....

מאמרי שיעור ב'-ג'

- 131..... לז. **נריה נמיר** / יאלה אחי קום כבר!!!.....
- 134..... לח. **יוחאי יצחק** / תפקיד התפילה והשפעתה.....
- 137..... לט. **צחי כהן** / אמירת תהילים.....

מאמרי שיעור א'

- 140..... מ. **אליה פוקס** / נשמת כל חי - לא מה שחשבתם.....
- 144..... מא. **מיכאל לוי** / שינויים בתפילה!?!.....
- 148..... מב. **משה מיכאלוב** / למה בכלל צריך להתפלל?.....
- 151..... מג. **רוני צ'יקוטאי** / תפילתם של עוברי דרכים.....

נספחים

- 155..... מד. **הקדשות** /.....

דבר השלוחה

בחורים יקרים...

אנו מסיימים כעת את **שנת העשור לשלוחה**. הבוגרים של המחזוריים הראשונים כבר נמצאים עמוק עמוק בעולם העשייה. זו זכות גדולה לראות כיצד הדרך שיצרנו בשלוחה נותנת את פירותיה גם מעבר לשנים בישיבה, דעו לכם שאין דבר משמח מכך.

עניין התפילה תמיד צריך חיזוק, אולם בדורנו צריך הדבר חיזוק נוסף. בעבר אנשים היו מוכנים לעשות דברים גם ללא הבנה מדוע, אם כולם עושים לא אכפת לי גם להצטרף. אולם היום הגישה שונה. התפיסה היא שאם אני לא מתחבר וזה קשה לי לא אכפת לי שכולם עושים. אנו בשלוחה מבינים את הצורך הגדול בתפילה ומבינים את הדור לכן כל תלמיד לקח על עצמו להסביר עניין אחד בתפילה על מנת ליצור זהות חזקה יותר עם התפילה. אנו תפילה שחוברת זו תקדם במשהו את עולמה החשוב והמרכזי של התפילה בחיינו.

שיעור ה' היקר שסיים זה עתה את המסלול, אנו מאמינים בכם ויודעים שבע"ה תבנו כולכם בתים נאמנים לעם ישראל ולתורתו. השבת המשותפת אתכם ריגשה אותנו עד מאד.

שיעור ד' היקר, ב"ה חזרתם מהצבא מלאים בכוח ללמוד ולהשקיע, התוצאות מדהימות. תנוחו טוב בבין הזמנים ובע"ה תגיעו רעננים לשנה ה', שנה המסוגלת להשפיע באופן ממשי על כל העתיד שלכם.

--- ❧ שְׁלוֹזִי מִצֹּהַ – תְּפִילָּה ❧ ---

שיעור ג' היקר, אנו כבר מרגישים את הגעגוע שלכם לשלוחה. אין טוב ממנו על מנת להתחיל את זמן אלול בכל הכוח ולהטמיע בעצמכם את כל הטוב שאתם מאחלים לעצמכם.

שיעור ב' היקר שנמצא עכשיו במהלך הטירונות, קשה, אבל טוב. עוד שנה ואתם חוזרים, תאמינו לנו זה עובר יותר מהר ממה שאתם חושבים.

שיעור א' היקר, ב"ה אתם גדלים בכל המובנים, וזה משמח מאד. בע"ה יש לנו עוד דרך ארוכה לצעוד יחד, נעבור אותה ונצליח בגדול!

ואחרונים חביבים שיעור א' שיתחיל בשנה הבאה, מצפים לכם ומאמינים שתהוו עוד חוליה חזקה בשרשרת המפוארת של תלמיד השלוחה.

בברכת קיץ נעים ובריא

תאגרו הרבה כוחות

צוות השלוחה

היום אומרים תחנון?

הרב גרשון שחור שליט"א - ראש השלוחה

פתיחה

בכל פעם שמסיימים בבית הכנסת את חזרת הש"ץ עולה השאלה, האם היום אומרים תחנון או לא. כשחושבים על כך באופן קצת יותר מעמיק, שמים לב שאין אף חלק מהתפילה שלנו במהלך ימי החול שנתון לשינויים כה גדולים כמו התחנון. כמובן עולה השאלה מה שונה תפילת התחנון משאר חלקי התפילה.

ישנו דבר נוסף מעניין בתפילת התחנון, בכל התפילה השוני בין הנוסחים השונים בא לידי ביטוי רק בניסוח כזה או אחר של אותו הדבר, אולם בתפילת התחנון ישנו שינוי מהותי בין נוסחי האשכנזים לנוסח עדות המזרח, וגם על כך ננסה לתת את הדעת.

הנקודה האחרונה בה ניגע היא עניין "נפילת אפיים", מה עניינה של התנוחה הזו בתפילה, וגם כאן מדוע הספרדים לא נופלים על פניהם לעומת האשכנזים שכן עושים זאת?

מקורה של "נפילת אפיים"

בתפילתנו אנו מנסים להשפיע כמה שיותר, אנו לומדים את טכניקת התפילה מאבותינו הקדושים. משה רבינו, המנהיג האהוב, כשהתפלל על עם ישראל לאחר חטא העגל, התפלל בהתחלה בישיבה בהר סיני (ואשב בהר) לאחר מכן עמד (ואנכי עמדתי בהר) לאחר מכן נפל לפני הקב"ה

[ואתנפל לפני ה']]. גם אנו ישבנו בקריאת שמע, עמדנו בתפילת הלחש, ולאחר מכן אנו נופלים על אפינו בתפילת התחנון.

חשוב לזכור, שנפילת אפיים היא סוג של נשק יום הדין, הרי רק כשהיו צרות גדולות שלא הצליחו להתמודד איתם בדרכים הרגילות, נאלצו להשתמש בנפילת אפיים. כפי שהתרחש לאחר חטאו של קורח, משה ואהרון הבינו שיכולה להיות כאן פורענות גדולה, ובכדי להציל את עם ישראל "ויפלו על פניהם ויאמרו... האיש אחד יחטא ועל כל העדה תקצוף [במדבר טז]".

הסיבה שהנפילה לפני ה' חזקה כל כך, הינה מפני היא מבטאת מסירות נפש גמורה של האדם כלפי הקב"ה, כאילו האדם אומר לקב"ה כולי בטל ומבוטל כלפיך. ודאי שמצב זה מסוגל לתשועה גדולה. בנפילת אפיים ישנם עוד שני עניינים שגם הם מחזקים את הקשר לקב"ה. ראשית, הבושה הגדולה כלפי הקב"ה על החטאים שעשינו, וכשמתביישים מכסים את הפנים. שנית, יש בנפילת אפיים ביטוי לצער הגדול שלנו מהחטאים הרבים שעשינו, ושוב, כשמצטערים מורידים את הפנים.

מקורה של תפילת התחנון

כשתקנו אנשי כנסת הגדולה את נוסח התפילה אותו אנו אומרים עד היום, הם לא מצאו לנכון לתקן את תפילת התחנון (נפילת אפיים). למרות המעלה הגדולה בתפילה זו, לא רצו אנשי כנה"ג לתקן נוסח קבוע לתפילה שעניינה התבטלות מוחלטת לבורא, הרי אם אין הרגשת הלב, אין כאן כל התבטלות. מעבר לכך רצו אנשי כנה"ג להשאיר בתפילה חלק אחד שימשיך להיות חופשי ללא נוסח, וכל אחד ישתפך בסגנונו הוא. אולם, במהלך

הדורות הגיעו למסקנה שאם לא יתקנו נוסח לא יהיה כלום. עדיף נוסח קבוע, למרות החיסרון של ההרגל שפוגע בכוונה, מאשר ביטול מוחלט של התחנון. מכאן אפשר להבין את השוני הגדול בין הנוסחים, את התפילה הזו קבעו הרבה יותר מאוחר כל עדה במקומה, בניגוד לשאר התפילה שנתקנה על ידי אנשי כנה"ג, וכולם קיבלו עליהם את הנוסח, למעט שינויים קלים.

כפי שראינו, אין חיוב לומר תחנון כמו שאר התפילה אלה זהו מנהג טוב, לכן בכל מקום שיש ספק אם צריך לומר תחנון או לא, אין לומר תחנון מפני שיסודו במנהג טוב, ולא בתקנה מחייבת. בימי שמחה לא אומרים תחנון מתוך ההבנה שמה שמשיגים בימים רגילים על ידי צער ותחינות משיגים בימים טובים על ידי השמחה והקדושה של היום. גם בבית האבל או בתשעה באב שמידת הדין מתוחה, לא אומרים תחנון על מנת לא להגביר יתר על המידה את הכעס על עם ישראל.

נפילת אפיים

בזמן שבית המקדש היה קיים היו נופלים על הארץ ממש וזו הנקראת השתחויה, לאחר מכן נהגו בקידה, שהיא ירידה על הברכיים והרכנת הראש על הרצפה. את שתי ההנהגות הללו הפסיקו מפאת שלוש חששות:

- א. אסור להשתחוות על רצפת אבנים מחוץ לבית המקדש, כפי שאומר הפסוק "ואבן משכית לא תתנו בארצכם להשתחוות עליה [ויקרא כו].
- ב. יש חשש שאם אדם גדול ישתחוה ולא יענה יש כאן ביזיון לתורה, וחשש גדול לבושתו של התלמיד חכם.
- ג. הסיבה העיקרית מדוע לא משתחוים מפני שחששו לדברי הזוהר [במדבר קכא, א] שהגדיל מאוד את מעלת נפילת אפיים, שבה צריך המתפלל למסור את נפשו לה', ויראה עצמו כאילו נפטר מהעולם, ועל

ידי כך כל עוונותיו מתכפרים. "ותיקון זה צריך להיות בכוונת הלב, ואז הקב"ה מרחם עליו ומכפר עוונותיו. אשרי האדם היודע לפתות ולעבוד אדונו ברצון וכוונת הלב. אוי לו למי שבא לפתות ריבונו בלב רחוק ולא ברצון. כמו שנאמר (תהילים עח) 'וַיִּפְתּוּהוּ בְּפִיָּהֶם וּבְלִשׁוֹנָם יִכְזְבוּ לוֹ, וְלִבָּם לֹא נָכוֹן עִמּוֹ' וזה גורם לו להסתלק מן העולם לפני זמנו". וכיוון שאנו חוששים שמא אין כוונתנו שלמה ואיננו ראויים לכך, נמנעים אנו מלהשתחוות או לקוד.

מנהג האשכנזים קובע שיש ליפול על פניו, אך לא בהשתחווייה או בקידה אלא בהרכנת הראש בלבד, ובזה אין את החששות שהזכרנו. כמו כן שינו את הפרק בתהילים שאומרים תוך כדי הרכנת הראש. אומרים את המזמור "ה' אל באפך תוכיחני" (פרק ו) המבטא את הצער שגורם החטא, ואותו אמר דוד לאחר חטאו עם בת שבע, ולא אומרים המזמור "לדוד אליך ה' נפשי אשא" (פרק כה), שהוא באמת מזמור המבטא את ההתבטלות המוחלטת כלפי הקב"ה ובו קיים החשש שאם ח"ו יאמרו אותו בהשתחווייה ללא כוונה זה יכול להיות מסוכן. הספרדים ממשיכים לומר את פרק כ"ה, אולם ללא נפילת אפיים, וכך גם לשיטתם אין חשש לבעיה שמעלה הזוהר.

סיכום

ראינו כמה תפילת התחנון חשובה ומועילה, עניינה התבטלות מוחלטת לקב"ה. כל אחד לפי שיטתו אומר תפילה זו כמה פעמים ביום. אם מאמר זה ישפר במעט את הכוונה שלך, קורא יקר, בתפילת התחנון הבאה שתאמר, אראה זאת כהצלחה רבה.

אף אחד לא מבין אותי...

הרב דניאל אלול

אף אחד לא מבין אותי!!!

אני מכיר אתכם. אתם אומרים שאתם מבינים אותי כי ככה זה היום - "משחקים אותה", אך באמת באמת - אתם לא מבינים אותי.

מי יודע איזה קשיים עוברים עלי?

מי יודע איזה יסורים עוברים עלי?

כלפי מה הדברים אמורים? כלפי הקשר שלי עם התפילה. מה לעשות, לא זכיתי להיות מחובר לתפילה. לא זכיתי לבוא לכל התפילות, ולא זכיתי להתפעל מהתפילה כמו שאתם מתפעלים (נו, נו).

קשה לי לבוא! אך גם אם אני בא - אני לא מתפלל באמת. האמת שלא נעים לי מאחרים. כולם מסתכלים ו"חופרים" לי, אז אני פותח את הסידור מולי, אך אני לא ממש קורא מתוכו. משעמם לי. אז אם יש אפשרות אז אני מציץ כל שניה באייפון שלי (סחתן אחי, התקדמת! השאלה לאן?) או בוחן את העוברים ושבים בבית הכנסת ומצליח לעשות דיאגנוזה מעמיקה על כל אחד מהם. זה בא מוקדם (יחסית אלי כמובן), וזה מאחר. זה מחפש כבוד, וזה בקושי מרגישים בו. הכל אני עושה - חוץ מלהתפלל. העברתי בראש כבר את רשימת כל הליקויים והתיקונים שצריך לשפר כאן במתחם. הכל חוץ מלהתפלל. כי לא בא לי ולא מתחבר לי.

אם שפר עלי גורלי אני מוצא את עצמי מעיין בעלוני השבת. זה לא בגלל שאני מחפש את דברי התורה שם, אותם אני קורא על הדרך (בגלל שהם קצרים וקלים לקליטה), אך זה עדיף על פני תפילה מונוטונית וקבועה שימיה כמעט כימי עולם, ואני צעיר בריא ורענן (בקיצור צב"ר, ומדובר בסברס מהסוגים היותר קוצניים שאתם מכירים).

אתם בטח מזלזלים בי. אתם בטח מרחמים עלי, אך אל תהיו בטוחים שאתם יותר טובים ממני. אולי דרגתכם גבוהה מדרגתי, אולי אתם עושים יותר ממני, אך מי אמר שקשה לכם כמו שקשה לי. אולי הדרישה מכם היא גבוהה יותר, אך לא על זה רציתי לדבר איתכם, ובטח לא באתי לתקוף אתכם. באתי לדבר על עצמי, זוכרים?

מה תגידו לי? שמע, אם תבוא להתפלל יותר ויותר - תתחבר לתפילה.

זו בעיה, בעיה לא פשוטה. כי שנים רבות הייתי בא ומתפלל, אך עדיין לא זכיתי לראות את האור, ואפילו לא את האור בקצה המנהרה, ואפילו אין לי מושג מה אורך המנהרה, ומתי להתחיל לקוות לראות את האור או אפילו לחלום עליו.

מי באמת מבין אותי?

מי יודע שבסתר ליבי אני כן רוצה לבוא וכן רוצה להתפלל. פשוט קשה לי. אני מאמין בה'. אני אוהב את ה'. אני נלחם עם עצמי בפנים, אך לא מצליח להוציא זאת החוצה כי קשה לי.

ואחד הדברים הכי קשים לי זה שמבקרים אותי בלי סוף.

עד שכבר נלחמתי עם עצמי והצלחתי לקלף את גווייתי מהמיטה - תאמינו לי שמגיעה לי מדלייה. במצב שבו אני נמצא ועוד לקום - זה ממש זכות. אז נכון שזה קרה מאוחר, ונכון שאיחרתי לתפילה, אך למה דוד (שם בדוי) הרים את קולו וצעק לעברי "בוקר טוב אליהו" (אפילו שזה אפילו לא הגימטרייה של השם שלי), סוף סוף התעוררת! חבל שלא באת ישירות לעלינו לשבח והיית נכנס ישירות ל"קידוש" שאחרי התפילה. באותו רגע כל כך כעסתי עליו. שנאתי אותו. מי אתה שתבחן אותי?! וכי אתה רואה לבות וכליות כמו ה'?! וכי אתה שותף למלחמות הפנימיות שלי? וכי אתה מודע לכך שאני כעת מתחיל תהליך של התחזקות, ואתה שברת את רוחי בדיוק בשעה שרציתי להתקרב. למה הרסת לי את החיים?

מה אתה חושב שאני לא יודע שאני לא בסדר? מה אתה חושב שאני לא יודע שאני מאחר לתפילה ושהתפילה שלי על הפנים?! יודע גם יודע! אז למה לדקור אותי עוד ועוד?

אלוקים יעיד עלי שאני קשור אליו. רק שקשה לי להתקשר אליו בקביעות של התפילות.

מה יטענו כנגדי "אם זה היה טיול בטח היית קם כמו פנתר מוקדם, אז למה לתפילה אתה נעשה תעבן (יעני עייף בלע"ז)? אך ליבי נצבט בקרבי, מה קשור טיול לכאן? טיול זה פעם בשנה או מקסימום פעמיים, אך התפילה זה כל יום וקשה לי יום יום לעמוד במתח הזה.

אז תעזרו לי...

--- ❧ ע'לוזי מצוה - תפילה ❧ ---

האמת היא שצריך לפעול בשני אפיקים : סור מרע, ועשה טוב.

סור מרע - אל תעירו לי ליד אנשים. אל תביישו אותי. אל תעקצו אותי.

ועשה טוב - אם ראיתם אותי כבר מגיע לתפילה חזקו אותי, עודדו אותי, כבדו אותי. אני לבד אדע שאני לא מושלם. אל תדאגו - לא אתבלבל. פשוט זה ישנה את האווירה, ויגרום לי לבוא עוד ועוד ולהשתדל לבוא מוקדם יותר ולהשתתף גם בתפילה.

זאת ועוד, תתפללו אתם כמו שצריך, ואז יהיה לי על מי להסתכל וממי ללמוד, אך אם בארזים נפלה שלהבת ואתם בעצמכם מאחרים ואתם בעצמכם מדברים בתפילה - אז מה יאמרו אזובי הקיר כמוני.

אני יודע שזה לא מהווה תירוץ עבורי כי אין לי שום הצדקה לפעול כך בגלל שאתם לא מושלמים, אך דעו שאני מתבונן עליכם ומנסה לחכות אתכם. אולי אם אראה את היחס החיובי שלכם לתפילה - זה עצמו יעורר ויעודד אותי יותר מכל. חזק, אה?

אגב, מה שטעיתם אצלי תעשו טובה אל תעשו את אותה טעות עם אחי הקטן. אני מקווה שהפנמתם. אולי זה עוד יעזור לי אך גם אם לא - לפחות שהבאים בתור לא יסבלו כמוני.

שמעו חבר'ה, המאמר עומד להסתיים לי ואני חייב לשתף אתכם (כאילו עד עכשיו שיחקתי איתכם).

אתם שומעים אותי, אך למרות הכל לא ממש מבינים אותי, נכון? תגידו את האמת. אומרים לי "תחנת ת'ראש. שמענו אותך. מכירים אלף כמוך", אך לא ממש מנסים להבין אותי. את עצמכם אתם דוקא מבינים טוב. מעניין למה?

אני יודע שאתם מלמדים עלי חובה.

אתם בטח אומרים "הוא כבר גדול, הוא מבין עד כמה חשובה התפילה. למה הוא לא קם? העיקר לטיול הוא כן קם. מה זה קם? כמו צ'יטה הוא זינק לטיול. למה? למה הוא עושה איפה ואיפה?" (אגב, לא נורא אם את הטיול הזכרתי פעמיים במאמר. אל תיפלו עלי כבד).

המסקנה שלכם מכל העסק שזו פשוט עצלות. "הוא עצלן ומחפש תירוצים להתלות בהם". כך אתם מפטירים ומתייאשים ממני.

אולי זו הסיבה שהתחלתם להתעלם ממני. אני כבר לא יודע אם להתגעגע לתקופה של ההתקפה, לימים שהייתם מעירים לי. זה חפר לי, זה הכאיב לי, אך לפחות ידעתי שאתם רואים אותי. כעת אתם כבר לא סופרים אותי, וחבל. חבל לי וחבל עלי, חבל לכם וחבל עליכם.

היי, אל תלכו. אל תתייאשו ממני כל כך מהר. אני עוד לא התייאשתי. רק שאני לא מראה לכם את זה.

אני דומה לזרע שנזרע באדמה. לא רואים אותו כשהוא שם. יש אפילו שלב שהוא נרקב. כאן בטח אתם אומרים שזה בדיוק השלב שבו אני נמצא. דעו לכם שזה לא מצחיק. אתם צודקים! אבל אתם יודעים מה? זה בדיוק הזמן שבו מתחילה הצמיחה. אז זהו לכם.

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

מה הבעיה? שכאשר הזרע מתחיל לנבוט וגבעול דק מזדקר ממנו, אלו שעומדים על הקרקע ומסתכלים מעל פני הקרקע (תרתי משמע) לא רואים שום שינוי. השינוי הגדול כבר התחולל. הצמיחה החלה רק שעדיין לא רואים אותה כלפי חוץ. חכו רגע. זה ממש יקרה בקרוב (אני מקווה, זה תלוי המון בי, אך תלוי גם בכס).

אתם חושבים שלי לא קשה? שאני לא רואה את עצמי מתבזבז?

תנו לי את הזמן. אני עוד יפתיע אתכם, ולטובה.

תנו בי אמון - תקבלו אמונה.

תאמינו בי - אראה לכם עד כמה אני מאמין בה'.

מה אתם אומרים? שווה, לא?

אגב, אם כבר מדברים על תפילה. האם אתם מתפללים? לא התכוונתי שלוש תפילות ביום. זה אני יודע שאתם עושים, ואשריכם (בואו נדבר דוגרי - אני מקווה שכן). **השאלה היא האם אתם מתפללים עלי?** אם התייאשתם ממני בטח אתם כבר לא מתפללים. אז איך אתם רוצים שאצליח. אם אתם בעצמכם לא מעריכים את כוחה של התפילה להציל אותי ולהוציא אותי מתהום הנשייה אליה נקלעתי, איך אתם רוצים שלי יהיה כוח להתפלל. מהיכן אשאב את הכוח?

אני מתחנן אליכם. תמשיכו להאמין. תמשיכו להתפלל. אתם תהיו גאים בי. אני מבטיח!!! בעזרת ה' כמובן.

ואז...

יש כאלה שאומרים שהם מבינים - אך לא תמיד זה נכון. הם אומרים את זה אך אני מרגיש שזה מן השפה ולחוץ, כדי לרצות אותי או כדי להראות יפה ונחמד, אך זה לא פותר לי את הבעיה.

בסוף הגעתי למסקנה שיש רק אחד שבאמת מבין אותי - בורא עולם. לצערי אני לא תמיד מבין אותו ולא תמיד מתחבר אליו. אך בכל מקרה הוא מבין אותי ואוהב אותי. אולי אני לא מקבל ממנו מסר ישיר (כי אני לא נביא), אולי הוא לא קורע לי את הים (כי אני לא משה רבנו), אך מה שבטוח שהוא מקשיב לי (כי אני הבן שלו), יש לו את כל הסבלנות להקשיב לי, להקשיב לכל הבעיות שלי ואפילו לשטויות שלי, הוא מקשיב לכל פרט, יש לו סבלנות פלדה. בניגוד לבני האדם - ה' אוהב נודניקים. בני אדם לא סובלים אותם. זה מציק להם. עוד פעם באת?! אך הקב"ה מחכה ומצפה לדבר אתנו כאילו היינו בן אבוד שחזר מהשבי הסורי אחרי 30 שנה. ככה בכל יום. איזה כיף זה. טוב לי. נעים לי. שמח לי. יש לי אבא יקר שמקשיב לי וגם עוזר לי כשאני צריך. ככל שאני פוקח את העיניים ומחפש אותו - כך אני יותר רואה אותו. לא ממש אותו, אך אני רואה איך הוא פועל לטובתי וממלא את צרכיי.

איזה קטע. מה, זה היה התבודדות?!

בעצם מה זה משנה, כעת טוב לי יותר. אני מרגיש שיש לי למי לפרוק את המתחים שלי, ולפרוס בפניו את הצרכים שלי. מרגע שהתחלתי לעשות זאת - אני מרגיש רגוע ושלו הרבה יותר. יש על מי להשען.

ואתם יודעים מה? אני רוצה לשמח גם אתכם. גם אתם מסוגלים ללכת בדרכיו של הקב"ה, לאהוב, להכיל, כן גם את השונה ואפילו את המשונה.

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

אבל דעו לכם, שגם לכם מגיע ישר כח. ישר כח ששרדתם את המאמר עד כאן, וישר כח שפתחתם את הלב לנסות ולהבין אותי קצת יותר ממה שהולך היום ברחוב. באמת תודה רבה לכם.

ואני רוצה להגיד לכם עוד משהו, עם יד על הלב, אגיד לכם את האמת - נעשה לי שקט בראש.

בסוף, אחרי כל הבכיות, ב"ה כעת אני מרגיש יותר טוב. גם כי אני מניח שאתם יותר מבינים אותי ומבינים לליבי, וגם ובעיקר כי כעת אני מכיר יותר את עצמי, והדיון העצמי הזה עזר לי להתחבר לצד הפנימי האמיתי שלי ולהכיר שבאמת אני שייך למפלגה של ה', אני אוהב את ה' ומזדהה עמו בכל מאודי, ורק היצר הרע הוא זה שמנסה להרחיק אותי מבוראי והוא שמסמא את עיני מלראות את הזכות הגדולה ואת הרווחים העצומים שיש בתפילה.

אני שמח לדעת זאת, כי זה מוכיח לי שזו בעיה זמנית והיא תחלוף. אני בטוח בזה.

גם אתה אח יקר מוזמן לעשות את המסע שאני עשיתי. זה מסע אל תוך נבכי הנפש שלך, בדיוק כמו שעשיתי אני. טיול מעמיק זה יגלה לך את אוצרות נשמתך ויחבר אותך לכוחות הנפש התמימים והיקרים שטמונים בך. כל שעליך לעשות זה רק לגלות אותם. הכח טמון בכל אחד מאיתנו. אנו נדרשים לחפשו ולגלותו. הגילוי הזה יגלול בפנינו מציאות פנימית עשירה, ודרכה יוציא אותנו מהגלות אל הגאולה, הפרטית והכללית.

בהצלחה אחי (גם אחותי).

מדוע קשה להתפלל?

הרב אמיר שרון

לרבים קשה להתפלל. זאת מפני שקשה לנו לכוון בתפילה, ואז ממילא קשה להתחבר למילים ולתוכן שעליו מתפללים.

בינינו, קשה לנו להתפלל על "פליטת בית סופריהם ועל גרי הצדק", לא קל לנו להזדהות עם המילים "ושא נס לקבץ גלויותינו", ועוד דוגמאות רבות שמופיעות בכל חלקי התפילה. הדברים רחוקים מאיתנו, ואם היה הדבר תלוי בנו סביר מאוד להניח שהיינו מנסחים נוסח תפילה אחר.

האמת, שכבר בראשונים מוזכרת עובדה זו. התוספות [בבא בתרא קסד, ב ד"ה 'עיון תפילה'] כותבים, שקשה לאדם לכוון בתפילה, ואין שום אדם יכול לכוון בתפילתו היטב. הרשב"א הוסיף שאפילו גדולי החכמים לא ניצולים מחוסר כוונה. כמובן שחסרון כוונה בדברי הראשונים זה לא לפי המושגים שלנו, כי הלוואי עלינו חסרון הכוונה שלהם, אבל סוף סוף חסרון כוונה היה כבר קיים.

מדוע כל כך קשה לכוון? לכאורה אפשר לעשות תרגילי חשיבה עד שהשכל יצליח להתרכז ולהתמקד בדקות הספורות של תפילת שמונה עשרה. למרות זאת רובנו לא מצליחים לעשות זאת ולהתרכז בתפילה. מקובל לומר שליהודי יש זמן לחשוב על כל ענייניו באמצע תפילת שמונה עשרה. הבדיחה מספרת על יהודי שבא לרב ואמר לו שהוא חייב הרבה כסף לגוי ואין לו ממה לשלם. אמר לו הרב אל דאגה, הגוי לא מתפלל שמונה עשרה. הוא לא יזכור שאתה חייב לו. רובנו ממריאים לאי-שם ב"ה' שפתי תפתח" ונוחתים ב"עושה שלום".

בספר נפש החיים [שער ב פרק יג] מסביר ר' חיים וולוז'ין, שאת התפילה חיברו אנשי כנסת הגדולה, 120 חכמים ובהם 84 נביאים. **אנשי כנסת הגדולה גנזו בתוך מילות התפילה סודות גבוהים מאוד וכוונות גדולות מאוד.**

שום אדם לא יכול לתקן תיקון נורא ונפלא כזה. אומנם מתפללים כל יום אותה תפילה אבל בכל פעם שמתפללים נגרמים חידושים בסדר העולמות עד "שמעת שתקנוה עד ביאת הגואל במהרה בימינו לא היתה ולא תהיה שום תפילה בפרטות דומה לחברתה".

מוסיף הרב בנפש החיים שאפילו "איש אלוקים נורא האר"י ז"ל, אשר הפליא הגדיל לעשות כוונות נפלאים, אינם בערך אף כטיפה מן הים כלל נגד פנימיות עומק כוונת אנשי כנסת הגדולה מתקני התפילה".

מה הפלא שקשה לנו לכוון בתפילה?! היא גדולה עלינו באלף מידות! היא לא שייכת לעולם המושגים שלנו ולתחומי ההתענינות. אפילו האר"י הקדוש תיקן תיקונים שהם רק כטיפה מן הים ביחס לכוונות חז"ל בתפילת שמונה עשרה.

שמעתי ממורי ורבי הרב פיירמן: נביא מביא את דבר ה' אל העם. אלה לא דברים שלו, הוא רק צינור שמעביר מהקב"ה לכלל ישראל. הדבר היחיד שאומר נביא מעצמו זו תפילה. בתפילה באה לידי ביטוי דרגתו הגבוהה של הנביא כאשר יש נביאים בעם ישראל נוצרת אווירה נבואית. הרמה הרוחנית של כל העם מתעלה כתוצאה מנוכחות של נביאים בתוכו. **כאשר נפסקה הנבואה בעם ישראל התחלנו "לאבד גובה". התפילה נשארה ברומנו של עולם, אך אנחנו התרחקנו ממנה, לכן קשה לנו להתחבר לגובה שכזה.**

אבל אנשי כנסת הגדולה הרימו אותנו לגובה אחר, לתפילות על ארץ ישראל, בית מקדש, בניין ירושלים, משיח ותיקון העולם.

איך בכל אופן נצליח קצת להתחבר לתפילה?

יש להשתדל לכוון כוונה בסיסית שאנו עומדים בתפילה לפני ריבונו של עולם. אומנם אנו פותחים את התפילה בסוג של התנצלות "ה' שפתי תפתח ופי יגיד תהילתך" אני בעיקר עובד עם השפתיים והפה ולא עם הלב וגם זה בזכותך ריבונו של עולם אבל כוונה בסיסית זו מכניסה קצת נשמה למעשה חיצוני זה אומנם עלינו לעשות הכל כדי לכוון בתפילה ואומר נפש החיים שיש לכוון שכיוון שמילות התפילה נשגבות מאוד יש לכוון את הפירוש של המילים בשעה שמוציאים אותם מהפה ודי בזה כדי לגרום לתפילה לפעול את פעולתה.

עם כל זה אם לא הצלחנו עושה לנו השולחן ערוך הנחה ואומר שבדיעבד מספיק אם כיוון בברכת אבות והרמ"א שגם אם לא כיוון בברכת אבות יצא ידי חובה.

רבי צדוק הכהן מלובלין בספרו "רסיסי לילה" [לא] כותב שהעיקר בתפילה הוא "שויתי ה' לנגדי תמיד". ואפילו אם התפילה היא בגדר שיחה, כלומר שיחת חולין חסרת תוכן פנימי. כמו המשנה באבות, שאוסרת להרבות שיחה עם האישה, והכוונה שם לשיחה חסרת תוכן. אבל דיבור ענייני יש וצריך לדבר עם האישה.

וכפי שמכירים זאת מעולם הצומח: "שיח השדה", כלומר עץ סרק, שאינו מניב פרי, וכפי שה' ברא בעולמו גם עצים מסוג זה, כך יש ערך גם לתפילה מעין זו. ואומר ר' צדוק שלפחות צריך שידע שהולך להתפלל שנאמר "ויצא

--- ∞ תפילה – מצוה – ∞ ---

יצחק לשוח", שאף על פי שזה בגדר שיחה, יצחק עשה מעשה של יציאה, כלומר הכנה והשתדלות.

כיוון זה שופך אור על מעשה התפילה. גם אם לא מצליחים להתרכז ולכוון, על כל פנים משתדלים להרגיש שזה "שויתי ה' לנגדי תמיד", ויש כוונה כוללת להתפלל. גם לתפילה כזו יש ערך, כפי שמתפלל על כך דוד "שמע ה' קולי בשיחי". כלומר אפילו אם זה רק בגדר שיחה בעלמא תשמע את תפילתי, וכפי שאומרים בתפילה "יהיו לרצון אמרי פי..." אפילו אם היה זה עקימת שפתיים בלבד.

יהי רצון שנזכה להתפלל מכל הלב ולכוון בכל מהלך התפילה, ויתקבלו תפילותינו לרצון לפני נורא עליה.

התפילה - קירבת אלוקים

הרב אליהו מלכה

על מצוות התפילה נחלקו רבותינו הראשונים האם היא מצווה מן התורה או רק מצווה מדרבנן.

הרמב"ם כתב [הלכות תפילה פ"א, ה"א]: "מצוות עשה להתפלל בכל יום, שנאמר 'ועבדתם את ה' אלוקיכם' (שמות כג, כה). מפי השמועה למדו שעבודה זו - היא תפילה, שנאמר 'ולעבדו בכל לבבכם' (דברים יא, יג). אמרו חכמים: איזו היא עבודה שבלב? זו תפילה".

הרמב"ן [בהשגותיו לספר המצוות] חולק על הרמב"ם וטוען: כל עניין התפילה אינו חובה כלל מן התורה, אלא ממידת חסד הבורא יתברך עלינו ששומע ועונה בכל קוראנו אליו.

כלומר, לדעת הרמב"ן אין התפילה מצוות חובה, ולא חייב הבורא את בני האדם שיתפללו אליו, אלא אדרבה מעשה חסד הוא שהיטיב הבורא עם בוראיו, שפתח להם שער להתפלל אליו.

מה טיבו של החסד הזה?

ר' שמחה בונים מפשיסחא, אחד מגדולי החסידות, הסביר את הדברים: כידוע הקב"ה קילל את הנחש ואמר לו "ועפר תאכל כל ימי חיידך". הקשה הרב: מה קללה היא זו, הלא בוודאי נתן הקב"ה טבע בנחש שיוכל להיות ניזון מן העפר, וכיוון שכך, ברכה היא לו, שיוכל למצוא מחסורו בלי טרחה בכל מקום, אז מה רע לו? מה הוא הפסיד?

תירץ הרב שלאדם הראשון אמר הקב"ה "בזיעת אפיך תאכל לחם". ואם יקרה לאדם שיהיה חסר פרנסה, יוכל לפנות אל ה' יתברך בתפילה, ולבקש ממנו שיספק לו את מזונותיו. על כך ניתנה לאדם היכולת לבוא לפני הבורא. גם לקללה של חווה "בעצב תלדי בנים" יש את אותה מגמה, שתצטרך לבוא בתפילה אל הבורא בצר לה. אולם הנחש, אותו הרחיק הקב"ה מעליו, ונתן לו מראש כל מחסורו עד סוף כל הימים, מאכלו יהיה מצוי בכל מקום, ועשה לו כך כדי שלא תהיה לו שום עילה לבוא אל הקב"ה. בקיצור - הרחקה נצחית מקרבה אלוקית. מוסיף הרב, שלצערנו יש מצבים בהם רשע מסוים נידון בדין הדומה לנחש. לפעמים הקב"ה נותן לרשע כל צרכיו כדי להרחיקו שלא יבוא בתפילה לפניו.

רעיון זה של ר' שמחה בונים מפשיסחא יסודו בדברי הגמרא [יבמות סד, א]:
"**הקב"ה מתאוה לתפילתן של צדיקים**". ובמדרש תנחומא [תולדות סימן ט]
אומרים חז"ל: "**למה נתעקרו האמהות?**... שהיה הקב"ה מתאוה לתפילתן. אמר הקב"ה - עשירות הן, נאות הן, אם אני נותן להם בנים אינן מתפללות לפני".

רבנו בחיי [בספרו כד הקמח ערך תפילה] ביאר את עומק דברי חז"ל כך:
"כי אין העקרות עיקר הסיבה, אלא התפילה! ולא באה העקרות אלא בשביל שתבוא התפילה". **אם כן התפילה היא העיקר, והחסרון נוצר כדי שנחפש קרבת אלוקים ע"י התפילה!**

משל למה הדבר דומה? למלך שהיה מחבב ביותר לאחד מעבדיו, והיה מזמינו וחוזר ומזמינו לפלטרין שלו. פנה אותו עבד לעסקיו ושכח הזמנתו של מלך. מה עשה המלך? אמר להכניס בכל יום פת ותבשיל של אותו עבד לתוך פלטרין שלו, ובשעה שהעבד רעב על כרחו הוא נכנס לפלטרין ליטול מנה שלו. באותה שעה המלך רואה את אהובו מקרוב ושמח בו ומאיר פניו אליו.

התפילה היא איפוא כלי לדבקות, פרוזדור לטרקלין של קרבת אלוקים.

נסכם את דברנו בלשונו של הרמח"ל [בספרו דרך ה' פ"ח]: "צורת התפילה אינה אלא מסגרת לעבודת ה', שעה קלה שכולה קודש לתת לאדם מקום שיתקרב לו יתברך, לפי שעם התפילה יתקרב אדם לבראו".

ואסיים במעשה שהיה: הגאון רבי אליהו דסלר ישב לפני מרן ה"חזון איש" ושניהם דנו בשאלה: כיצד משתלבים בתפילת שמונה עשרה בחדא מחתא (=בבת אחת) הבקשות על עניינים גשמיים - "רפאנו, ותן טל ומטר..." עם בקשות על עניינים רוחניים - "בינה, תשובה"? הרב דסלר סבר ליישב, שהבקשה על רפואה ופרנסה היא בתורת כלים ואמצעים לעבודת הבורא. נענה ה"חזון איש" ואמר, הבקשה מה' על דברים גשמיים היא גופא ערך רוחני נשגב, היא הביטוי החזק ביותר של "אמונה". היא המראה את התלות הגמורה במי שאמר והיה העולם.

יהי רצון שנדע להעריך את התפילה, להרבות ולהתעמק בה ושנוכה להתקרב אל ה'.

למה זה קורה לי???

הרב פיני כפרי

מבעס להתחיל עם זה את המאמר ותסלחו לי מראש, אבל לא מעט צרות יש בחיינו מפעם לפעם. ולא אחת אנו שואלים את עצמנו "למה זה קורה לי?".

קודם כל, ראוי כבר לומר שזאת שאלה נכונה ויפה, כיוון שבשאלה זו מראה האדם כי הוא מבין ומאמין שיש קשר בין מעשיו לבין הקורות אותו בחייו.

וכעת נשאל באמת, למה זה קורה לי? **מה עשיתי שמגיע לי כזה עונש?** מה, אני כל כך רע שהי עושה לי דבר כזה?!

אנו לא מתיימרים לפתור במאמר זה את חידת הסבל האנושי, אף על פי כן ננסה לענות לפחות באופן חלקי על פי עקרון מסוים.

האריי ז"ל כותב כי בכל פעולה וברכה אנו מעלים רצון לקבלת שפע מהשם יתברך ועיי כך השם משפיע לנו את השפע המיוחל. בעצם **בשביל זה ברא השם יתברך את העולם, להשפיע שפע טוב לעולם.**

שאלה לי אליכם, מה קורה כשאנו לא מבקשים כלום מהשם? וכן, **לפעמים אנו מרגישים שיש לנו הכל**, הכל זורם, הכל פשוט מושלם ואנו ממש לא צריכים את השם. ולא רק זה, אלא שאנחנו אפילו לא רוצים להתחייב להשם. אם אבקש ממנו אהיה חייב לו, וזה לא מתאים לי. זה כל כך מצחיק, בדיוק כמו הבדיחה על אותו אחד שבמשך שעתיים מחפש חניה בתל אביב בשעות הלחץ. הוא חושש לאחר לפגישה חשובה.

הוא מוצא את עצמו פונה להשם ואומר "השם, אם תמצא לי חניה, עכשיו אני חוזר בתשובה." עוד לא סיים לדבר ומיד רואה הוא אדם נכנס למכוניתו ומפנה לו את החניה. מיודענו ממחר להרים עינינו לשמים ואומר "עזוב השם, כבר הסתדרתי".

לא פעם אנו מרגישים כאותו אדם בבדיחה, רק שהפעם זה כבר לא כל כך מצחיק, כי זה אמיתי. לפעמים אנו מרגישים שאיננו זקוקים לאף אחד, אנו שולטים בעולם והעולם עובד על פי החלטתנו וכוונתנו. דבר זה גורם לנו לגאווה ולהרגשת בלעדיות על העולם, ולתחושה שכולם נבראו כדי לשרת אותי. כמה זה מרחיק אותנו מהשם, מהטוב האמיתי. כמה חבל...

אך **השם בטובו הגדול רוצה את הקשר איתנו**. רבי נחמן אומר כך, יש להשם מלאכים ושרפים, חיות קודש ומלאכים נוראים, ובכל זאת הוא עוזב אותם. הם לא מעניינים אותו כמו בני האדם המתמודדים עם הניסיונות והקשיים. כמו כן הצדיקים הקדושים מעניינים אותו אך לא מעסיקים אותו כמו היהודי הפשוט הנלחם על אמונתו ועל מצוות השם בקשיים רבים [שיחות הר"ן].

ולכן, הקב"ה רוצה ליצור אצלנו קשר ותלות. הוא מבקש שנבוא אליו ונרצה בקרבתו. אז הוא מונע מאתנו את טובו, אבל רק קצת. למה הוא מונע את טובו? כי על כל פגיעה או איזה ייסורין יש כנגדם שפע רב של חיים טובים שהוא משפיע לנו. ולמה קצת? כי כואב לו להכאיב לנו, ואפילו שזה לטובתנו - זה כואב לו, וזה מפני שהוא אוהב אותנו.

קראתי משל יפה בנושא.

אדם שקע בחובות. הוא לווה פעמים רבות מעשיר אחד והסתבך עם חובות אדירים. הבעיה הגדולה היתה שבאמת לו היה לו איך לפרוע. ביום הפירעון פנה העשיר לבעל חובו וביקש ממנו את כספו בחזרה. אך בעל החוב דחה אותו שוב ושוב. יום אחד הזמין העשיר את בעל חובו לשיחה והציע לו הצעה מעניינת: "אני רואה כי אינך יכול לעמוד בהחזרים ובליבי יש רחמים גדולים עליך, מצאתי רעיון לפתור את העניין. אביא לך במתנה דירה מכונית ומיליון ש"ח. אך ביום אחד אבקש מתוך כך את הכסף שלי בחזרה וכך תוכל להחזיר לי". "תודה רבה לך אדוני! ממש תודה!" שמח הלוח שמה גדולה והלך לו. כעבור שנה בא העשיר וביקש את כספו בחזרה. התחיל בעל חובו לבכות. "מדוע? למה אתה לוקח ממני את כספי?!..."

אנו מרחמים על אותו לוח אומלל, אך למעשה אנו דומים לאותו בעל חוב. השם יתברך נותן לנו את כל חיינו, בריאות, משפחה, אוכל, כסף, אושר ועושר. אך אנו נכנסים לחוב אצלו בחטאינו המרובים. אז השם לוקח קצת מהשפע שהוא בעצמו נתן לנו. אנו בטיפשותנו הרבה פונים אליו בטרוניה ומתאוננים, למה זה קורה לי??? מה עשינו??? נכון שזה מצחיק?

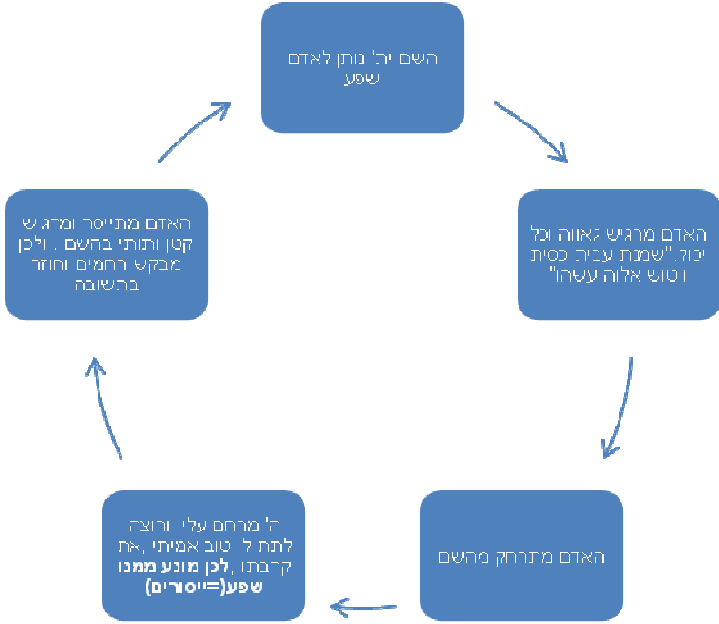
אם כן, הקב"ה יוצר אצלנו חיסרון. מיד אנו מרגישים חסרים, חסרי שליטה, קטנים ואפסיים. או אז מבינים אנו כי אנו בני אדם ואנו זקוקים להגנת השם יתברך. זקוקים לו בכל חיינו. מיד אנו נכנסים לפרופורציות ומבינים את קטנותנו.

בשלב זה אנו פונים בשפלות להשם מבקשים את סליחתו. אנו שבים אל השם, לאהבתו וטובו האמיתי. דבר זה נקרא תשובה.

--- ❧ שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

לאחר השיבה אל השם ותורתו, מרגיש האדם כי כל המהלך אכן היה לטובה והכל בעצם היה חסד השם. "למה באתני זה הכאב? אם לא לנענע לי את הלב" [שולי רנד].

אם נסכם את זה בתרשים, זה יכול להראות כך:



עצה לסיום: אדם שדן את עצמו ועושה לעצמו חשבון נפש באופן תדיר, ימנע מעצמו את ההסתאבות וההרגשה שהעולם שלי וכולם חייבים לי. מתוך כך ימנע מעצמו ייסורים, כיוון שלא יהיה צורך להעיר אותו משנתו. מתוך כך יזכה לקרבת אלוקים.

יהי רצון שנזכה כולנו ל"ואני קרבת אלוקים לי טוב". בהצלחה לכולנו.

תפילה? בשביל מה?

הרב אבישי לטין

ישנה שאלה מעניינת בעניין התפילה אשר לפעמים מכניסה בנו ספקות בזמן אמת.

אחד היסודות החשובים והמפורסמים ביותר בעולם היהדות הוא "כל דעביד רחמנא - לטב עביד" [ברכות ס, ב]. כוונת הגמרא פשוטה, שכל מה שעושה הקב"ה עם האדם - לטובה הוא עושה איתו, בין אם הדברים נראים כטובים ובין אם הם נראים רעים. משמע, שגם אם אדם חווה צער כלשהו בחייו חובה עליו להסתכל על הדבר בצורה חיובית ולומר לקב"ה תודה.

צריכים לומר תודה מתוך הבנה עמוקה שאין מחשבת הקב"ה כמחשבתנו ואם כך החליט, משמע שהדברים עמוקים ואין לי השגה בהם, אך ברור לי שהוא אוהב אותי כל כך שצער זה אשר חוויתי הוא לטובתי הנצחית.

לאחר שהבינונו עניין חשוב ומהותי זה, נשאלת שאלה לא פשוטה: אם הכל לטובתנו הנצחית וכל מהלך שעושה עימנו הקב"ה הוא עמוק ונשגב מבינתנו, מדוע מחייבים ומזהירים אותנו חז"ל להתפלל על צרכינו וחסרונותינו?!

מדוע כשאני נכנס לאוטו אני מתפלל לה' שלא תהיה שום תקלה לא תאונה ואפילו לא פנצ'ר? הרי אם יהיה, זה וודאי טוב, משום שהקב"ה החליט כך!

כותב רבי נחמן בהשתפכות הנפש :

”אך באמת אף על פי כן האדם צריך להתפלל על כל חסרונותיו. כי קודם שמתפלל האדם בודאי הוא טובה גדולה כל מה שבא על האדם ואפילו ייסורים, חס ושלום, כי אין לו עדיין כלים וצינורות לקבל על ידם שפע החסד”.

יוצא מדבריו, שבעצם אין שינוי ברצונו של הקב”ה כלפי האדם כאשר הוא מתפלל אליו. מטרת התפילה אינה בכדי שעל ידה יחליט הקב”ה אחרת ממה שחשב לעשות עם האדם, משום שהקב”ה הוא שלם ברצונו, ורצונו אינו משתנה לעולם. אלא, שעל ידי התפילה האדם עצמו משתנה.

כאשר האדם מתפלל יש כאן אמירה חזקה ומוחלטת - ”ברור לי שאיני המחליט פה, ברור לי שיש מישהו ששולט בכל המציאות שלי, ברור לי שמהצרה שלי אין בכוחי לצאת אם לא הקב”ה שעוזרני”.

האמירה החשובה הזו היא בעצם תכלית האדם. **ההבנה שהקב”ה הוא השולט היחידי ואין עוד מלבדו היא בעצם תכלית האדם בעולם.** וכל המציאות שהקב”ה מוביל אותנו בתוכה מנחה אותנו כל הזמן לרגעים כאלה של הבנה שאין בכוחי לעשות את הדבר כי אם בתפילה. תפילה, משמע הכנעה. כמה מחכה הקב”ה לאדם בכל יום שיעצור לרגע את טירוף ההשתדלות בה הוא חי, את הניסיונות שלו להצליח, את השאיפות שלו ואת התוכניות שלו ויריס רגע את עיניו לשמים בהכנעה גמורה ויתפלל אליו. לא משנה למה או על מה יתפלל אליו. זה באמת לא חשוב כרגע, אלא שיתפלל, שייכנע, שיהיה מסוגל לתת דעתו לאמת שהיא מציאות ה' בעולם. למרות שכל הלך יומו צועק ”כוחי ועוצם ידי” מכל עבר, בזוגיות, בגידול הילדים, בפרנסה ובכל תחומי החיים. בעולם בו אנו חיים, עולם המדמה לנו מציאות

יום-יומית מוחלטת של שליטה מלאה והרגשה של "אם אני לא אעשה ואתאמץ לעולם לא אשיג", הוא עולם המחייב את האדם להיות מלווה כל הזמן בתפילה שתכניס אותו לפרופורציות, ורק כך יוכל להפנים הרגשה זאת של אפסיות כלפי הבורא יתברך. כעת אפשר להבין מדוע הצורך ה"מעיק" הזה לכאורה שחייבה אותנו התורה וחז"ל להתפלל שלוש תפילות ביום ולא אחת, כיוון שעם פרדוקס כל כך מהותי וקשה של הכנעה ואפסיות אל מול השתדלות אין סופית שהחיים מצפים מאתנו, אפשר לעבור רק על ידי התפילה, ועל ידי הרבה תפילה.

עניין זה משיב גם על שאלתנו לעיל. **כאשר מחליט הקב"ה להביא על האדם ייסורים, הסיבה העיקרית לכך היא לגרום לאדם לעשות סוג של עצירה מהחיים.** עצירה מהמערבולת הזו של ה"כוחי ועוצם ידי" שהוא נכנס אליה, מערבולת של הסתרת פנים כל כך גדולה שגורמת לאדם לשקוע עמוק בתוך הבוץ של עצמו, וגורמת ל"אני" שלו לגדול ולגדול לממדים המסתירים לו את מציאות ה' יותר ויותר בכל יום שעובר.

אנו מכירים אין ספור אנשים שחזרו בתשובה לאחר שנפטר להם אדם קרוב, מדוע? הרי האמת תמיד היתה שם, מדוע רק עכשיו אתם מצליחים לראות אותה? מסיבה פשוטה מאוד - ייסורים! פתאום, בעל כורחם, עצר להם הקב"ה את החיים ונתן להם מכה שגרמה להם להרים עיניים לשמיים. ברגע שהרימו עיניים לשמיים פתאום הם רואים שבאמת יש שם משהו, כל מהות הייסורים היא התעוררות והכנעה. אומר לך הקב"ה "שים לב, נכון שאתה מנהל בנק גדול או כל איש בעל השפעה עצומה אשר בכמה מילים מכריע החלטות עם השלכות אין סופיות על חיים של אנשים, אז רק שתדע לך, שבשנייה אחת אתה יכול להיות האדם הכי קטן ושפל שיש" זהו כל עניין הייסורים.

--- ❧ שְׁלוּזֵי מִצְוֵה – תְּפִילָּה ❧ ---

אז מדוע להתפלל? פשוט! משום שאם תתפלל באמת מכל הלב אתה ממילא תהיה בהכנעה מוחלטת כלפי שמיים, וממילא לא יצטרך הקב"ה להעיר אותך ע"י ייסורים.

אני מאמין באמונה שלימה שהדבר האחרון שאבא שלנו רוצה זה לראות את בניו האהובים לו כל כך מתייסרים. אז רחמו על עצמכם, קחו את הדקות הנפלאות האלה של התפילות ואל תעשו אותם מצוות אנשים מלומדה, אלא באמת כעבד בפני רבו ובעזרתו יתברך עם ישראל יזכה לישועות גדולות.

הרב, אפשר ברכה?

הרב עידן מוגרבי

מי לא מכיר את המציאות של אנשים שמתעוררת אצלם בעיה וישר רצים לרבנים גדולים לבקש ברכה: לפרנסה, לשלום-בית, ליראת שמיים, רפואה וכו'...

הליכה לצדיק היא דבר גדול ומבורך, אבל יש משהו שאנחנו שוכחים לעשות לפני כן.

בפרשת "ויצא" יעקב אבינו נושא את לאה ורחל לנשים. והנה ללאה נולדים 4 ילדים ורחל עומדת מנגד ורואה איך אחותה זוכה לילדים והיא עדיין לא הצליחה להיכנס להיריון משום שהיא עקרה. היא מחליטה לעשות מעשה ולפנות לצדיק של אותו הדור הלוא הוא יעקב אבינו (בעלה).

בפנייה נרגשת ושוברת לב זועקת היא מקירות ליבה "ותרא רחל כי לא ילדה ליעקב ותקנא רחל באחותה ותאמר ליעקב הבה לי בנים ואם אין מתה אנכי" [ויצא ל, א]. רחל פונה בפנייה נואשת ליעקב ואומרת לו "בבקשה ממך תן לי ילדים כי בלי זה אין טעם לחיים".

יעקב אבינו מקשיב לבקשתה ומתרגז. הוא משיב לה נחרצות "ויחר אף יעקב ברחל ויאמר התחת אלוקים אני אשר מנע ממך פרי בטן" [ויצא ל, ב]. לכאורה, מפשט הפסוק רואים שיעקב אבינו אדם קר, שלא מבין את המציאות המורכבת של אישה עקרה שמתחננת לילד. בדבריו הוא כביכול אומר לה "מה את רוצה ממני? וכי אני יכול להביא לך ילדים? אני לא זה שבראתי אותך עקרה ואני לא זה שיביא לך ילד".

דברים קשים עד להחריד. במיוחד לאור העובדה שאנו מכירים את יעקב אבינו ויודעים אילו מידות טובות יש בו, איזו מסירות נפש יש לו על הצאן, אז איך לא ירחם על אשתו האהובה?! על כרחך לומר שיש דברים בגו.

אבל האמת היא כזאת: רחל פונה ליעקב ומבקשת ממנו שיתפלל עליה לילדים. יעקב אבינו קולט את המציאות שרחל תולה את יהבה עליו, ולא על הקב"ה ומבצע אקט מיוחד כדי לעורר אותה לשוב להתפלל לקב"ה.

וזו לשון הרמב"ן: "ועל דרך הפשט אמרה רחל ליעקב שיתן לה בנים, ובאמת דעתה לאמר שיתפלל עליה... ויחר אף יעקב: שאין תפילת צדיקים בידם שתשמע ותענה על כל פנים... **לכן אמר לה שאינו במקום אלוקים שיפקוד עקרות על כל פנים.** ואיננו חושש בדבר, כי ממנה נמנע פרי בטן ולא ממנו. **וזה לייסר אותה ולהכלימה, והנה הצדקת בראותה שלא תוכל להסמך על תפילת יעקב, שבה להתפלל על עצמה, אל שומע צעקה.** וזה "וישמע אליה אלוקים".

אחרי שרחל מבינה את הנקודה שהבהיר לה יעקב היא נגשת להתפלל אל ה', וה' לא משיב פניה ריקם, שנאמר "ויזכר אלוקים את רחל וישמע אליה אלוקים ויפתח את רחמה" [בראשית ל, כב].

הירושלמי אומר: ארבע מפתחות יש בידו של הקב"ה ולא מסר אותם לא למלאך ולא לשרף. מפתח גשם, מפתח פרנסה, מפתח תחיה ומפתח עקרות. מפתח עקרות שנאמר "ויזכר אלוקים...ויפתח את רחמה". וזאת הנקודה שרצה להבהיר לה יעקב, שהישועה לה היא כל כך מצפה ומקווה לא תבוא מבשר ודם אלא מהקב"ה. רחל הבינה זאת ולכן התפללה לה'.

חז"ל שואלים: "מפני מה האמהות נעשו עקרות? מפני שהקב"ה מתאוה לתפילתם של צדיקים". מכאן אנו רואים כי הקב"ה יוצר חיסרון מסוים

אצל האדם, לא מפני שהוא רוצה להזיק לו או להרע לאדם ח"ו, אלא כל המטרה שהקב"ה יוצר מציאות כזאת היא על מנת שהאדם יתפלל ויתקרב אל ה' יתברך. כל מהות הריחוק היא בעצם קירוב.

לסיכום, מהמקרה של יעקב ורחל אנו למדים שני דברים לענייננו.

הדבר הראשון זה להתפלל אל ה'. כמו שאמרנו, המציאות של חיסרון היא רק על מנת שנתקרב חזרה אל ה' על ידי תפילה.

חס ושלום אין דבר רע בללכת לצדיקים ולבקש ברכה. ההפך הוא הנכון, מצינו ברבקה לאחר שהתעברה אומר הכתוב "ויתרוצצו הבנים בקרבה" [כה, כב] רבקה רואה מציאות משונה שהיא מרגישה צירי לידה כשהיא עוברת ליד בית המדרש, וגם כשהיא עוברת ליד עבודה זרה. כאן היא מתחילה לחשוד!. למרות שברור לה שיש מציאות של צער עיבור, במקרה שלה היא מרגישה שיש פה מקרה שונה מהרגיל.

התרגום הירושלמי מביא שם שהיא מבינה את המורכבות והולכת לבקש רחמים מה' בבית המדרש של שם, וזהו "ותלך לדרוש את ה'", לדרוש - מלשון תפילה כמו שנאמר "דרשתי את ה' ויענני" (תהילים לד, ה), ואז ה' עונה לרבקה כמובן אחרי שהיא דרשה וחקרה והתפללה, הקב"ה שמע בקולה ומילא את שאלתה.

אין לנו לשכוח שאנחנו הולכים לבקש את ה', אל לנו להפיל את יהבנו על הצדיק ולהיות בטוחים שהוא המושיע, אלא הוא המסייע. ה' הוא המושיע וממנו תבוא הישועה.

כוחה של התפילה

הרב רון מלכה

המשנה באבות אומרת "על שלושה דברים העולם עומד על התורה ועל העבודה ועל גמילות חסדים". חז"ל מפרשים מהי עבודה - זו עבודת הקורבנות שהייתה במקדש. אך משחרב המקדש באה התפילה שהיא עבודה שבלב במקום עבודת הקורבנות.

מדוע חז"ל קוראים לתפילה עבודה שבלב הרי תפילה נעשית בפה, הם היו אמורים לקרוא לתפילה עבודה שבפה?

חז"ל מכנים את התפילה עבודה שבלב, משום שעיקר התפילה היא בלב. כמו שהפסוק בשיר השירים אומר "נפשי יצאה בדברו" אל תיקרי בדברו אלא **בדיבורו**. הנפש יוצאת בדיבור. הפה הוא רק אמצעי בכדי לבטא את רגשות הלב ואת פנימיות האדם. כשהאדם רוצה לבטא את תחושותיו ורצונותיו הוא עושה זאת בעזרת הפה.

מטרת התפילה אינה רק למלא את רצונות ליבנו ואת מבוקשנו, אלא עיקר מטרת התפילה היא **יצירת הקשר והחיבור לבורא עולם**. התפילה היא שיא ההתקרבות לקדוש ברוך הוא. במהלך היום האדם עסוק וטרוד בהמון דברים ולכן הוא שוכח מה'. כאשר האדם עומד לתפילה מול בוראו עוזב הוא את כל ענייני העולם ואת כל עסקיו בצד, וכל התייחסותו כרגע היא לבוראו. כל כולו שם, אם זה **במחשבה, דיבור ומעשה**, הכל מכוון לתפילה לה'. אכן זה שיא ההתקרבות לה'.

בפרשת ואתחנן מופיע שמשה רבנו התפלל חמש מאות וחמש עשרה תפילות לה' אלוהי עולם בכדי להיכנס לארץ. הקדוש ברוך הוא עונה לו בשלילה. הוא מסרב למלא את בקשתו, ולא עוד אלא שציוה על משה להפסיק ולהתפלל, שנאמר "אל תוסף דבר אלי עוד בדבר הזה".

נתאר לעצמנו תלמיד שבא להתקבל למוסד לימודים כל שהוא. הוא מגיע למנהל ומבקש להצטרף לשורות בית הספר שלו. המנהל אומר לו תחזור מחר. למחרת התלמיד מגיע ושוב המנהל אומר לו תחזור מחר. וכך במשך חמש מאות וחמש עשרה ימים. ביום האחרון המנהל אומר לו שהוא לא התקבל. השאלה המתבקשת היא: "למה סחבת אותי כל כך הרבה זמן?! הייתה אומר כבר ביום הראשון או לפחות בשבוע הראשון שלא התקבלתי וזהו".

אותה השאלה נשאלת גם אצל משה רבנו. הקדוש ברוך הוא היה יכול להגיד לו "אל תוסף דבר אלי עוד בדבר הזה" כבר בתפילה הראשונה. מדוע זה לא נעשה? למה לצער אותו לחינם במשך כל כך הרבה זמן?

אלא העניין הוא, שמשה רבנו הבין שעיקר מטרת התפילה היא לא רק לקבל את מבוקשי, אלא העיקר הוא להתחבר ולהתקשר לבורא עולם. כל תפילה של האדם היא עוד קפיצת מדרגה בדרך לקרבת אלוקים. גם אם לבסוף האדם לא יקבל את מבוקשו הפרטי, הרי שמבוקשו הנפשי התמלא בעצם יצירת הקשר עם בורא עולם.

הרב פינקוס זצ"ל אומר: תפילה זו התייחסות לקדוש ברוך הוא, ואין שמחה גדולה יותר לבורא עולם מזה שבניו ובנותיו מתייחסים אליו ורוצים בקרבתו, כמו אבא ביולוגי שרוצה בקרבת בניו. הקדוש ברוך הוא מחכה

ומצפה לתפילות של בניו **האהובים** ורוצה בקרבתם ולא משנה באיזו מדרגה הם עומדים.

נתאר לעצמנו אדם שעומד למשפט וגזר דינו כבר נפסק לרעה, אך בית הדין החליט לתת לו הזדמנות נוספת. בית הדין אמר לו תביא עדים ונערוך לך עדות אופי. נראה מה הם אומרים עליך. אם אותו אדם ילך ויביא את האנשים הכי בעייתיים, אלה שמבוקשים במשטרה ובמערכת המשפט, כמובן שבית הדין יגיד לו "טוב, הבנו מי אתה, אמור לי מי חברך ואומר לך מי אתה". כל זה בבית משפט ארצי. אך בבית דין צדק של הקדוש ברוך הוא בבית דין של מעלה לא מעניין את הקדוש ברוך הוא מי ניגש להעיד אם זה אדם שמקיים מצות ולומד תורה או אדם שעובר על חוקי התורה. בבית דינו של ה' יש חוק שאין בשום בית משפט בעולם "שכל מי שפונה לקדוש ברוך הוא מעומק הלב הקדוש ברוך הוא מקשיב ומטפל בבעיה שלו.

מנשה המלך בנו של חזקיהו היה רשע ולא היתה עבודה זרה בעולם שהוא לא עבד. הוא הגיע לשיא כאשר הכניס צלם של עבודה זרה להיכל בית המקדש, וכל זה כדי להכעיס את ה', לא פחות ולא יותר. באחד הימים תפס אותו מלך אשור ורצה להעניש אותו בחומרה. הוא הגלה אותו לאשור ושם הכניס אותו לתוך סיר נחושת גדול. מתחת לסיר הודלקה מדורת אש גדולה, וכל זה כדי להרוג אותו מתוך עינויים קשים ומרים. ברגע שמנשה הבין שהוא מתחיל להישרף הרים קולו בזעקות שבר כלפי כל האלילים שהוא עבד להם. אך לאחר שאף אחד מהאלילים לא ענה לו (מעניין למה) החליט מנשה לפנות לקדוש ברוך הוא. אבל איך הוא פנה? הוא אמר "ה' אם תציל אותי אתה האלוקים, ואם לא, אז אתה בדיוק כמו כל האלילים".

תגידו לי, וכי הי' היה צריך לענות לאדם כזה? הרי מנשה עבד עבודה זרה, והעמיד צלם בהיכל בביתו של הקדוש ברוך הוא, וגם כעת כשהוא כבר מתפלל אל הי' שיציל אותו, איך הוא עושה זאת? הוא מדבר ממש בחוצפה ומציב אולטימאטום לקב"ה. זה פשוט לא נורמאלי. באמת, באותו הרגע מלאכי השרת עלו ועשו חומה בשמים בכדי שהתפילה של מנשה לא תעלה. אך הקדוש ברוך הוא חתר לו חתירה מתחת כיסא הכבוד ועלתה תפילתו של מנשה לפני הי'. ואז הי' עשה לו נס והרים באוויר את החבית שמנשה היה בתוכה והחזיר אותו למלכותו.

מנשה לא החליט לפנות לקדוש ברוך הוא לכתחילה אלא רק במצב שהוא כבר ניסה את כל האפשרויות שבעולם ולא נישאר לו כלום אלא לפנות לבורא עולם. מכאן אפשר ללמוד שהאדם יכול לפנות לבורא עולם בכל מצב ואפילו במצב השפל והנחות ביותר, כי גם משם הקדוש ברוך הוא יקבל את תפילתו.

רק צריך לזכור ש"התפילה לא תלויה בזעקת הפה אלא בזעקת הלב". אם האדם יבקש מה' אבל יבקש באמת ומעומק הלב מובטח לו שה' יעזור ויענה לו. בכוחה של התפילה לשנות את הטבע. התפילה זה דבר שיכול לעזור לאדם בכל זמן ובכל מקום. התפילה זו תחנת הדלק של כל יהודי בה הוא מתמלא ומקבל כוחות להמשך הדרך. האדם מגיע במהלך חייו למצבים של קושי, משבר ומצוקה, אם זה ברפואה שהרופא אומר שכבר אין סיכוי, או בפרנסה שהחובות חונקים, או בכל מצב כזה או אחר. במצבים אלו הדבר הכי טוב שיכול לעזור ולהושיע זה **התפילה**, כי תפילה אמיתית וכנה מעומק הלב של יהודי זה הנשק שיכול לנצח כל מערכה. זה הנשק שיכול לעזור במצבים הקשים ביותר ולהפוך רע לטוב, מר למתוק וחושך לאור.

יהי רצון שנזכה להבין באמת את ערכה וחשיבותה של התפילה.

בקיצור... תודה! ישראל בן ססי - מנהל

בקיצור... קמתי בבוקר...

כל בוקר אנו פותחים את תפילת שחרית עם מגוון של ברכות קצרות, מעין תקציר הודאות לקב"ה. זה אחד מהדברים הראשונים שעושה כל יהודי מאמין בכל בוקר. יש מברכים אותן בבית ויש שאומרים אותן בבית הכנסת. אך אין חולק על כך שיהודי מאמין לא יכול להתחיל את היום בלי ברכות השחר.

מקור החיוב

אנשי כנסת הגדולה תיקנו לנו את ברכות השחר, כמו שתיקנו לנו את שאר הברכות ואת כל התפילות. בגמרא מפורטות כל ברכות השחר שחייב אדם לברך בכל בוקר. ברכות אלו נפסקו להלכה ומופיעות בשולחן ערוך [אורח חיים סימן מו-מז].

מהי המהות של ברכות אלו?

ברכות השחר הן ההודיה על עצם היכולת לקום בבוקר. יש בהן את הכרת הטוב על היכולת הבסיסיות בחיים.

ברכות השחר הן חטיבת-תפילה נפרדת, הנפתחת ב"מודה אני לפניך" ומסתיימת בברכת "הגומל חסדים טובים לעמו ישראל". ביניהם נאמרות כל הברכות הקשורות בהשכמה.

תפילות הפתיחה והסיום מצביעות על הנושא המרכזי של תפילה זו, שעל-פיו נוסחו כל הברכות המרכיבות אותה. שער תפילה זה יעסוק בהודיה ובהכרת הטוב של המתפלל-המתעורר על גמילות החסד האלוקית. המתעורר מוקיר תודה על תופעות חיצוניות ועל יכולות אישיות, הנתפשות כפשוטות ובסיסיות, **אולם דווקא בהן מצויה ההטבה האלוקית הגדולה ביותר**. למשל, היכולת לנקות את הגוף מהפרשותיו. כל אדם הקם משנתו ועושה את צרכיו רואה בכך פעולה פשוטה ורגילה, המבוצעת כמעט מבלי משים, לעתים עוד בטרם התעורר לגמרי. מיותר לציין את התהליכים הכימיים והביולוגיים הרבים והסבוכים, המאפשרים פעולה פשוטה זאת. למשל, אדם שכליותיו אינן מתפקדות נדרש להתחבר למשך שעות ובתדירות גבוהה למכונת דיאליזה, שגם היא אינה מבצעת בהצלחה מלאה את פעולת הכליות. יכולות שונות, כמו לפקוח את העיניים בבוקר, לרדת מהמיטה, להזדקף, ללבוש בגדים ולנעול נעליים - זוכות להכרה ולהערכה רק בהיעדרן (לצערנו). ונקוה שבעזרת ה' לא נזדקק להכיר את ההודאה הרבה על מעלות אלו ע"י חסרונו, אלא נברך ונודה לאלוקינו על מה שקיבלנו ונקבל בחן בחסד וברחמים רבים.

בעלי המשקפיים שבינינו צריכים לדעת כמה עולה ניתוח לייזר הכי פשוט שנעשה כדי לשפר את הראיה עד שלא נזדקק למשקפיים. נעים לראות עד כמה אנשים אלו מודים אחרי הניתוח על היכולת הפשוטה לראות. ושלא נדבר על ניתוחים סבוכים יותר שנועדים להציל אדם מעיוורון חלילה, או שכבר היה עיוור וע"י הניתוח חזר אליו מאור עיניו. כמה הכרת הטוב תהיה לנו כלפי הרופאים המנתחים על שהיטיבו את ראייתנו, הגם שלא עשו זאת

בחינם, והכרת הטוב לא תיגרע הגם שלעיתים מדובר בתשלום לא מבוטל בכל וכלל, ויש ניתוחים שמשלמים עליהם הון עתק.

אז אנחנו נשאל: האם מי שלא עובר ניתוחים כאלו לא צריך להודות על גדולת הקב"ה בעצם זה שרואה, ועוד בחינם!?

יחד עם ההודיה על היכולות הבסיסיות של האדם, כרוכות בחלק זה של התפילה גם "ברכות התורה".

למה ברכת התורה מוזכרת דווקא בברכות ההודיה?

יסוד ברכה זו הוא הכרת-תודה והתפעלות מן המתנה האלוקית הגדולה ביותר שניתנה לאנושות. התורה, כשאר היכולות היסודיות, נתפשת לעתים כמובנת מאליה, ומשום כך משובצות כאן "ברכות התורה", המהללות ומדגישות את המשמעות העצומה שבהענקת התורה לאדם. כי בלעדי התורה אנחנו ממש נהיה כמו אנשים שלא רואים ולא הולכים.

השוואה בין ברכות השחר לפסוקי דזמרה

חשוב לדייק ולהבחין ביעודן של "ברכות השחר" על רקע "פסוקי דזמרה", שהם שער תפילה דומה, אך שונה בצורה מהותית מ'ברכות השחר'. "פסוקי דזמרה" עוסקים בהשבחת חיי היומיום באמצעות האמונה. המתפלל "פסוקי דזמרה" מחפש ומוצא את הטוב האלוקי בכל פינה בחייו האישיים והלאומיים. בניגוד לכך, "ברכות השחר" אינן עוסקות בחיפוש, אלא בהדגשה ובשימת-לב. אין צורך בחיפוש אחר הטוב הקשור ביכולת

לנעול נעליים בבוקר; כל אדם יודע כי ללא יכולת זו אין חייו חיים. על-אף זאת, מעטים מתייחסים ואף מבחינים בפעולה פשוטה זו בכל יום. "ברכות השחר" מפנות את האדם לשים לב, להפנים ולהכיר תודה על יכולות בסיסיות חשובות אלו.

היכולת של אדם להקשיב לעצמו ולהיות רגיש לתהליכים העוברים עליו היא תנאי יסודי לכל פעילות רוחנית. רוב בני האדם בעולם חי את חייו בשגרה המעניקה יציבות ושקט, אך מאידך אוטמת את האדם ומגבילה אותו למסלול קבוע, שכמעט אינו ניתן לפריצה. היכולת לשים לב למתרחש בחיים הקבועים הללו ולהעניק לכך משמעות - היא-היא פריצה של מעגל החיים הקבוע והמכני. הפוקח את עיניו בבוקר ומודה לבוראו על הנס שאירע לו צובע את יומו ואת חייו במשמעות ובתוכן המחיים כל נפש צמאה.

נקודה למחשבה: חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום, ומעניינת העובדה שסדר הברכות נמנה מברכת המפיל ולא מברכות הבוקר. הבנה מעמיקה בדבר משמעות היום והלילה ניתן להבין לאור הסברו של הראב"ד המובא בדברי התוספות רא"ש. לשיטתו, "אלוקי נשמה" לא פותחת בברוך מדין ברכה הסמוכה לחברתה. ולאיזה ברכה היא צמודה? לברכת ה"מפיל" של הלילה! (מענין שגם המשנ"ב מנה את ברכת ה"מפיל" למאה ברכות שבכל יום [סימן מו ס"ק יד]) והדברים מעוררים תמיהה גדולה, במה התייחדה ברכת ה"מפיל" שנצטרפה לברכות היום. שהרי אם היום מתחיל מהלילה, היה לו להתחיל למנות מאה ברכות מברכות קריאת שמע של ערבית, ואכמ"ל.

משמעות הדברים היא שיש לראות בשינה ביטוי להליך אמוני שעובר האדם. לכאורה, אדם שאינו איש אמונה היה צריך לסרב לישון. לך תדע מה יהיה בלילה... אבל, הצירוף של ברכת המפיל עם ברכת אלוקי נשמה מהווה ביטוי עמוק למידת הביטחון של האדם, ולהבנה שבכל יום מתרחש תהליך לידה מחודש המאפשר לאדם לבנות את חייו בעוצמה אחרת. המחשבה המעמיקה שהשינה אינה מהווה "הפסק" אלא היא חלק מהותי מ"מצוות השינה" שמסתיימת בברכת "אלוקי נשמה" מעמידה את מקומה של השינה במקום אחר. אין לה רק תפקיד בריאותי. יש לה תפקיד רוחני עמוק.

ניתן למצוא רובד נוסף: מימרא עממית טוענת שצריך לקחת בחשבון אפשרות שחלומות מתגשמים...

בדרך כלל הלילה מוקדש לחלום, ליציאה מהמסגרת הרגילה של החיים ואילו היום מבטא את החזרה למציאות הרגילה. יתכן, שהחיבור בין לילה ליום נועד ללמד אותנו לחלום כמו גם לשאוף לממש את חלומותינו במציאות היומית. ברכה הסמוכה לחברתה אינה אלא ביטוי עמוק לחיבור השאיפות למימושן.

ולסיום יש לשאול מדוע ברכות השחר קצרות כל כך?

לעיתים אנו חושבים שכדי להודות או לבקש אנחנו נדרשים לעשות דברים גדולים ומיוחדים, שיהיה מעניין, שיהיה מיוחד. זהו שברכות השחר לימדו אותנו שגם לדברים קטנים וקצרים יש משמעות.

--- ❧ --- שְׁלוֹזִי מִצְוֵה – תְּפִילָּה ❧ ---

לפני שבוע הייתי בזבד הבת של חבר ושם הוא אמר "מזמור לתודה".
מזמור זה קצר ולוקח רק כמה שניות לאומרו, אך עם כל זה הוא מחזק
מאוד, ומלמד אותנו על נושא ההודאה לקב"ה.

בעז"ה שנדע להעריך את הדברים הקטנים, אלה שלכאורה פשוטים כל כך,
ועל ידי כך נתעלה. כי אדם גדול שם לב לפרטים קטנים, ואדם נבון יודע
להודות גם על הדברים הקטנים.

עלינו לשבח - תפילת הדרך!?

אוריאל פינחסי - מדריך

פעם באה תפילת עלינו לשבח להתלונן לפני הקב"ה ואמרה לו: מדוע שמת אותי בסוף התפילה במקום לא מכובד שתוך כדי שקוראים אותי אנשים מקפלים תפילין וכל אחד רץ לעיסוקו, וחלקם לא אומרים אותי בכלל? ענה לה הקב"ה: אני אתן לך פיצוי. פעמיים בשנה בתפילה הכי חשובה של הימים הנוראים יגידו אותך באמצע תפילת העמידה!

לצערנו תופעת הזלזול בתפילת עלינו לשבח נפוצה. נפוצה מדי. במאמר הבא ננסה ללמוד על מעלת תפילה זו ואולי על ידי כך נזכה להתחבר אליה יותר, ואז נבוא לאומרה בדרגת החשיבות הראויה לה.

עלינו לשבח נתקנה ככל הנראה על ידי יהושע בן נון בשעת כיבוש יריחו. בכל הקפה קראו אותה ישר והפוך ואחרי שבע הקפות נפלו שבע החומות.

בחלק הראשון של עלינו לשבח אנו מודים לקב"ה שאנחנו שייכים לעם ישראל ולא לשאר העמים. ולצערנו אולי אנחנו לא מעריכים את זה מספיק. בחישוב פשוט נמצא שעם ישראל הוא 15 מיליון איש מתוך 5 מיליארד בעולם שזה יוצא פחות משליש אחוז! ובמספרים 0.3%!!!! וכמה צריך להודות לקב"ה רק על זה שאנחנו חלק מעם ישראל. העם הנבחר!

בחלק השני של עלינו לשבח אנחנו מבקשים שכל העולם יכיר במלכותו של הקב"ה בעולם. אנחנו לא רוצים שכל הגויים ימותו אלא שכולם יכירו במלכותו של ה'. אנו לא אומרים להעביר גויים מן הארץ אלא גילולים. רק שהעבודה זרה תאבד מהארץ ואז גם הגויים יכירו במלכותו של ה'.

ולכן תפקידנו בעולם זה לגלות את שמו של הקב"ה כדי שכולם יכירו בו ויעבדו אותו, שזה בעצם תכלית העולם.

ישנם המון סודות בתפילה זו. לדוגמא: במילים "שהם משתחווים להבל וריק" רמוזים האיסלם והנצרות. "הבל" - רמז למוסלמים בדרך של ראשי תיבות. ה = 5 תפילות ביום, ב = 2 חגים בשנה. ל = 30 ימים צום הרמדאן. ו"ריק" - רומז לנוצרים, ריק בגימטריא ישו.

רמז נוסף בתפילה זו: יש שתי פסקאות וכל אחת מהם מתחילה באות עי"ן ומסיימת באות דל"ת. בשעה שאדם אומר עלינו לשבח הוא יוצר שני עדים שמעידים עליו ששיבח את הקב"ה. עוד אמרו חכמים: "על פי שני עדים יקום דבר". לכן אם נאמר תפילה זו לאט ובכוונה התפילה בעצמה תעיד עלינו שלא הראינו את עצמנו בורחים מבית הכנסת.

בספר "נפש שמשון" מבואר שתפילת עלינו לשבח בעצם שומרת על התפילה והוא מסביר זאת על ידי משל. אדם אחד קיבל רשות מהמלך להיכנס לבית אוצרותיו ולקחת ככל שליבו חפץ. לאחר שאותו אדם מילא את חופניו באבנים טובות ומרגליות פחד לצאת לרחוב שמא יתקפו אותו ויקחו את אוצרו ולכן עטף עצמו בגלימה שמסתירה אותו מעיני כל וכך יצא לרחוב בבטחה. יהודי לאחר שסיים את תפילתו ואחרי כל מה שביקש מהקב"ה ישנו חשש שהמזיקים יתקנאו בו ויקחו ממנו את ה"אוצר" ועל ידי תפילת עלינו לשבח הוא מוגן כי תפילה זו מגינה מכל המזיקים.

ונראה לענ"ד שחוץ מכל מה שהבאנו במעלת עלינו לשבח הדבר הכי משמעותי זה שתפילה זו שמה לנו מראה מול הפרצוף מה היחס שלנו לתפילה. כאשר אדם הולך לאיזה סרט, הצגה, משחק או כל דבר אחר שהוא אוהב, אין סיכוי שהוא יצא לפני הזמן, ואדרבא הוא עוד נשאר

--- ❧ --- תפילה – תפילה ❧ ---

אחרי זה עוד כדי להעצים ולהמשיך את החוויה. אדם שמרגיש מחובר לתפילה ואוהב את התפילה לא יברח ממנה!

כידוע, לימדנו בעל ספר החינוך ש"אחרי המעשים נמשכים הלבבות". אז אולי והלוואי שבזכות זה שנקפיד לקרוא עלינו לשבח לאט בנחת ובכוונה, אז חוץ מכל המעלות הגדולות שראינו שיש בתפילה זו, גם החיבור שלנו אל התפילה יגדל ונצא מורוחים מכל הכיוונים.

תפילה=קשר

ר' אברהם שמיר

משחר ילדותנו גדלנו על מהותה וחשיבותה של התפילה. שמענו עד כמה חשוב לאדם להתפלל, ועל כך שחשוב להתפלל לה' על כל דבר ודבר.

ברצוני לפתוח בשאלה שהטרידה אותי מזה זמן רב: מה העניין של התפילה?! מדוע בכלל צריך וחשוב להתפלל?! מה ה' צריך את התפילה שלנו?! לכאורה ה' יכול "להסתדר" בלעדינו.

אז באמת ה' לא צריך את תפילתנו. הוא אכן יכול להסתדר לבד. התפילה נועדה אך ורק בשבילנו. התפילה היא הקשר שלנו לה'. יהודי צריך להבין שללא הקשר שלנו לקב"ה שום דבר לא היה זז, ושבזכות אותו קשר הקב"ה משפיע עלינו מטובו.

בינינו, מי לא היה רוצה שיהיה לו איזה אמצעי שעל ידו יהיה "מקומבן" עם המלך. אז קל וחומר עם מלך מלכי המלכים. החידוש הוא שע"י התפילה מתחדש תמיד הקשר שלנו עם ריבונו של עולם.

תחשבו איזה כיף זה לאדם שקם בבוקר לתפילת שחרית וכבר אז מרגיש חיבור עם הקב"ה. לאחר מכן מגיעה תפילת מנחה שהיא באמצע היום העמוס בלחץ וטרדות, והיא הנותנת את הכח לקבל מבט אמוני על הפרנסה ועל ההשתדלות שלנו בחיי המעשה. בסופו של היום, לא משנה מיהו אותו אדם, אם הוא עשיר או עני, חולה או בריא, הוא לא שוכח להודות לה' על כל מה שנתן לו וזוהי בעצם תפילת ערבית. כך האדם דואג ע"י התפילה כל פעם לחדש את האמונה ולהדליק את הניצוץ.

ומה נגיז למי שקשה לו? איך נשכנע אותו בחשיבות התפילה?

ישנו משל יפה ששמעתי ממו"ר הרב אמיר, והאו מתאים לכל אחד מאיתנו.

משל למה הדבר דומה? לאדם פשוט שהיה קושר את הסירה שלו כל לילה בחבל וכל לילה הגלים היו משחררים את הקשר ומרחיקים את הספינה מעט. כשהיה אותו אחד מתעורר בבוקר היה ניגש אל המזח כדי לעלות על הספינה. והנה הוא שם לב שהקשר נפתח והספינה התרחקה מעט מן החוף. הוא היה צריך לשחות כמה מטרים מהחוף כדי להחזיר את ספינתו. כך היה קורה בכל יום ויום.

שאלו אותו האנשים "בשביל מה אתה קושר?! הלא אתה רואה שהקשר תמיד משתחרר בסוף?!"

ענה להם אותו איש: "זה כל העניין. אם לא אקשור את הספינה - ספינתי תברח לגמרי מן החוף, וכך גם את הסיכוי לשחות אליה אני אאבד". הקשר גורם שהספינה לא תתרחק מדי. נמצא שגם אם הקשר מתרופף והשפעתו כביכול פגה עדיין יש בכוחו למזער את הנזקים ולהפחית את הריחוק.

אותה קשירה זוהי התפילה שלנו לבורא עולם. כמו הקשירה של החבל בכל יום מחדש, ששומרת עליה לא להתרחק יותר מדי, כך בדיוק אנו נקשרים לקב"ה ע"י התפילה, ואפילו אם מתרחקים מעט במשך היום (או הלילה) הרי שהתפילה שוב נקשרים ושוב חוזרים לאבא.

האדם צריך להבין שככול שהקשר מתהדק יותר ויותר, כך הקב"ה מטיב עם האדם ושומרו מכל משמר וכך יצליח בכל מעשיו.

מה הקשר בין חסרונותיו של האדם לבין הקשר שלו לבורא?

רק לאחר שהסברנו שהתפילה מהווה חיבור מרכזי ויצירת קשר ישיר של האדם עם בוראו, נוכל להבין את הייסורים שבאים על האדם.

וכך מופיע בגמרא. רבותינו שואלים מדוע הקב"ה גרם לאימהות הקדושות להיות עקרות? הטעם הוא שה' התאוה לתפילתן. נמצא שוב, שכל ייסוריו של האדם נועדו לצורכו לטובתו ולתועלתו האישית. זה נשמע קצת גבוה ולא כל כך מחובר למציאות אבל זוהי האמת. כאשר הקשר שלך עם ה' מתחיל להתרופף ה' מאותת לך "היי תחזור לדרך" (הספינה מתחילה לברוח לך). לכן מביא ה' על האדם חולי וייסורים. לא כדי לדכא אותו חלילה אלא כדי לבנות אותו ולכוון אותו לדרך הנכונה לטובתו כמובן. יוצא מכאן שכל החסרונות נועדו כדי שאדם יבחן את דרכיו ויעשה חשבון נפש, ומתוך כך יגיע להצלחה.

אנו צריכים להבין שה' עושה עמנו חסד ע"י אותם איתותים. כי תמיד צריך להדק את הקשר עם הבורא, ואם אנו זוכרים לעשות זאת לבד הנה מה טוב, אך אם לא - יש תזכורת מהשמים שהתרחקנו ואם נמהר להקשר חזרה נרוויח. כל הרווח הוא כמובן בשבילנו ולא בשבילו.

לכן אימותנו היו עקרות. כי ה' רצה בקשר עמהן בכדי להטיב עמן. ואם לא היה להם את אותו חסרון אזי לא היו מתפללות לבורא, וכך הקשר עם הבורא היה מתרופף. אם הדברים נאמרו על אימותינו הקדושות על אחת כמה וכמה שהם שייכים אלינו.

כמו אבא שבכוונה מחסיר מהבן שלו כסף ושאר צרכים ולא מפני שהוא קמצן חס ושלוס או שאינו יכול למלא את מבוקשו. האבא עושה זאת מפני האהבה הגדולה שהוא חש כלפי בנו. ברגע שהבן יקבל הכל הוא לא יבקש מאביו כלום, וכך הקשר שלהם ילך וידעך. לעומת זאת כשהבן זקוק לדבר מה מהאב, הוא יפנה אליו ויבקש. הוא יודע שהאבא יקשיב לבקשתו ויעשה הכל לטובתו. וכך שוב נותר הקשר ביניהם. וככל שהבן בא יותר אל אביו כך מתהדק הקשר יותר ויותר. כך בדיוק זה פועל בענין התפילה.

יהי רצון שנוכה להתחזק ולחזק את הקשר שלו עם הקב"ה ע"י התפילה, וכך נקשר אליו בקשר נצחי.

שמחה בתפילה ר' משה הלל שבח

למה כל כך חשוב להתפלל בשמחה?

כתוב בתורה בספר דברים [פרשת כי תבוא]: "תחת אשר לא עבדת את השם אלוקיך בשמחה ובטוב לבב מרוב כל".

מוזכר בפסוק עבודה ("תחת אשר לא עבדת"). באיזו עבודה מדובר?

לימדונו רבותינו [אבות א, ב]: "שמעון הצדיק היה משירי כנסת הגדולה הוא היה אומר על שלושה דברים העולם עומד על התורה ועל העבודה ועל גמילות חסדים".

וכידוע "עבודה היא תפילה", וכך הורו לנו חז"ל [תענית ב, א]: "לאהבה את ה' אלקיכם ולעבדו בכל לבבכם (דברים יא, יג), איזו היא עבודה שהיא בלב - הוי אומר זו תפלה".

הביטוי "עבודת השם" עלול לבלבל אותנו. נראה כאילו יש כאן איזשהו צורך של ה' שנעבוד אותו. אך אין זה נכון. העבודה מכוונת כלפי עצמנו.

הדברים מבוארים בדבריו של רבי שלמה וולבה זצ"ל בספרו "עלי שור": "בשמענו מדברים על 'עבודת השם' זה מצלצל באוזנינו כאילו הקב"ה זקוק לעבודתנו, כי כך הדבר מתפרש במושגים של בני אדם. מי שמוטלים עליו הרבה עסקים ואינו יכול לעשותם לבד לוקח לעצמו מי שעובד אצלו.

אך לגבי הקב"ה אנו מוכרחים להשתחרר לגמרי מתפיסה זו. הוא יתברך אינו זקוק לעבודתנו. 'אם חטאת - מה תפעל בו, ורבו פשעיך - מה תעשה לו. אם צדקת - מה תיתן לו, או מה מידך יקחי' (איוב לה, ו-ז). מה אפוא עניין עבודת השם? הוי אומר: העבודה דרושה לעצמנו. לעצמינו?! עכשיו נהפך לקצה השני. אנחנו צריכים את העבודה. עניים - יתפללו על הפרנסה, חולים - על רפואה, בעלי עסקים - על הצלחה. לעשות מצוות - כדי להשפיע על ההשגחה העליונה להטיב לנו. ברם, גם בגישה זו יש קושי פנימי: הרי עניות, מחלה, חוסר הצלחה אינם מקרים, אלא ההשגחה העליונה הביאתן עלינו - ומה שההשגחה העליונה גזרה עלינו, אנחנו נבקש ממנו יתברך שיבטל רצונו מפני רצוננו? הלא גם זה אינו מתקבל על הדעת. אלא - לא "לעצמינו" במונח זה מכוונת העבודה להשם. ומה היא הכוונה באמת? תפילה נזקקת לנו לשלמות אמונתנו... השם נתן לתפילה מקום בהשגחה העליונה, כיון שרצונו יתברך הוא בתפילתנו. הוא נתן לתפילה מקום לפעול בהשגחה העליונה. 'וכל שיח השדה טרם יהיה בארץ וכל עשב השדה טרם יצמח, כי לא המטיר השם אלוקיך על הארץ ואדם אין לעבוד את האדמה'. ופירש רש"י: עדיין לא היה בארץ, כשנגמר בריאת העולם ביום השישי, קודם שנברא האדם, וכל עשב השדה עדיין לא צמח. וביום השלישי שכתוב 'ותוצא' - לא יצאו אלא על פתח הקרקע עמדו עד יום שישי. ולמה? 'כי לא המטיר', לפי שאדם אין לעבוד את האדמה ואין מכיר בטובתן של גשמים. וכשבא אדם וידע שהם צורך העולם התפלל עליהם וירדו וצמחו האילנות והדשאים".

יוצא מכאן שכל עניין התפילה הוא האמונה שהקב"ה מלך העולם. והוא הטוב המוחלט. הוא לא באמת צריך את התפילות שלנו, אלא אנו אלה שצריכים את התפילות הללו, כדי להתקרב אליו.

הקב"ה נתן לנו כוח לשנות דברים בעולם ע"י התפילה, אך אנו יודעים שגם אם הקב"ה יחליט להגיד "לא" זה הכי טוב בשבילנו. זאת אומרת, על ידי תפילה אנו מתקרבים להשם יתברך ומודים שהוא הטוב המוחלט, אפילו אם לא תמיד יעשה כבקשתנו, כי אנו בטוחים שהוא יודע יותר טוב מאיתנו מה טוב בשבילנו. לכן המטרה העיקרית של התפילה היא להתקרב להשם.

תפילה בשמחה מראה ומוכיחה שאנו באמת מאמינים שהשם הוא הטוב המוחלט. זו הנקודה!

על מנת להמחיש את חשיבות השמחה בתפילה ניתן דוגמא: אדם הולך לעבודה. אם הולך לעבודה בשמחה, זה מראה שיש לו חיבור למה שהוא עושה, ושהוא מאמין בטוב שבעשייתו. לעומת זאת, אם הוא הולך לעבודה שלא מתוך שמחה, הוא לא צריך להגיד יותר מדי בשביל שנראה עליו שהוא לא מחובר למה שהוא עושה והוא לא באמת מאמין בכך.

השמחה היא הביטוי הרגשי הכי עמוק והכי ברור לאמונה שלנו. השמחה שבתפילה מראה שאנחנו מאמינים בקב"ה ובטוב שהוא עושה עימנו כל רגע ורגע, בלי סוף.

יהי רצון שנזכה לעבוד את ה' מתוך שמחה, בכל תהלוכות חיינו וגם בתפילה.

זה פעם בחיים!!! (???)

ר' פאר גדסי

מזל טוב!!! שמוליק מתחתן היום.

הנה שמוליק שלנו מתעורר (?) בבוקר, פוקח עיניים, אומר "מודה אני" וקופץ מהמיטה (?). בדרכו למקלחת נוטל ידיים. והנה הוא מוצא את עצמו מצחצח שן שן, מסתכל במראה ומחייך לעצמו חיוך מאולץ כדי לבדוק את הברק בשיניים, זורק עוד חיוך, בודק שלא נשאר שום קורים בעיניים, ושהכל בסדר ואז יוצא להתארגן ולהעיר את החבר'ה שלו שעדיין חולמים ודבוקים לכרית.

אך שמוליק שלנו נזכר שבעצם הוא בכלל לא כל כך נרדם. הפרפרים בבטן לא נתנו לו מנוח. אבל אין מה לעשות "את המנגינה הזו אי אפשר להפסיק", ובפרט שהוא כבר שילם מקדמה לתזמורת.

מתוך יאוש בהשכמה של החברים חוזר לחדר ומתחיל להתלבש ולהסתדר, דאורדורנט, בושם, חולצה מ"poul & bear", מכנס של "sara" ונעלי "don gili D&G" מצוחצחות, נטילת ידיים וברכות השחר בחצי ריחוף וכל זה מהלחץ שלא נאחר, לאיפה? רק ה' יודע...

הנה הוא גומר את ברכות השחר מסתכל בשעון ו... 05:50 (!!!) משפשף ת'עיניים והופך את השעון, וואלה אותה שעה ומחייך לעצמו חיוך מטומטם ומבין כמה הוא לחוץ ומתרגש, "טוב אם כבר קמתי נתפלל בנץ". הוא יוצא בשריקות לכיוון בית הכנסת, וכבר אחרי 10 דקות מוצא את עצמו עם תפילין עליו באמצע "פסוקי דזמרה". לכוון בתפילה לא כל כך הולך,

ו"עלינו לשבח" הוא לא זוכר כל כך למי, תפילין של ראש לקופסא של יד, תפילין של של יד לקופסא של ראש ויוצא חזרה הביתה.

החברה כבר קמו וכבר בדרכם לתפילה, בינתיים שמוליק עושה התבודדות עם אבא שבשמיים ומודה על שזיכה אותו להגיע ליום הזה וכו', החבר'ה חוזרים כבר מהתפילה והוא מרגיש שלא הגיע לרבע ממה שהוא רצה להגיד... "נמשיך אח"כ, בואו נשתה נאכל משהו..." צועקים לו החברים. שמוליק הולך לחדר ופותח את המכתב שקיבל במיוחד ליום השביעי... ליום האחרון... הוא מחייך למשך כמה דקות... ויאללה יוצאים לירושלים. לאחר תפילות ובקשות במנהרות הכותל וברכה מהרב הגאון הגדול וכו' וכו'... צריך להרגיע את הבטן עם ארוחה לא קלה באחת מהמסעדות בשכונת ממילא, מגיע לו, לא!?

אחד החברה שואל בתמימות של שועל: "אחי, מה לא אמרת שאתה מצמצם...?"

"לא אחי, היום??? היום לא מצמצמים בכלום..." עונה לו מיודענו.

בשעה 16:00 (אחרי נסיון כושל לנוח קמעא) יוצאים לכיוון המקלחת והצילומים. בדרך לצלם מסדר את הפוני שלא יברח. מוציא מגבון להברקת הנעל ועם קיסם משחרר את שאריות הסטייק מהשיניים.

19:30 - חברנו היקר מתייצב בכניסה לאולם. שירים ריקודים שמחה גדולה... ושמוליק...?? איפה שהוא משייט לו הרחק בעננים... עכשיו הוא באמת לא אתנו... עולים במדרגות והוא עם חיוך שלא ירד מהרגע שירד מהרכב עם הקישוטים.

20: 30 - עם פרפרים בבטן, זיעה קרה וחיוך ענק, שמוליק פוסע על השטיח המעוטר בוורדים לכיוון המלכה בלבן.

מי היא הכלה? למי הוא מצפה כל כך? ...

בכל ערב שבת עם דמדומי חמה אנו אומרים "בואי כלה שבת מלכתא" (בפיוט לכה דודי).

ובכן, "תני רבי שמעון בן יוחאי: אמרה שבת לפני הקב"ה, ריבונו של עולם, לכולם יש בן זוג ולי אין בן זוג. אמר לה הקב"ה כנסת ישראל היא בן זוגך" [בראשית רבה יא, ח]. יוצא שאנו ה"בעל" של השבת והשבת היא הכלה שלנו. אז אם השבת היא האישה שלנו יוצא שכניסת שבת היא כמו יציאת החתן לקראת הכלה כדי לקבל את פניה בבואה לחופה.

תודו שלא חשבתם על זה.

לא נדבר על דברים גבוהים, שצריך להרגיש בבואנו אל השבת כאילו אנו באים לחתונה עם הכלה שלנו כמו בסיפור של שמוליק שהולך לקראת האשה שחלם. בואו נדבר על דברים שיותר קרובים אלינו, ושבעזרת ה' יחזקו אותנו.

אנו רואים שלפני שאנו יוצאים לאירוע או למפגש עם חברים או לדייט כזה או אחר הרי שאנו מתבשמים, מסדרים כל שיערה סוררת ומרגישים טיפה שונה מעוד סתם יום רגיל. כך חז"ל בכל הדורות הראו לנו שאנו צריכים לגשת לשבת. לא כסתם יום השביעי במספר שבא אחרי ראשון שני וכו', אלא ליום "השביעי" זה לא עוד סתם יום בשבוע. הגמרא [שבת קיט, א] מספרת לנו על רבי חנינא שהיה מתעטף בבגדים נאים לפני כניסת השבת.

ועוד מספרת הגמרא שם שכשבא רבה בר רב הונא לביתו של רבה בר רב נחמן, סידרו את השולחן עם כמות גדולה של מאכלים, שאל אותם רבה בר רב הונא: " האם ידעתם שאני אבוא שאת כל זה הכנתם בשבילי?!" ענו לו בני ביתו: "וכי אתה עדיף לנו מהשבת? בשבילה הכנו, אתה במקרה באת...".

אנו רואים מכאן ומעוד הרבה דוגמאות וסיפורים בגמרא ובמקומות אחרים שלחכמים הייתה הסתכלות מיוחדת ומאוד מכובדת על השבת. אם נוריד את זה יותר אלינו נוכל לראות איך בכל צעד שלנו אנו יכולים לבוא לקראת השבת, וכך בעזרת ה' נרגיש יותר את החיבור עם השבת ואת קדושתה.

כשאנו קונים בגדים, או אם אפילו לא קונים אלא לוקחים ממה שיש כבר בארון, אנו יכולים להגיד: "את החולצה הזו, את המכנס הזה אני שומר לשבת". זה ממש לא אומר שבחתונה של החבר הכי טוב אלבש סמרטוט, זה פשוט אומר שאת הבגד ההוא אני שומר לשבת, כי הוא ממש מיוחד. זה יכול גם להיות שאם בשבוע אני שותה הרבה משקאות אז לשבת אני אשמור את המשקה הכי אהוב ואזהר שלא לשתות אותו בשום זמן אחר. אני מכיר אנשים שלא חשבו שהם ברמה הזו, אך אחרי המעשים נמשכים הלבבות והיום הם מרגישים אחרת.

עצה לנשואים: גם אם אתה יוצא עם אשתך לאיזה דייט, אפשר ליחד בגדים יפים ומיוחדים לשם כך, שהרי ראינו שחז"ל השוו לנו זה בזה.

בעז"ה שנוזכה לכבד את השבת בכל הדברים הטובים ובכל יכולתנו ושנבין בעז"ה מהי מעלתה של השבת. **זכור את יום השבת לקדשו!!!**

הנשמה טהורה - בואו נשמור עליה

ר' רון מעודד

”אֱלֹהֵי. נְשָׁמָה שְׁנַתַּת בִּי טְהוֹרָה”.

התפילה היא אחד הדברים המרכזיים ביהדות. לתפילה יש תפקידים רבים. אחד מהם הוא זיכוך הנשמה וניקוי "חלונות הלב". הקב"ה הוריד את האדם לעולם הזה ונטע בו נפש בהמית כדי לחיות את הגוף ולשמור עליו, ונטע באדם גם נשמה טהורה שתפקידה לשמור ולרסן את הנפש הבהמית.

אחרי שדיברנו דיבורים גבוהים נרד אל העם...

משל למה הדבר דומה? לעגלון שנסע עם עגלה מלאת נוסעים. לעגלון היה מסלול קבוע שהוא והסוס עברו פעמים רבות. לכן העגלון בטח בסוס "הפיקח" והיה מתנמנם בדרך, בידיעה שהסוס יביא אותם ליעד הנסיעה בבטחה ומבלי לסטות מהדרך. אחרי שהתחילו בנסיעה והעגלון החל לנמנם הבחין הסוס בערימת שחת עסיסית המונחת בצד הדרך. מבלי לחשוב פעמיים פנה הסוס לצד הדרך לעבר האוכל וכתוצאה מכך העגלה התהפכה וכל הנוסעים נחבלו ונפצעו. הנוסעים התעצבנו על העגלון, אך הוא מצידו אמר להגנתו שזה לא אשמתו כי הוא סמך על הסוס "הפיקח" שלו, וחשב שמכיוון שהוא מכיר את הדרך טוב הוא לא יסטה מהדרך. אמר לו אחד מהנוסעים "טיפש! גם סוס פיקח עדיין הוא סוס..."

החפץ חיים זצ"ל אומר שהוא הדין אצלנו. הנפש הבהמית שלנו לא יודעת חוכמות וכל רגע היא מוכנה לסטות מהדרך לכיוון התאוות והתענוגות של עוה"ז. לכן אסור לסמוך עליה ויש לרסן אותה ע"י הנשמה הטהורה שיש בנו.

כותב הרב אליהו דסלר בספרו "מכתב מאליהו" שכדי שנוכל לשמור על האיזון הזה לטובת הנשמה הטהורה יש לנו את התפילה. האדם חי בעולם הזה, ונרצה או לא נרצה הנשמה שלנו "מתלכלכת" מהגשמיות ומהשגרה היומיומית. אם נשארים במצב הזה אזי האור של הקב"ה לא מצליח להגיע אל הלב מכיוון ש"החלונות של הלב" מלוכלכים ועם הזמן נכנס פחות אור. כדי שנזכה לאורו יתברך וכדי שנזכה לדבוק בקב"ה אנחנו צריכים לנקות את אותם החלונות. את זה עושים ע"י עבודה קשה של תיקון המידות, קיום מצוות, לימוד תורה וכו'. אולם דרוש עוד דבר, וזהו העזרה מהקב"ה! הדבר דומה לאדם שרוצה לחצוב מנהרה. אם יחפור רק מצד אחד יקח לו הרבה מאד זמן להגיע לצד השני. אבל אם בו זמנית יחפרו משני הצדדים יגיעו מהר אחד לשני... כך גם אנחנו. ע"י התפילה שאנו מתפללים בכל יום "וטהר ליבנו לעבדך באמת..." , "ותן חלקנו בתורתך..." ושאר תפילות, אנחנו בעצם מבקשים מהקב"ה עזרה "שיחפור" גם הוא מהצד השני לכיווננו וכך נזכה להגיע לה' יתברך ולדבוק בו!

התפילה היא אמצעי לניקוי אותם החלונות ולהסיר את המניעות בינינו לבין הקב"ה, כך שהאור שלו יכנס אלינו בצורה יותר טובה.

התפילה היא חיבור עצום לקב"ה. כאשר אדם עוצר את סדר היום שלו 3 פעמים בכל יום הוא מתנתק מהגשמיות ומתחבר אל הקב"ה. דרך הנשמה הטהורה שיש בו הוא מזכך את עצמו ומנקה את "חלונות הלב" וע"י כך מטהר את עצמו. כך יהיה לו יותר קל להשתלט ולרסן את הנפש הבהמית. אולם אם בנאדם לא יתפלל ולא יתחבר לקב"ה, אז הוא יהיה רחוק מאורו יתברך ולאט לאט הוא יתרחק מהקב"ה. כידוע, תפקידנו בעוה"ז הוא לדבוק בקב"ה, לקדש את שמו ולהפיץ אותו בעולם, ולא להיפך ח"ו.

ה"חפץ חיים" ממשיל את הדבר לעני שביקש מחברו העשיר הלוואה של סכום כסף גדול. אמר לו העשיר אם אביא לך את כל הסכום מה יהא על שאר העניים? בכסף הזה אני יכול לעזור להרבה עניים! העני נשבר והחל לשפוך את ליבו. הוא אמר לעשיר, אתה יודע שהייתי עשיר וירדתי מנכסי ועכשיו נקלעה לי הזדמנות לשוב ולהתרומם מחדש? בבקשה, תעזור לי. הדברים נכנסו ללב העשיר והוא הסכים להלוות לעני את הסכום. העני שם את הכסף במגירה ולא השתמש בו. כאשר הגיע זמן הפירעון בא העני והחזיר לעשיר את כל הכסף. העשיר שם לב שאלו הם אותם השטרות בדיוק שהביא לו בעבר. שאל העשיר לפרש הדבר והתעצבן על העני, מה עשית?? בכסף הזה יכולתי לעזור להרבה עניים! אתה אמרת שיש לך הזדמנות להתרומם מחדש, למה לא השתמשת בכסף??

מבאר ה"חפץ חיים" שהשי"ת נתן לנו במתנה אוצר גדול. את הנשמה הטהורה! בעזרתה אנו יכולים להתרומם ולתקן את אשר עיוותנו, לעשות "עסקים" ולרכוש הון רב לעולם הבא. מה נענה לו אם לא נשתמש במתנה העצומה הזאת?

לכן נדרש מהאדם להתחבר אל הנשמה שלו, ואת זה עושים ע"י תפילה. תפילה בתוספת בקשה מקב"ה שיעזור לנו לדבוק בו להתקרב אליו ולא ללכת אחרי תאוות העוה"ז...

בעז"ה שנזכה לאורו יתברך ע"י זיכוך הנשמה שלנו וניקוי "חלונות הלב". שנזכה לדבוק וללכת אחרי הקב"ה ולא אחרי הנפש הבהמית שלנו. ובעז"ה שנזכה בתפילה לחיבור אמיתי אל הנשמה שלנו!

”וחדש מפני ישן תוציאו”

אהרן מיכאלוב

משחרר ההיסטוריה... ובעיקר מימי התיכון נשאלת אצל כולנו או לפחות אצל רובנו השאלה מה נעשה אם התפילה משעממת, אוכלת זמן, בנאלית, פשוט יוצאת מכל החורים... או במילים עדינות יותר: **מה נעשה אם אנחנו לא מתחברים לתפילה?**

שאלה מצוינת, שרבים וגדולים מאיתנו דנו בה. במאמר הזה ננסה לפשט את הבעיה וניתן נקודות וטיפים קטנים שיכולים מאוד להועיל מול הבעיה.

בינתיים נלך הרבה אחורה ונתחיל בדברי הרמב"ם לעניין התפילה: "..." **חיוב מצווה זו כך היא שיהא אדם מתחנן ומתפלל בכל יום ומגיד שבחו של הקדוש ברוך הוא. ואחר כך שואל צרכיו שהוא צריך להם בבקשה ובתחינה. ואחר כך נותן שבח והודיה לה' על הטובה שהשפיע לו."**

מה שבעצם אומר הרמב"ם זה **שתפילה היא מצווה מחייבת**. כל אחד חייב להתפלל ולהתחבר לקב"ה.

בהמשך דבריו הוסיף הרמב"ם: **"אם היה רגיל מרבה בתחינה ובקשה. ואם היה ערל שפתיים מדבר כפי יכולתו ובכל עת שירצה. וכן מנין התפילות - כל אחד כפי יכולתו. יש מתפלל פעם אחת ביום ויש מתפללים פעמים הרבה. והכל יהיו מתפללין נוכח המקדש בכל מקום..."**

עד כאן הכל מתאים לכולנו, אך יש המשך "וכן היה הדבר תמיד ממש רבינו ועד עזרא...". עזור. עזור. עזור! מה קרה בזמן עזרא? למה זה השתנה?

אז ככה. עזרא הסופר היה מנהיגם של ישראל בתחילת ימי בית שני. הוא זה שפעל למען גאולתם של ישראל. התכונן שלו היה לאסוף אותם ולהעלותם מהגלות חזרה לארץ ישראל. אלא מה? הוא שם לב שהעם לא יודע להתפלל בצורה נורמאלית. בגלל ההתבוללות בתקופת הגלות, בגלל התערובת עם הגויים הכל השתנה. הרצונות של עם ישראל השתנו. יצא גם שאת שפת הקודש הם לא ידעו וגם איך להתפלל הם שכחו. לדוגמא, הם היו מתפללים שחברם יפול כנקמה על מה שעשה להם (נו באמת...).

אז עזרא ואנשי כנסת הגדולה באו ותקנו תפילה המורכבת משמונה עשרה ברכות שונות, כך שכל עילג וכל חכם יתפללו רק את אותה תפילה.

הם ניסו להשיג שתי תוצאות: האחת - תפילה ואמירה משותפת לכל עם ישראל. השנייה - לקבץ את כל הצרכים האפשריים והעמוקים שהאדם יכול לחשוב עליהם ולצרף אותם לתפילה אחת קבועה.

עד כאן "הבעיה". כי את הצורך הבנו, אך כעת אנו "תקועים" עם נוסח מקובע ובלתי משתנה, וזה מקשה עלינו מאוד להתחבר אליו. לא פשוט לומר בכל יום שלוש פעמים את אותו נוסח, ועוד להרגיש שמחה והתחדשות בכל פעם. זה לא פשוט.

אז מה עושים עם זה?

מחדשים! איך מחדשים? את מה מחדשים? - משנים את ההסתכלות על התפילה.

אנחנו צריכים להכיר ולהבין את משמעותה של התפילה כמי שמחברת בינינו לבין הקב"ה. התפילה, עם כל המילים שנראות כל כך משעממות, גונזת בתוכה את כל הכוונות והצרכים הכי עמוקים והכי פנימיים שלנו. אמנם בכל תפילה אנחנו חוזרים מילולית על אותם הדברים בדיוק, אבל מבחינת המקום הנפשי והרוחני אנחנו במקום אחר בכל תפילה. ולכן יוצא שהצרכים שלנו מהבוקר אינם אותם הצרכים של הצהריים או הערב. לדוגמא, אם בבוקר אמרנו "רפאנו ה' ונרפא" וכיוונו על עצמנו, הרי שבהמשך היום עלולים אנו לשמוע ל"ע על חייל שנפצע. ממילא בערב נכוון עליו בברכת "רפאנו". הצרכים משתנים ובעקבותיהם האמירה משתנה לחלוטין. דוגמא לדבר (להבדיל בין הטמא ובין הטהור, בין הקודש ובין החול), כשאנחנו רואים סרט ממש טוב, יש פעמים שאנו מחליטים לראות אותו שוב. פתאום אנחנו מגלים עוד פרט מעניין שמתחדש אצלנו בסרט, ועוד משהו שלא שמנו לב אליו. הסרט לא השתנה אבל ההסתכלות והנסיבות כן.

יותר מזה, חז"ל אומרים "העושה תפילתו קבע - זה מי שאינו מחדש בה דבר". אמנם הנוסח המקורי של התפילה קבוע כבר מזמן, אך האדם צריך לחדש ולהוסיף בה משהו מעצמו, איזו בקשה אישית שלו. וכשיש לך בתפילה את הפינה שלך היא ממילא תקרין ותוסיף טעם לשאר התפילה "הקבועה".

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֵה – תְּפִילָּה ❧ ---

ולקראת סיום אציג עוד נקודה מעניינת ששמעתי מהרב אמיר: ברגע שאדם יתרכז בפן הגשמי של התפילה שהיא הוצאת המילים מהפה, זה ישפיע ויעזור לו בפן הרוחני - בכוונה. כמו שאנחנו אומרים לפני כל תפילה "ה' שפתי - תפתח, ופי - יגיד תהילתך".

יהי רצון שנזכה להוציא בתפילה חדש מפני ישן, שנזכה להתחדש בתפילה ולראות את ההתחדשות הזו בכל תפילה ותפילה. בהצלחה.

הקש קוד סודי : ****

איציק אדרי

ניסיון הפרנסה הוא אחד מהניסיונות הקשים והמאתגרים ביותר שרובנו מתמודדים איתו במהלך חייו והוא מחייב שילוב של השתדלות ומאמצים מעשיים יחד עם הרבה אמונה.

הזמר הישראלי גידי גוב שר בשירו הידוע "אין לי כסף אין לי", ואכן רוב בני האדם מתהלכים בתחושה פנימית שאין להם מספיק כסף כפי שהיו רוצים.

במאמר הבא ננסה לתאר את הגישה והתפיסה של היהדות כלפי אותו קושי שכולנו נתקלים בו כמעט מדי יום, ולהציג מספר עצות וטיפים מעשיים שנתנו לנו חכמי ישראל לאורך הדורות כיצד לחיות חיים של אמונה יחד עם חיים של רווחה כלכלית.

התנא בן זומא שואל בפרקי אבות: "איזהו העשיר?". התשובה שרובנו היינו נותנים - מתוקף היותנו שבויים בתוך הבועה של "החלום האמריקאי" - היא שעשיר הוא מי שיש לו אחוזה בכפר שמריהו, פרארי בחניה ושלל מותגים בארון.

למרבה הפלא, התשובה של בן זומא שונה, שונה לגמרי - "איזהו העשיר? השמח בחלקו!".

כלומר, על מנת להרגיש עשירים עלינו להיות שבעי רצון ממה שיש לנו כעת, או ממה שביכולתנו להשיג תוך מאמצים סבירים ומתאימים לנו.

התפיסה המוטעית שלנו לעושר ולהצלחה היא השוואתית. נסביר, אדם עם כמה מיליונים בבנק, ירגיש עשיר אם מסביבו יהיו אנשים שאין להם סכום גדול כמו שיש לו. לעומת זאת, אותו אדם לא ייחשב וירגיש עשיר בחברה של מיליארדרים!

אם כן מתי באמת אדם הוא עשיר? - כאשר הוא עצמו באמת עשיר ולא מפני שהאחרים עניים. זה קורה כאשר הוא שמח בחלקו. שמח במה שיש לו! גם אם זה מעט!

מי שנופל בידי התאוה לרדיפת ממון לעולם לא יהיה מרוצה, כי תמיד הוא ירגיש שאין לו מספיק, בלי קשר לכמה הוא השיג בפועל. תחושת העושר והעניות הן סובייקטיביות ותלויות במתבונן.

חשוב לזכור שהעושר האמור לא מתייחס רק לכמות הכסף, אלא לכל צורך חומרי ונפשי אחר שיש לנו. הרבי מקוצק נהג לומר שהבעיה הכי גדולה של העניים היא שהם חושבים שאם הם יהיו עשירים הם יהיו שמחים. זו טעות חמורה, שכן האושר האמיתי לא תלוי במציאות חיצונית אלא בחיבור נפשי ורוחני לעצמנו ולקב"ה.

דוגמא נפלאה לכך הוא הסיפור על רבי עקיבא ואשתו אשר חיו בתחילת חייהם המשותפים בדלות חומרית איומה, וישנו על מעט חציר באסם עבש. הקב"ה סיבב את הדברים כך שאליהו הנביא נדמה להם כאדם עני, שהיה עני אף יותר מהם, הוא ביקש מהם מעט קש כדי להשכיב עליו את התינוק שנולד לו, ובזכות זה שנתנו לו מעט מן החציר שלהם הם הרגישו עשירים.

תאוות הממון היא מהקשות שישנן, ולראייה - להבדיל מתאוות אחרות, כדוגמת האוכל - גם כשמשיגים ממנו עוד לא שבעים. רוב בני האדם רוצים מהכסף והרכוש עוד ועוד בלי קשר לצרכים האמתיים שלהם. היטיבו חז"ל לתאר זאת: **"יש לו מאה רוצה מאתיים, יש לו מאתיים רוצה ארבע מאות"**. שלמה המלך הוסיף וכתב בספר קהלת: **"אוהב כסף לא ישבע כסף"**, כלומר אדם ששקוע בשאפתנות חומרית, הרעב שלו לא ישבע לעולם, אלא יוכפל מכיוון שככל שינסה להשביע את רעבונו כך יוסיף לרעוב ולרצות יותר ויותר.

המשימה שלנו בעולם היא לחיות בתודעה שבכל מה שאנחנו עושים, הקב"ה נמצא עמנו. מה שחשוב זה לא כמה נרויח, אלא איזו ברכה נראה בכסף ומהכסף. בניגוד לגישה הרווחת בעולם בה "הדולר הוא האלוהים" וכל מטרה מקדשת את האמצעים כדי להשיג אותן, החוכמה היהודית הייחודית לנו היא להרוויח ממון למילוי צרכינו, אך לעשות את זה תוך כדי הגינות וכן תמיד לשמוח בחלקנו. התבוננות מעט מעמיקה בתהלוכות העולם הזה תגלה לנו שלרוב האנשים שרודפים אחרי הכסף אומנם יש יותר שטרות בארנק מאשר לנו, אבל שקט נפשי, שלום בית, שמחה ונחת רוח הם מושגים הרחוקים מהם מאוד. אם מעט נפתח את העיניים ונתעלה מעל החלום המטופש שהעולם מנסה למכור לנו לפיו "עושר שווה אושר" נגלה שמי שפועל מתוך אמונה ושומר על חוקי השם יתברך זוכה ליהנות הרבה יותר מהכסף שהוא זכה להרוויח.

שלא יובן לא נכון, היהדות בשום מצב לא מטיפה לעניות או למחסו ואפילו מכבדת ומעודדת להצליח מבחינה חומרית, אולם ההצלחה הגשמית אינה המטרה הראשית, אלא תפקידה לתמוך ולאפשר את חיי הרוח. רבי אלעזר בן עזריה בפרקי אבות היטב לתאר את מערכת היחסים העדינה בין הכסף

והחומר לבין הרוח והנשמה באומרו: "אם אין קמח אין תורה, ואם אין תורה אין קמח". אספקט אחד של החיים מבין השניים לבדו אינו מספיק.

רווחה כלכלית, אם כך, היא דבר חיובי מאוד ביהדות, כאשר ההסתויגות היחידה היא שאותה עשירות לא תגרום לאדם לשכוח את מי שנתן לו את אותו שפע ותביאו לחטוא בחטא הגאווה והאגו של "כוחי ועוצם ידי עשה לי את החיל הזה". בפרשת "האזינו" אנחנו מוזהרים שלא ליפול לכפירה ולבעיטה במסגרת הדתית דווקא מתוך שפע חומרי ("וישמן ישורון ויבעט"), ומסיבה זו נאמר שניסיון של עשירות קשה מניסיון העניות.

מה שאנו יכולים ללמוד מההתייחסויות השונות שהובאו עד כה ביחס לכסף הוא שהיהדות בהחלט רואה כערך חשוב את ההשתדלות למען הפרנסה, אולם אך ורק אם זה נעשה למטרת קידום העולם ולא חלילה למטרת קידום ה"אגו" והגאווה הפרטיים או לטיפוח תאוות נמוכות כאלה ואחרות. הגמרא מבהירה כי כשאדם יגיע לבית דין של מעלה אחרי מאה ועשרים שנה הוא יישאל שם מספר שאלות נוקבות: "נשאת ונתת באמונה? קבעת עיתים לתורה? עסקת בפריה ורביה? ציפית לישועה?". השאלה הראשונה אותה כל אחד מאתנו יישאל תהיה, כאמור, האם נשאת ונתת באמונה?

לפרנסה מתוך יושר ואמונה פשוטה ותמימה בבורא שהוא זה שזן ומפרנס אותנו יש חשיבות אדירה! לכל חובותיו הנוספים של האדם אין ערך רב אם לשאלה הבסיסית תהא תשובה שלילית.

לפי האמונה היהודית הפרנסה שלנו למשך כל השנה הקרובה נגזרת משמים בראש השנה. למרות שהסכום הסופי שיכנס לכיסנו כבר קבוע וידוע מראש במדויק, אנחנו בהחלט צריכים להשתדל ולפעול למען כך.

השכר הכולל אומנם קבוע מראש, אבל כמה נהנה מכסף זה - זה יקבע ע"י מעשינו היום-יומיים. תכלית האמונה היא שהאדם יחזיק בחבל בשני קצותיו - מצד אחד יקום בבוקר ויאמר לעצמו שאם הוא לא ילך היום לעבודה לא יהיה לו מה לאכול, ומהצד השני כשהוא חוזר בערב הביתה מיום עבודה מפרך יאמר לעצמו שגם אם לא היה יוצא היום מביתו עדיין הוא היה זוכה להשיג את אותו הסכום בדיוק.

אם נעצור לרגע את "מרוץ החיים" שבו אנו נמצאים וניתן לעצמנו קצת מנוחה מהטרדה היומיומית הזאת נשכיל לראות שהדרכים להתמודדות עם נסיון הפרנסה הן פשוטות וכל אחד יכול ליישם אותן.

1. **לא לדאוג** - העיסוק האובססיבי של רבים בשאלות של "מה יהיה איתי?" ו"איך אצליח לפרנס את משפחתי?" הוא מוגזם וגוזל אנרגיות רבות. יש לסמוך על מי שדואג בטבע למזון לכל חיה וחיה ולהחדיר לעצמנו שגם עלינו הוא לא יפסח. אם נפתח את העיניים נראה שכל העולם הזה הוא מסעדה אחת גדולה וכולם בסוף מסתדרים. להשתדל (כמובן במידה סבירה) כן, אבל לא לדאוג!!

2. **מעשר כספים** - במבט ראשון מצוות מתן המעשר נראית כלא הגיונית ואפילו לא צודקת. למה שאני אעבוד קשה עבור פרנסתי ואח"כ עוד אצטרך לתת מתוך זה למישהו אחר? שהוא ילך גם כן לעבוד וירוויח את לחמו בעצמו! מה אני פראיר?! אין ספק שנתונה לאחר אינה קלה (במיוחד כשבכיסנו לא תמיד מצויה הפרוטה וגם כשלנו עצמינו קשה). יחד עם זאת, יש בנתינת המעשר מעין הכרזת אמון בבורא עולם, הכרה בכך שהכל ממנו ואמירה שאנחנו יודעים שגם אם ניתן משלנו הוא לא ישאיר אותנו חשופים וחסרים. מעבר לכך, הקב"ה שלח את הנביא מלאכי לומר לנו ביחס למצוות המעשר: "הִבִּיאוּ אֶת כָּל הַמַּעֲשֵׂר... וּבְחֲנוּנֵי נָא בְּזֹאת אָמַר ה' צְבָאוֹת אִם לֹא

אֶפְתַּח לְכֶם אֶת אַרְבּוֹת הַשָּׁמַיִם וְהַרְיַקְתִּי לְכֶם בְּרִכָּה עַד בְּלִי דַי". חז"ל אף
חידדו את העניין באומרים "עֵשׂר בְּשִׁבִיל שֶׁתִּעֲשֶׂר". בין אם נתעשר מכך
ובין אם לא - נתינה לאדם נצרך היא חובה מוסרית בסיסית, והיא הופכת
אותנו לאנשים טובים יותר.

3. **שלום בית** - המשנה במסכת 'בבא-מציעא' גורסת כי "מי שמכבד את
אשתו זוכה לעשירות", וזאת משום שהקב"ה, בתור מי שרוצה תמיד לתת
שפע לעולם, עשה את זה כך שהשלום הוא הכלי שיכול לקלוט ולהכיל את
הברכה והשפע. רבי נחמן מברסלב פיתח נקודה זו באומרו כי גבר שמתנהג
בצורה לא הולמת כלפי אשתו, במו ידיו שופך את הדלי עם השפע שניתן לו
מלמעלה. גם אם הוא ירוויח סכומי עתק הוא לא ייהנה מאותו כסף,
הצרות ירדפו אותו והוא אפילו לא יבין מדוע.

והטיפ הכי חשוב!...

להימנע ככל האפשר מכעס - כאשר רוצים להביא לאדם שפע מן השמים
בוחנים אותו ע"י מקרה מכעיס ואם הוא מתגבר ולא כועס אז הוא מקבל
את אותו השפע. ייתכן שהרגזנות גורמת לנו להפסד ממון.

יהי רצון שנזכה כולנו לחיות חיים מלאים בעושר רוחני ומתוך כך יבוא
עלינו אושר ועושר.

עלינו לשבח - שירת המלכות

ברק דנוך

עליונה ונעלה תפילת "עלינו לשבח" שבה אנו חותמים את תפילותינו. על פי המסורת יסודה בתפילת יהושע בן נון, וסידורה על ידי רב - תלמידו של רבי יהודה הנשיא.

מקומה הראשון בתפילת מוסף של ראש השנה, ומשם נמשכה והגיעה במהלך השנים אל התפילות שבכל יום ויום. עצם עובדה זו כבר מזמינה אותנו לכוונה מיוחדת. בכל יום כאשר הציבור מסיים כמעט את תפילתו ורוח השגרה והחולין כבר מבקשים את מעשינו ואת דיבורינו, לפתע מתעוררת רוח מלכות וקדושה, קול שופר ואימת הדין, ואנו שבים, ולו לרגע אחד, אל האווירה המרגשת של "היום הרת עולם", ואל הכרת גודל כבוד שם מלכותו, אל שאיפתנו הגדולה "לתקן עולם במלכות שדי" ואל החזון הכלל-אנושי. מתוך כך נפגשים אנו מחדש עם עולם העשייה, ומעתה יש לנו יותר כח להתמודד מולו.

מפרשים רבים עמדו על שני החלקים המנוגדים של "עלינו לשבח" ועל ההשלמה התהליכית שניגודיות זו מייצרת.

כך למשל הרש"ר הירש בסידורו: בחלקה הראשון הדגישה תפילה זו את ניגוד תודעתנו האלוקית, השונה מהקצה אל הקצה בהשוואה לזו של משפחות האדמה. ברם בחלקה השני ("על כן נקוה..."), אנו מביעים את התקווה, דווקא על יסוד תודעת אלוקים זו, גם כן בהחלטיות, לתקון העולם במלכות שדי, ולקבלת עבודתו מצד כל יושבי הארץ. אנו מקווים ליום בו יעשו כל יושבי תבל אגודה אחת לתת יקר ואמון לה' אחד ויחיד.

גם בחלק השני רואים תהליך של תיקון כפול: **סור מרע** - סילוק ומיגור העבודה זרה, ולאחר מכן **עשה טוב** - השבת העמים כולם לאמונה בה'. רש"ר הירש מדגיש כי מדובר בשינוי מחשבתי ואמוני ולא בתהליך גיור כלל עולמי.

הזוגות השונים, המנוגדים והמשלימים, מבטאים את המתח הפנימי המתקיים בעומקה של מלכות והמלכת ה'. למעשה עלינו לחזור אל המקור של "עלינו לשבח" בתפילת המלכויות שבראש השנה, שכן מועד זה עצמו מזמן כפל פנים מבלבל לעתים. **מצד אחד זהו יום הדין, ספרי חיים ומתים נפתחים ואנו עוברים לפניו "כבקרת רועה עדרו"**. משום אימת היום איננו אומרים הלל ובעדות שונות מקפידים לא להרבות בשירה ובניגונים. **מצד שני, ראש השנה איננו יום עינוי ובכי, אנו סועדים ושמחים בהולדת העולם והאדם**, כדברי הנביא: "לכו אכלו משמנים ושתו ממתקים כי חדות ה' היא מעזכם" (נחמיה, ח). כיצד נעמוד אם כן מול ה' יתברך? כבנים? כעבדים? (וכבר הסבירו שאולי משום כך ראש השנה חל יומיים). ואכן, **סוד המלכות בסוד המורכבות**, "אחת דיבר אלוקים שתיים זו שמעתי" (תהלים סב, יב). אנו מחויבים לשאת יחד את שני ההפכים - ריחוק וקרוב, אדון ובורא, יראה ואהבה. השמיעה הכפולה יורדת אף לבירור ולהבדלה בעולמנו: נשמה וגוף, קודש וחול, ישראל ועמים. **מטרתנו איננה לטשטש ולמחוק את המורכבות הזו, אלא אדרבה לחדד ולהבין כי כל הממדים השונים נובעים משורש אחד, גבוה מעל גבוה, המיטיב לכול ורחמיו על הכול**. אם נאמין בכך ונפנים זאת נזכה להשיב את הכול אל השורש, לתיקון עולם, לחבר שמים וארץ ולאחד מחשבה למעשה. נדמה כי כלל החלקים, המבנים והזוגות שב"עלינו לשבח" מובילים את המתפלל אל שאיפת החיתום (שאף באחדותו שומר על כפילותו!).

יזכנו ה' שנזכה לקיום נבואת זכריה הנביא [יד, ט]: "וְהָיָה ה' לְמִלְךָ עַל כָּל הָאָרֶץ בַּיּוֹם הַהוּא יְהִיָּה ה' אֶחָד וְשֵׁמוֹ אֶחָד".

מהותה של התפילה טל (סנטאייהו) טרקין

הלכה אחת מהלכות תפילה תוכל ללמד אותנו פרק יסודי מאוד מה המשמעות המיוחדת של תפילה ומה אנחנו עושים כאשר אנחנו פונים מתפילה לבורא עולם.

האם מותר לאכול לפני התפילה?

להלכה, כאשר אני מתעורר בבוקר אסור לי לאכול לפני שאני מתפלל. אין דבר כזה לקום בבוקר וקודם כל אוכלים, אלא בראש ובראשונה מתפללים ולאחר מכן נגשים לסעוד ולאכול את סעודת השחרית.

ישנה חשיבות גדולה מאוד לסעודה זאת. היא שומרת על האדם ומבריאה את גופו. כך כותבים חז"ל בהדגשה רבה. אך עם כל חשיבותה עלינו לקיימה אבל רק אחרי תפילה. מדוע?

ננסה לרגע לחשוב על מהותה של תפילה. תפילה זו בעצם בקשה מאת הבורא עולם. תפילה זו בעצם שיחה שאני יכול לבוא אל הקב"ה לדבר איתו ולבקש ממנו את מה שאני צריך. והמעניין הוא, שלמרות שהתפילה היא ביטוי של מה שאני רוצה ומה שאני צריך, בכל זאת היא מחויבת ע"פ ההלכה, כלומר אני חייב להתפלל 3 פעמים ביום. ואני חייב להתפלל בתבנית תפילה מיוחדת שנכתבה. אני לא ממציא תפילה מעצמי. אני לא מתפלל רק על מה שאני מרגיש צורך, אלא אני חייב להתפלל 3 פעמים ביום ובכל תפילה לומר בדיוק את הנוסח שנקבע ע"י אנשי כנסת גדולה.

מדוע? למה לא לתת לאדם את התחושה אני רוצה להתפלל ואז אני מתפלל? למה לא לתת לאדם את התחושה אני אומר את מה שאני רוצה לומר את מה שאני חושב, את מה שאני מרגיש שנכון לומר? האם לא מתאים יותר היה לקבוע תפילות בהתאם לצורה הזאת?

כדי לתת מענה לשאלה הזאת יש לזכור שהתפילה נקראת עבודה. בתורה כתוב "והיה אם שמוע תשמעו אל מצוותי אשר אנכי מצווה אתכם היום לאהבה את ה' אלוקיכם **ולעבדו בכל לבבכם** ובכל נפשכם". ולימדונו רבותינו "איזוהי עבודה שבלב? הוי אומר זאת תפילה". ואכן חובתנו לעבוד את הבורא ע"י תפילה.

מצינו שהתפילה נקראת עבודה, ומצד שני למדנו וראינו שהתפילה נקראת גם תחנונים. צריך אדם להרגיש בתפילה שהוא מתחנן לפני בוראו. אמרו חז"ל בפרקי אבות "אל תעש תפילתך קבע אלא רחמים ותחנונים לפני המקום". תבקש מהקב"ה, תפנה אליו בבקשה ובתחינה. וידוע כי תפילה בלי כוונה כגוף בלי נשמה. כמעט ואין בזה שום תועלת. התפילה צריכה להיות ביטוי של רגש.

תגיע אל הקב"ה מתוך תחושה אמיתית שהוא אלוקים החונן לאדם דעת ומלמד לאנוש בינה ואז אמור לו, תן לנו בבקשה בינה, תן לנו בבקשה דעה. אתה הוא זה שרופא חולי עמו ישראל, אז אנא שלח רפואה שלמה לכל חולי עמך ישראל. אתה האלוקים ששולט על העולם, אז הואל נא וברך עלינו את השנה הזאת, ותן בבקשה ברכה על פני האדמה טל ומטר על פני האדמה.

אנחנו מבקשים בקשות מאת בורא העולם, ובדרך זו אנו גם עובדים אותו. מה הפירוש הדבר?

אנחנו יודעים שיש ביטוי של עבודת הבורא כאשר בית המקדש היה קיים (ויהי רצון שנוכה לבנין בית המקדש השלישי בעזרת ה' במהרה). הכוהנים עובדים את הקב"ה בעבודת הקורבנות. ענין זה נקרא "עבודה". באים אל הקב"ה ומקריבים לפניו קורבן. מביאים פרה, כבש או איל לקורבן וזה נחשב עבודה. את זה אנחנו מבינים. רואים את העבודה. אבל התפילה, האם היא יכולה להיקרא עבודה? ובפרט שאני לא זה שנותן ומביא, אלא להיפך אני המבקש ממנו. **אתה קורא לתפילה בשם עבודת הבורא אבל במה בא העבודה לידי ביטוי? כשאני מתחנן "תן לי" זה נקרא לעבוד?**

אלא, נלמד מכאן שמהותה של תפילה זה דבר עמוק מאוד. **מהותה של התפילה זו עבודות!!!** כי עבד יודע שהאדון שלו הוא זה שנותן לו את כל מחסורו. העבד יודע שהוא משועבד לאדונו. הזמן שלו מוקדש לאדון. הכוח הפיזי שלו מוקדש לאדונו. המחשבה שלו צריכה להיות מוקדשת לצורך בדיקה מה אדונו צריך. הוא תמיד צריך לשאול את עצמו מה הוא יכול לשפר. אף אדם לא יכול לעבוד בלי לאכול ולקבל מינימום של צרכים. כל שכן עבד, שאין לו משלו כלום וכולו נשען על אדונו, שהוא לא יכול לעבוד אם הוא לא יקבל מזון מאדונו, אם הוא לא יקבל ממנו מנוחה, אם הוא לא יקבל ממנו את צרכיו. כי רק על ידיהם הוא יכול לתת תפוקה טובה.

כאשר אני פונה אל הקב"ה ואומר לו בבקשה ריבונו של עולם של שלח רפואה, הכנס לי בינה, תן פרנסה, תן לי בבקשה מחילה, עזור לי בלימוד תורה וכן על זה הדרך, כל הבקשות הללו באות על סמך זה שאני אומר לו, **אני עבד שלך ואני רוצה לעובדך אבל לבד קשה לי כי אם אצטרך להשקיע את כל כולי בלחפש אחרי רפואה לחפש אחרי פרנסה איך אוכל לעבוד אותך.** אני יודע שכל מהותי תלויה בך אלוקים. אני יודע שכל כולי, כל צרכיי, הם רק על ידך. ואם אקבל את הצרכים שלי אוכל לעבוד אותך

עבודה שלמה. זהו ביטוי של עבדות אמיתית. עבד שבא ואומר יש מישהו מעליי שהוא זה שנותן לי כדי שאוכל לעבוד אותו עבודה שלמה.

כך גם נוכל להבין מדוע התפילה היא טקס קבוע ונוסח קבוע. התפילה היא בכל יום ואדרבא חז"ל עוד אומרים הלוואי ויתפלל אדם כל היום כולו. כלומר, הלוואי בכל היום ארגיש שכל צרכי זה מאת הבורא ולא משלי. הלוואי כל היום כולו ולפחות 3 פעמים ביום. יש זמן שאולי אני חושב על דברים אחרים ולכן באה ההלכה ומכניסה אותי בחזרה אל הסדר שלי, אל הקביעות שלי, אל העובדה שאני צריך להיות עומד בפני בורא עולם ועובד אותו ומבקש ממנו תן לי כוחות, תן לי יכולות.

אם היינו אומרים שאדם יתפלל רק כשהוא מרגיש צורך, עלול היה להיות שימים שלמים הוא לא ירגיש את אותו צורך. נו, ימים שלמים לא לפגוש את בוראו!?

מאותה סיבה, **אם הייתי אומר לאדם לבקש בהתאם לנוסח שלו, יתכן והיה קורה שהוא יתרכז בצורך חיוני אחד וישכח את שאר הצרכים.** כמו למשל, אם אדם חולה הוא יבקש רק רפואה, וישכח את הצרכים האחרים. אם האדם כרגע זקוק להצלחה בפרנסה, הוא היה מתעכב בבקשתו על הפרנסה ומתעלם מהצרכים האחרים.

לכן באו חז"ל וסדרו לנו זמנים לתפילה, וסדרו לנו נוסח של תפילה, כדי שלפחות 3 פעמים ביום נחזור ונאמר לעצמנו "אנו עבדי הבורא. אנו עובדים אותו ואנו מזכירים לעצמנו שהוא זה שנותן את כל צרכנו". וע"י כך נוכל לעובדו עבודה שלמה.

אם כך, נוכל גם להבין את ההלכה בה פתחנו, שאסור לאדם בבוקר לאכול לפני שהוא מתפלל. ננסה לרגע לדמיין אדם מתעורר בבוקר ואז הוא מרגיש רעב, מה הדבר הראשון שהוא אמור לעשות? לפנות למקרר ולהוציא דבר מאכל. יוצא שהוא פונה אל המאכל כדבר ראשון במעלה. הוא בעצם אומר לעצמו. **אני** דואג לעצמי. **אני** מסתדר לבד. **אני** אתמול מלאתי את המקרר, **ואני** דאגתי שבארון יהיה מה לאכול. **אז אני הוא האדון**, שבעצם מספק את צרכי עצמו.

זאת טעות!!! זה לא נכון! אם האדם קם בבוקר ומיד מתפלל הוא מדגיש לעצמו שיש לו אדון, שיש לו ממי לבקש כי הוא זה הנותן. ע"י התפילה הוא חוזר ומשנן לעצמו כבר בתחילתו של יום ובכל יום "אני עובד את הבורא". בזמן שאדם ישן קשה לראות כיצד הוא עובד את ה', כי כרגע בשעת שינה גופו, מחשבתו והרגשותיו אינם נתונים לעבודת הבורא. הוא כרגע מחוץ לכך. לעומת זאת בעת שאדם עומד בתפילה הוא ערני, והוא זוכר היטב שיש אדון לבריאה וממנו הוא מבקש את כל צרכיו.

כל אדם בעת עמידתו בתפילה יזכור היטב שיש מי שדואג לו. רק ע"י כך אחדיר לעצמי היטב שאני עובד את ה'.

נציין הלכה נוספת מהלכות תפילה שגם היא מלמדת אותנו את המשמעות המיוחדת הזאת מדי בוקר ומדי ערב. רגע לפני שאנו אנחנו עומדים לתפילת שמונה עשרה אנחנו מזכרים את העובדה שהוא גאל את אבותינו והוא גואל אותנו. אנחנו אומרים מדי בוקר "גואלנו ה' צבאות שמו קדוש ישראל, ברוך אתה ה' גאל ישראל" ובערב "כי פדה ה' את יעקב וגאלו מיד חזק ממנו, ברוך אתה ה' גאל ישראל". על ידי כך **אנחנו מקיימים הלכה שסומכים גאולה לתפילה.**

מה באה ללמדנו ההלכה שצריך לסמוך גאולה לתפילה?

שוב את אותו רעיון, שאנחנו עומדים להתפלל לפני אדון העולם. הוא גאל אותנו והוציא אותנו מעבדות מצרים, למה? כדי להיות לכם לאלוקים אני ה' אלוקיכם. הוצאתי אתכם ממצרים כדי שתהיו עבדי הבורא. יכול אדם לחשוב מה הרווחתי? הייתי עבד לפרעה ועכשיו אני עבד של אלוקים! יכול אדם חלילה לחשוב שלא היה שווה לו כל המהלך הזה.

אנחנו עונים לו סליחה, היית עובד אצל פרעה ועשית את מה שפרעה רצה לתועלתו האישית. אצל ה' אתה עובד ועושה את מה שבאמת טוב לך. כל רצונו של ה' שיהיה לנו טוב. ע"י כך תהיה רוחני יותר, איכותי יותר, טוב יותר. אז ברור שכדאי לי לעמוד בתפילה ולעבוד את הבורא.

לכן לפני התפילה אני מזכיר לעצמי שהוא גאל אותי, ובידו היכולת להוציא אותי מעבדות לחירות. בידו היכולת לתת לי את כל צרכי. מפני שהוא הוציא אותי מעבדות אני עבד של הבורא ומבקש ממנו צרכי כדי שע"י כך אוכל לעבוד אותו בצורה מלאה.

הלוואי שנצליח לעמוד בתפילה מתוך התחושה הזאת שאנחנו מקבלים מאת הבורא. זה יבוא דווקא בשל היותנו מבינים שהכול ממנו. אם נבין זאת גם נזכה שהוא יתן לנו כוח עוד ועוד להוסיף ולקבל עוד את כל הצרכים שלנו. כי על ידיהם נוכל לעבוד את בוראנו, וכך נזכה לשפר את עצמנו ולהיות אנשים איכותיים יותר.

לעילוי נשמת: קנה בת טקטו ז"ל וגנטיי בת ספר קנדיי ז"ל. ת.נ.צ.ב.ה.

דע מה שתשיב ל... חייזר

יותם יוספטל

אילו היה נוחת כאן חייזר בזמן שאתם מתפללים, והיה שואל אתכם מה אתם עושים, מה הייתם עונים לו? (כמובן שאחרי שסיימתם לדבר איתו בפנטומימה)

אין אדם בעולם שלא מתפלל, בין אם חילוני, דתי או אפילו אתאיסט. כל אחד ברגע של משבר, ברגע הזה שמבינים ש'זהו אני לא יכול יותר', מתחילים להתפלל, ברגע שמבינים שצריכים עזרה. כמובן, כל אחד ולמי שהוא מתפלל.

התפילה היא המעשה שגורם לנו להבין כמה אנחנו קטנים, חסרי יכולת וחסרי שליטה על החיים שלנו. אני לא מדבר על תפילה מתוך סידור, אלא על התפילה שיוצאת לנו מהלב באותם רגעים של הבנה שאתה צריך עזרה מבורא העולם, מזה שיצר אותך, מאבא שלך, בדיוק כמו שתינוק בוכה כשהוא רוצה אוכל מאמא שלו.

התפילה היא הקשר העיקרי בין כל יהודי לבורא. זה הביטוי המושלם ביותר של האמונה בקב"ה. כי ברגע שאתה מתפלל אתה אומר לקב"ה: "אני כלום, ואני צריך את עזרתך, שבלעדיה אני לא יכול להתקדם לשום מקום".

רבנו נחמן קורא לתפילה הזו בשם התבודדות.

במהלך ההתבודדות היהודי עוצר עצמו מטרדות העולם, ועושה חשבון נפש. חושב על המעשים שעשה היום, חושב על איך הוא התנהג היום להורים, לחברים או לסתם אנשים שפגש ברחוב.

ההתבודדות עוצרת את היהודי לחשוב על התכלית שלשמה הוא הגיע לעולם, על כל השקרים שבעולם הזה. החשיבה על כל זה גורמת ליהודי להרהורי תשובה, וזו תחילת הדרך לתיקון.

עוד טובה יש בהתבודדות, שזה משהו שלך. דיבור אינטימי שלך עם בורא עולם. לא אומרים לך מה לומר. לא מנסחים לך מה אתה צריך. הכל בא ממך ישירות אל בורא עולם. נימי הנפש שלך זועקים לאבא, ואתה יכול לפתוח איתו שיחה באיזה נושא שאתה רוצה, בכל זמן אתה רוצה, ובאיזו שפה שאתה מבין. לו (ולפעמים רק לו) אתה יכול לגלות את כל חביונות הנשמה שלך, את כל הלבטים שלך את כל הגעגועים, את הקשיים ואת המחשבות, את ההרהורים ואת הרצונות. גם מה שאתה ממש לא מגלה לאף אחד - אתה יכול לגלות. ואתה יודע מה? - הוא לא יגלה לאף אחד. בדוק! לכן אתה יכול פשוט להשתפך לפניו. גם אם כלפי חוץ אתה מראה את עצמך חזק אך אתה מכיר את חולשותיך - אתה יכול לדבר איתו על זה פתוח. גם אם כולם חושבים שאתה צדיק ואתה חולק עליהם וחושב שאתה רשע (בהזדמנות אחרת נדבר על הבעייתיות לדבר כך) - דבר אליו על זה. פרט לו את חששותיך, באר לו את ספקותיך. הוא שם כדי לשמוע אותך. בעצם הוא כאן. ממש לידך. הוא מקשיב לך ורוצה בטובתך. אתה צריך רק לגשת ולדבר פתוח. לדבר ולבקש. לבכות ולשמוח. הכל. כי זה אבא שלך. זה אבא חזק ואבא טוב.

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

אדם יכול להתבודד בכל עת ובכל מקום, ועם קצת מאמץ יצליח להתבודד אפילו בעת התפילות הקבועות עם הציבור.

על מעלת ההתבודדות מסופר שבתחילה היה רבנו נחמן עושה הרבה סיגופים ותעניות כדי להתעלות ולהתקרב לקב"ה. אך אחר שגילה את מעלת ההתבודדות, אסר על חסדיו להתענות מעבר לחמש התעניות הרגילות. אמר כי ניתן על ידי התבודדות להגיע לכל המדרגות הרוחניות.

והרי מה זה ההתבודדות? שיחה פרטית בינך ובין בורא העולם. נכון שזה פשוט?

זו התשובה שלי...

מה אתם הייתם עונים לו?

תפילה מהלב, האמנם?

נועם הריס

מקובל לומר שיסוד התפילה בא מהלב, שהרי אמרו רבותינו [תענית ב, א]:
"לאהבה את ה' אלקיכם ולעבדו בכל לבבכם. איזו היא עבודה שהיא בלב?
הוי אומר זו תפילה!".

ידוע עוד ש"תפילה בלא כוונה כגוף בלא נשמה".

מצד שני, אנו מוצאים בפתחה לתפילת העמידה את הפסוק "אֲדַנְי שְׁפָתַי
תִּפְתַּח וּפִי יִגִּיד תְּהִלָּתֶךָ", הלקוח מספר התהילים [נה, יז].

פסוק זה מדגיש פעמיים את חשיבותו של הפה (שפתי תפתח ופי יגיד...),
והפלא הגדול הוא שהלב לא מוזכר כלל וכלל.

מדוע?

למעשה רואים היום שרוב הכח נמצא בדיבור. אם זה בפוליטיקה, אם זה
במכירות או בפרסומת. אנשים שיודעים לדבר - יודעים למכור.

כח הפה הוא אחד העוצמות הגדולות ביותר שקיימות באדם.

החוש היחיד באדם שיש לו כח גם בחוסר השימוש בו זה הפה, שכן כשאדם
עוצם את עיניו הוא פשוט לא רואה, כשאדם כובל את ידיו הוא לא חש, וכן
הלאה. לעומת זאת הפה משפיע כח גם בעת השתיקה.

הרב בעל ספר אורחות צדיקים [השער העשרים ואחד] כתב באריכות על מעלת השתיקה, וזהו תורף דבריו: "אמר רבן שמעון בן גמליאל, כל ימי גדלתי בין החכמים, ולא מצאתי לגוף טוב אלא שתיקה (אבות פ"א מ"ז). וכן אמר שלמה המלך עליו השלום, "גם אויל מחריש חכם יחשב" (משלי יז, כח). ואמר החכם כשאני מדבר אתחרט על מה שאמרת וכתאני שותק לא אתחרט. ואם אתחרט על השתיקה פעם אחת אתחרט על הדבור פעמים רבות. ואמר החכם, כשאני מדבר - הוא (הדבור) מושל בי, כי אם אני מדבר אל האדם דבר שאינו הגון, אותו הדבור מושל בי, ומצריכני להפגע לפניו ולבקש ממנו מחילה; וכשאני מדבר - אני מושל מלאמרו ומלהסתירו".

מעלת השתיקה מבוססת על הרעיון שאדם לא ישחרר את חרצובות לשונו ויאמר דברים שאין בהם טעם. אך כמובן שאין ענין שכל חיינו יעברו בשתיקה. הקב"ה נטע בנו את כח הדיבור ורצה שנשתמש בו, רק הדגיש את הצורך שנדע מה לדבר וכיצד לדבר.

חשיבות כוח הדיבור מבוססת על כך שהדיבור הוא בעצם הכח היחיד בגוף שלנו שמוציא את הרוחניות (רצון הנשמה ומחשבתה) והופך אותו לדבר פיזי. למעשה הוא יוצר את החיבור בין הגשמי לרוחני. רואים את זה בכל מקום, בלימוד התורה, בתפילה ובעשיית חסד ע"י דיבור.

כשאנחנו קוראים איזה דבר מתוך ספר, אז אמנם זה נקלט לתוך הראש, אבל כשאתה מסביר את החומר למישהו אחר ואתה שומע את זה יוצא מהפה פתאום זה מובן לך יותר. ידוע שכאשר אנשים אומרים דברי תורה הם יותר מתחזקים מזה מאשר האנשים שרק שומעים את זה. איך זה יכול להיות? אלא שכאשר אדם אומר דברי תורה הוא מחזק בקרבו את כח "הנותן", וזה משפיע עליו גם כשומע (שהרי שומע הוא את עצמו), אך יש לו

מעלה שאין לשומע וזה שהוא גם מוציא את הדברים בפיו ומחבר את הכח הגשמי שלו אל תוך ההוויה הרוחנית שלו.

בדיוק ככה זה התפילה שלנו. זה לא שבורא עולם לא יודע מה עובר לנו בראש או בלב, אלא הוא רוצה שנהפוך את כל המחשבות שלנו ואת כל הבקשות שלנו למשהו פיזי כדי שאנחנו נתחזק ונרגיש יותר קרובים לקב"ה.

נמצא, שכאשר אנחנו אומרים רק בלב זה נטו רוחני. אנו נדרשים לחבר את הגשמיות עם הרוחניות, ולגרום לצד הרוחני שבנו להשפיע על הצד הגשמי שלנו את האמונה, הטהרה והקדושה.

כמובן שהתפילה באה גם על דברים רוחניים אך גם על דברים גשמיים, והנה לנו שוב חיבור בין שני העולמות.

לא רק הקשר לבורא עולם נעשה ע"י הדיבור, אלא גם החיבור בין אדם לחברו ובין איש לאשתו מתחזק ומתהדק בעיקר דרך הדיבור.

יהי רצון שנזכה לעלות באמונה, להגיד רק טוב ולדעת מתי לדבר ומתי לא לדבר (כיוון שבשניהם יש כח), ועל ידי כך נזכה להתחבר לבורא יתברך.

תפילה שתיקנו או תפילה שתיקנתי?

ניסן שמיר

נתחיל בכמה שאלות מהותיות, שאני כמעט בטוח שהן או שאלות דומות להן מנקרות בראשו של כל מתפלל:

ידוע לכל שהתפילה היא דבר מאוד חשוב, ולכן מאוד חשוב לאדם לכוון בתפילה. אבל לא תמיד אדם מצליח לכוון, וזאת מכמה וכמה סיבות: הוא לא מרוכז, המילים לא מובנות, אין חשק וכו'. בקיצור, בינינו, **מעטים האנשים שמצליחים לכוון באופן קבוע בתפילה**. במיוחד אלו שהתפילה היא לא בראש מעיינם, והם לא חונכו ששלוש תפילות לא מוגדרות אצלם כ"ייהרג בל יעבור". לשיטתם, אם לא התפללת - לא נורא. זוהי בעיה שמעוררת אצל הרבה מתפללים את השאלה האם אפשר אחרת? האם חוסר החיבור לתפילה שכתבו חכמים יכול להתיר לכל אחד ואחד לחבר תפילה אישית מחדרי ליבו? ובכלל למה חכמים תיקנו נוסח אחיד?

לשאלות לעיל יש הרבה תשובות. אני אביא רק כמה תשובות שאותי אישית הן סיפקו.

מצוות התפילה, לפי חלק מהראשונים, היא מצווה מהתורה ונלמדת מהפסוק "ולעבדו בכל לבבכם". לכן בוודאי שהיא אמורה להשפיע עלינו ולפעול על הלב שלנו ולקדם אותנו לעבודת ה'.

איך עושים את זה?

מצד אחד, הנטייה הכי פשוטה היא להתפלל מהלב, לדבר אל ה' כאילו הוא ממש עומד לידינו ומקשיב לנו. אבל גם אז, כשאנחנו מדמיינים שה' לידינו ומקשיב לתפילתנו, למה עדיין זה לא תמיד מספק אותנו? ולמה חכמים תיקנו נוסח תפילה אחיד?

יש כמה דברים שאנחנו מפספסים ובתוכם שלוש נקודות עיקריות:

התפילה על הציבור - עם כל עם ישראל. ניתן דוגמא מעולם הרפואה, אך כמובן שהדברים שייכים גם לשאר התחומים והצרכים. הרי כשאדם מרגיש קצת לא טוב או שהוא עומד להיות חולה הוא מיד "רץ" להתפלל ומבקש מה' שירפאו מחוליו. אך מה קורה כשהוא לא חולה? הרי אין לו מה לבקש כי הוא בריא, ואין לו כל כך צורך לדבר עם ה' על הנושא הזה. כל זה ברובד האישי, אך אם נלך לבית החולים נראה כמה חולים סובלים שוכבים במיטות. חלקם (לא עלינו) לא יכולים אפילו להתפלל על עצמם. כשנחוה את הצער שלהם נבין כמה חשובה התפילה שלנו, ועל כמה חולים צריך להתפלל. לכן חכמים תיקנו שכל יום כל אדם יתפלל שלוש פעמים על רפואה, וכך יתפלל כל אדם על כלל ישראל - על כל אותם החולים.

בדרך זו גם הוא עצמו ירוויח כמה דברים:

א. כשאדם מרגיל את עצמו לא להתייחס רק אל עצמו אלא גם אל אחרים זה מעורר לאחדות ישראל. עד כמה חשוב שאדם יכיר בצרת האחר ויבוא לעזרתו, אם בתפילה ואם בכל דרך אחרת. העיקר זה להיות רגיש אל האחר, וזה יקרה אם נרגיש כולנו מאוחדים. כמו שבמשפחה אח אחד דואג לשני (בפרט אם יש ביניהם הפרשי גיל של רבע שעה), כך צריך להיות במשפחה המורחבת - משפחת עם ישראל.

ב. אם יהיה לו איזה חבר או אדם קרוב שצריך רפואה ח"ו, הוא יותר יתן דעתו להזכר בו כאשר הוא ממילא מתפלל על הרפואה. לא תמיד זוכרים להתפלל גם על מי שהיינו רוצים להתפלל. פשוט שוכחים. כך, כשיש נוסח קבוע שמתפללים כל יום - נזכרים יותר בקלות ומתפללים על מי שרוצים.

ג. תפילה של אדם נשמעת יותר כשהוא מרגיש ומתנהג כחלק מעם ישראל כולו. הרבה יותר מאשר אם הוא אדם פרטי, שאז הוא יעבור בחינה מדוקדקת האם באמת מגיע לו.

דבר נוסף שאנו מרוויחים הוא - שלא תמיד אנחנו חושבים על כל מה שאנחנו צריכים. לא תמיד אנחנו שמים לב לדברים שחסרים לנו ואנו עלולים להפסיד מכך ובגדול. לכן באו חכמים וקבעו את נוסח התפילה, ובו שזרו בקשות על כל מה שחסר לנו. לדוגמא: ברכת השנים היא ברכה שנועדה לתת גשם וברכה על פני האדמה, והיא כמובן ברכת הפרנסה.

עוד דבר חשוב - שלא תמיד אנחנו יודעים מה טוב בשבילנו. לפעמים אדם חושב שהוא יודע בדיוק מה טוב לו ומה הוא ממש צריך, והוא מתפלל על אותו הדבר. אבל לאמיתו של דבר אותה בקשה רק תזיק לו. אותו אדם מסונוור כי הוא כ"כ רוצה לקבל את מה שביקש בלי להפעיל שיקול דעת לטווח ארוך (ולפעמים אפילו לטווח קצר). ובכלל, אנחנו לא נביאים בשביל לדעת מה טוב לנו. הרי יש לנו את הקב"ה, שבוחן כליות ולב, ויודע בדיוק מה טוב לנו.

ויש עוד נקודה - אם אדם היה מתפלל רק על מה שהוא רוצה התפילה הייתה הופכת את האדם לאינטרסנט מושבע, כי הוא היה מתפלל רק לדברים שהוא צריך או רוצה. לכן חז"ל קבעו שבתפילה לא נבקש רק על

הפרנסה או רפואה אלא גם על גאולת עם ישראל, ושהי' יחזיר את העבודה לבית המקדש, שהם דברים מהותיים הרבה יותר והם חסרים לכל יהודי.

לסיכום, אני רק רוצה להבהיר ולעשות סדר, התפילה האישית חשובה ומאוד הכרחית. היא מראה את הקשר והאמונה החזקה בינינו לבין הקב"ה. כל זה טוב ויפה אבל לא במקום תפילה שתיקנו חכמים, אלא כתוספת מועילה וטובה מאוד.

בעז"ה שנזכה כולנו להרבות בתפילות בכוונה שלימה. שנצליח להתפלל על כלל עם ישראל ואפילו לפני התפילה האישית שלנו על עצמנו, לצאת מהבועה שכל אחד נמצא בה. ואפילו יש על זה תגמול "כל המתפלל על חברו נענה תחילה". ובכלל, תפילה כללית רק תאחד אותנו יותר, כעם. בעז"ה על ידי כך נקרב את הגאולה השלימה ובניית בית המקדש. אמן שנזכה.

האם כל תפילה מתקבלת?

אבי וגר

מעניין לדעת האם כל תפילה מתקבלת?

שאלה זו מנקרת במוחנו מדי פעם, ולעיתים היא עולה בכל תפילה ותפילה.

התשובה לכך היא שלמעשה התפילה אינה מתקבלת תמיד בדיוק כרצון המתפלל. ריבונו של עולם אינו חייב לנו מאומה. אנו חייבים לו הכל. אל לו לאדם להתפלל בצורה תובענית ובדרישה נחרצת שתפילתו תתקבל. חז"ל מכנים זאת בשם "עיון תפילה" במובן השלילי [ברכות נה, א]. יש עיון תפילה במובן החיובי, כלומר תפילה בכוונה, ויש עיון תפילה במובן השלילי, כאשר האדם תובע מריבונו של עולם שתפילתו תתקבל. וזו חוצפה, גם אם תפילתו בעלת תוכן חשוב. עליו לזכור כי אדרבה, תפילה בצורה זאת מזכירה את עוונותיו. לאדם יש ודאי עוונות רבים, וכל הטוב שה' העניק לו אינו בזכות אלא בחסד. ה', ברחמיו הגדולים, מעלים עין, אך כאשר האדם דורש ותובע, ריבונו של עולם אומר: עד שהנך תובע, נבדוק מה כבר קיבלת ומה אתה חייב.

מותר לאדם לבקש מה' כל דבר, כאדם שמתחנן. הוא אינו חייב לעשות חשבון אם מגיע לו או לא, שהרי הוא רק מתחנן. אך אם הוא דורש ובטוח שבקשתו תתמלא, עליו נאמר "תוחלת ממושכה מחלת לב". הוא מייחל ללא תוצאות ולבסוף יהיה חולה לב. יש שהתמרמרו: כל כך הרבה התפללנו - אך לשווא. כאמור, ריבונו של עולם אינו חייב לנו מאומה. גם הרבה התפללו שיבוא משיח, וטרם הגיע.

צריך לשנות את הגישה לתפילה. תפילה אינה טכניקה מאגית, כפי שחשבו עובדי עבודה זרה קדומים (ויש כאלה אף בימינו, למשל בהודו). האדם האילי חושב שבאמצעות פולחן מסוים יוכל לכופף וללכוד את האל שלו ולהכריחו לעשות כרצונו.

לא! תפילה אינה מאגיה, אלא עבודת ה', תחינה לה'. מותר להתחנן על דברים הקרובים ללב, גם על דברים קטנים, ואפילו שלכאורה הם לא חשובים, ממש כמו ילד הפונה אל אביו הטוב.

אך בל נשכח שעיקר התפילה אינו השגת המבוקש, אלא קרבת ה' ועצם שפיכת השיח לפני ה'. אנשים חושבים שכאשר יש חיסרון, התפילה באה כדי לתקנו. האמת היותר עמוקה היא להפך: כדי שהאדם יתפלל ויתקרב אל בוראו, ריבונו של עולם יוצר חיסרון. לו יצויר אדם שלא חסר לו מאומה, האם יעלה על הדעת שלעולם לא יתפלל לה' מקירות ליבו?! זאת היא הצרה היותר גדולה.

לכן קבע הקב"ה בבריאה שארצנו הקדושה "למטר השמים תשתה מים". וכאשר הגשמים חסרים, העם מתפלל אל בוראו. חסרון הגשם הינו חסד עצום, המאפשר התקשרות אל ה'.

כמובן, ככל שאדם מתדבק בבוראו, זורמת יותר ברכה בעולם, ומתוך כך גם בקשתו מתמלאת. אך כאמור אין זו טכניקה חיצונית, אלא עבודת ה' שבלב, שברגש, עבודה עליונה שהיא בעצמה עונג עליון.

[על פי סיפרו של הרב אבינר - "באהבה ובאמונה"]

להשתדל או להתפלל?

אביהו גרינפלד

יש לי בעיה כל שהיא - האם להתפלל שהיא תיפתר מאליה, או לנסות לפתור אותה בכוחות עצמי?

יש לי צורך מסויים - האם לנסות להפעיל קשרים ומאמצים טבעיים, או להשקיע את כל כוחי בתפילה וה' יסדר את הענינים?

הרבה אנשים שואלים את עצמם שאלות מסוג זה. כשהם צריכים דבר מסוים הם לא ממש יודעים מה טוב לעשות, האם אפשר או צריך להתפלל על זה, ואז אולי לצפות לסוג של נס, או להשתדל ולעבוד קשה על מנת לקבל את זה דרך ההשתדלות והעבודה העצמית "שלי" כביכול, ולא לחכות שזה יבוא במתנה.

האם ניסים וקבלת דברים בקלות זה דבר טוב ואפשר להתפלל לזה?

האם זה שאני עובד קשה בשביל להשיג משהו פוטר אותי מתפילה כי אני לא "זקוק" לה?

יש הרבה עניינים ועומק בנושא וננסה להבין מעט מהדברים.

כתב המבי"ט (רבי משה מטראני) בספרו "בית אלוהים" [שער התפילה]:
"שאין ראוי לאדם להתפלל לאל אפילו על דבר הכרחי, אם יש יכולת בידו וברשותו להשלים הדבר ההוא..."

וכמו שזה נראה הרב מתכוון להגיד שאף אם האדם צריך משהו הכרחי כמו פרנסה או עזרה במשהו ויכול להשתדל ולעשות את זה לבדו אין לו להתפלל.

אבל האם הרב באמת התכוון שהאדם לא יתפלל בכלל?

אלא, שהרב רצה להדגיש את הצורך בהשתדלות, ואת החסרון שיש לאדם שלא פועל כלום למען הצלחתו. האדם חייב לעשות השתדלות טבעית מעצמו. הוא לא יכול לשבת בבית ולקוות שה' ישלח לו פרנסה, להיות חולה ולא לקחת תרופות ולחכות לרפואה "משמיים". זה לא יקרה, בטח לא במדרגתך.

מוסיף אח"כ המב"ט ואומר: **"כשאנחנו יכולים להושיע עצמנו בדרך הטבע, לא נבקש מה' שיעשה לנו נפלאות..."**

זאת אומרת, שהבעיה העיקרית היא להתפלל שה' יעשה לנו נס. זה לא תקין. מה שנכון לעשות זה שכשנרצה להשיג משהו, נצטרך להתפלל על זה ולבטוח בה' שיעזור לנו בהשתדלות.

מרן הרב קוק כותב בספרו "עין איה" על מסכת ברכות שלפעמים יש השתדלות טובה ולפעמים היא תחשב חסרון.

לדוגמא, יש מלחמות בתנ"ך שאתה רואה שכולם משתדלים כמו מלחמת העי שעשו מארב והביאו הרבה לוחמים מיומנים ועשו תוכנית קרב מוצלחת והצליחו לנצח (בפעם השנייה).

לעומת זאת במלחמות אחרות כמו מלחמת גדעון, ה' רצה שיהיה נס פלאי וינצחו רק עם 300 לוחמים, כדי שהעם לא יגיד "ידי הושיעה לי" ויחשוב שהוא בעצמו ניצח בלי אלוקים.

הרב קוק בעצם אומר שזה תלוי בדרגה של העם והאדם. אם האדם נמצא ברמה רוחנית גבוהה הוא לא צריך את הניסים כדי לראות את ה' בטבע. הוא רואה את ה' בכל מקום, בפרנסה שבעבודתו, בתרופה שמרפאת אותו וכו', ולכן הוא אינו זקוק לניסים כדי "לגלות" את ה' בעולם.

אבל מי שיש לו הסתכלות נמוכה על אלוקים, ולא מבין למה כשהוא מתפלל הוא לא מקבל מיד את מה שביקש, ולמה ה' עושה לו "רע", מן הסתם שאדם כזה יצטרך את הניסים כדי לראות את ה'.

לכן כאשר בני ישראל יצאו ממצרים הם היו זקוקים לניסים רבים כדי להתקרב אל ה', כי הם היו בדרגה מאוד נמוכה, בבחינת "ה' יִלְחֶם לָכֶם וְאַתֶּם תַּחֲרִישוּן" [שמות יד, יד]. אבל אחר כך כשנכנסו לארץ והיו כבר מכירים בניסים וה' היה בתוכם, היה טוב שילחמו באמת בעצמם, בבחינת "יֵצֵאוּ ה' אֶתְךָ אֶת הַבְּרָכָה בְּאֶסְמֶיךָ" [דברים כח, ח].

הרב קוק מוסיף בשם רבנו סעדיה, שהאדם יותר שלם כשהוא עוסק בהצלחתו בעצמו, ואם באמת היה עדיף לעשות דברים בלי השתדלות, ה' היה כבר עושה אותנו עם נפש שלמה בלי שנצטרך ללמוד תורה ולעבוד על זה.

בעזרת ה' תבוא גאולתנו על ידי השתדלותנו, ואחרי זה יבואו הניסים בכל מקרה כדי להרים אותנו במעלה גבוהה יותר.

לסיכום, על כל אחד לעשות את ההשתדלות הטבעית הכי גדולה שיכול לעשות, אבל כמובן שחייבים את התפילה כדי לבקש מה' שיתן לנו את הכח לעשות את ההשתדלויות, וכן שלא נטעה חלילה ונאמר "פְּחִי וְעֵצֶם יְדִי עֲשֵׂה לִי אֶת הַחֵיל הַזֶּה". כך נזכור תמיד שרק מה' נוכל להצליח בכל דבר שנעשה.

תכלית התפילה

אהוד טייץ

התפילה היא האפשרות שניתנה לאדם לבקש מה' שימלא את רצונו או שיושיעו בעת צרה. חלק ניכר מהתפילה מורכב מבקשות בכל תחומי החיים וגם מדברי תודה ושבח על הבקשות שנתמלאו. כמו למשל תפילת "מודה אני" המביעה הודאה לה' על הנשמה שחזרה לגופינו.

לפי מבט זה לכאורה, התפילה אינה אלא אמצעי, בקשה לקבלת תועלת מה' יתברך. חשוב להדגיש שלמרות שיש מן האמת במבט זה, אין זו כל האמת. הסבר זה אינו מתאים למקום המרכזי שתופסת התפילה במחשבת היהדות.

חכמינו זכרונם לברכה לימדו אותנו בפרקי אבות "על שלושה דברים העולם עומד, על התורה ועל העבודה וגמילות חסדים". שלושה דברים אשר מחזיקים את העולם החומרי. הם המקשרים בינינו לבין הזולת, ובין כולנו לבין בורא עולם. אם לא היינו פועלים ע"פ כללים אלו לא היתה זכות קיום לעולם, והוא אכן לא היה מתקיים.

נשאלת השאלה: מה היא עבודה?

חז"ל הסבירו שהכוונה לעבודת הקרבנות בזמן שבית המקדש היה קיים. כיום לצערנו עוד אין לנו בית מקדש ועבודת הקרבנות אינה מתקיימת, אז איך העולם עדיין עומד? אלא שפירשו חכמינו זכרונם לברכה שבביטוי "עבודה" לא מתכוונים רק לעבודת הקרבנות אלא גם לתפילה.

תיקנו לנו אנשי כנסת הגדולה שלוש תפילות ביום כנגד עבודת הקורבנות בבית המקדש. עבודה זו נקראת "עבודה שבלב", הנלמדת מהפסוק "ואהבת את ה' אלוקיך בכל לבבך". יש עבודה שהיא בלב, והיא עבודת התפילה שהעולם תלוי בה. **כאשר האדם מתפלל לבוראו הוא מוריד שפע רוחני לעולם, וכך הוא והעולם כולו מתחברים יותר לשלימות האלוקית. כמובן שכח זה מחזיק את העולם בקיימו.**

אם כך מהות התפילה מקבלת כעת פרספקטיבה רחבה הרבה יותר. לעיתים נראה, שמהות התפילה היא רק הבקשות שלנו מהקב"ה ואנו רוצים שתפילותינו יתקבלו ומשאלותינו יתגשמו. כמו למשל יחסים בין אבא לבן - הבן מבקש והאב נותן. אלא שכאמור לעיל אין הדבר מדויק. התפילה היא לצורכנו האישי, אך גם צורך של העולם כולו. העולם מתקיים על ידי תפילות, אז כביכול גם אם אין לנו מה לבקש ברמה האישית, עלינו להמשיך להתפלל ולבקש על אחרים ולהמשיך להוריד שפע רוחני לעולם על ידי אמירת המילים.

כוחה של התפילה טמון בדיבור לקב"ה בשפת הקודש. למילים בלשון הקודש יש כח רוחני עצום. צירופי המילים ואותיותיהן הם המשפיעים פיזית על עולם החומר. הראיה הטובה ביותר לכך היא שהעולם נברא על ידי דיבורים של ה' יתברך בלשון הקודש. חז"ל ידעו זאת ולכן תקנו לנו נוסח תפילה אחיד לכל עם ישראל ויש בו תועלות רבות ונעשים על ידו תיקונים רבים.

בחלקה הראשון של התפילה יש תיאור של שבחי ה' יתברך בכל מיני תחומים. אחר כך התפילה מגיעה אל החלק של הבקשות. לאחר מכן מגיע השלב של ההודאה. הדבר בא ללמדנו על חשיבות הכרת הטוב, שנדע להעריך מה ה' יתברך נותן לנו בכל יום.

חשוב לדעת שאין תפילה שלא מתקבלת אצל בורא עולם. לכל תפילה יש את התועלת שלה. לעיתים התועלת נראית לעין באופן מידי, ויש פעמים שהדברים מתבהרים לאחר כמה שנים, ולפעמים אפילו לאחר כמה דורות.

יש מצבים שאינך מקבל את מה שבקשת וזה בגלל שאינך צריך באמת את הדבר שביקשת. ה' אוהב אותך ורוצה בטובתך ולכן לא נותן לך דבר שהוא יודע שיזיק לך, למרות שאתה בשכלך המצומצם חושב שזה טוב לך. תגיד תודה שה' הציל אותך ממך. מכל מקום ה' מקבל את התפילה שלך באופן שעל ידי התפילות שלך הוא יוריד לך את השפע שאתה באמת צריך לו.

ועוד דבר, מתוך שלא לשמה יבוא לשמה, כי גם תפילה ברמה הנמוכה של בקשות על הבלי העולם טובה בעיני ה' יתברך, בעצם זה שאנו פונים אליו. וכמו שאמרנו, תצמח מזה ישועה גם לך.

יהי רצון שנזכה לגאולה שלמה ולביאת משיח צדקנו במהרה בימינו אמן ואמן.

פרק שירה

דביר חסיד

”דע כי כל רועה ורועה יש לו ניגון מיוחד, לפי העשבים ולפי מקום שהוא רועה שם, כי כל עשב ועשב יש לו שירה שאומר, שזה בחינת פרק שירה ומשירת העשבים נעשה ניגון של הרועה” [ליקוטי מוהר”ן ת”ב ס”ג].

פרק שירה הוא שיר עתיק בן למעלה מאלף שמונה מאות שנה. יש המייחסים את כתיבת השיר הזה לדוד המלך עליו השלום, שזכה לתואר ”נעים זמירות ישראל” וכתב את ספר התהילים. יש המייחסים את פרק שירה לשלמה המלך שזכה לתואר ”החכם באדם” על חוכמתו העצומה, וידוע שהיה בקי גם בשפתם של בעלי חיים, ובצמיחתם של הצמחים והזרעים ועוד.

בשירה זו, כל יצור וכל תופעת טבע, החל בשמיים וכלה במדבר, הנהרות עד לברקים, מהשבלולים עד ללווייתנים, כל אחד מהם משבח ומהלל את ה' בפסוק הטומן בחובו את תמצית קיומו של אותו נברא. ובנוסף, באים הדברים ללמד אותנו מוסר תוך כדי התבוננות במהותה של כל בְּרִיָּה וְבְרִיָּה.

פרק שירה טומן בחובו גם סודות עמוקים.

וכך מובא בתיקוני הזוהר [סד]: **”אית היכלא דניגונא - דלית לה רשותא למפתח אלא בניגונא”**. תרגום: יש היכל של ניגון שאין רשות לפותחו אלא בניגון. ואכן, מסרו לנו רבותינו הקדמוניים הקדושים כי מקום מופלא וטמיר יש בשמי מרום, אוצר גנוז הנעול על מנעול ובריה, היכל עליון רם ונסתר: **”היכל הניגון”**, שמלאכים ושרפים בו יהלכו. ברוח קודשם, גילו לנו

רבותינו הקדושים את הסוד כיצד ניתן להיכנס לתוך ההיכל. המפתח הוא באמצעות הניגון, השירה ורינת פרק שירה. ובאמת, פרק שירה היא השירה שכל הבריאה אומרת כל יום לפני הקב"ה, כל בריה ובריה כפי שירתה.

בתיאור מופלא, ממשיל הרב חנוך זונדל לוריא זצוק"ל בספרו "כנף רננים", את מהות שירת הבריאה באופן הבא: **"שירת הבריאה היא כמו תזמורת גדולה עם כלי נגינה שונים**, שכל כלי נגינה נותן את קולו וביחד זה הופך להיות למוזיקה אדירה של שבח והודיה לקב"ה, כאשר בראש התזמורת עומד המנצח הראשי - האדם, נזר הבריאה - האומר את פרק שירה. באמירתו הוא נותן כוח לכל הבריאה לומר שירה. כשהשרים והמלאכים של כל בריה ובריה אומרים שירה, הם מקבלים שפע וחיות שאותו הם מורידים אלינו. ואני הקטן ראיתי מה שמבואר מכתבי האר"י ז"ל, שמכיוון שכל שפע הבא משורש ההשפעה משתלשל ויורד מעולם לעולם עד שמגיע אל המבקש, הרי שבכדי לפתוח את הצינורות לכך, יש לו לאדם לומר את השירה הזו כהשתוקקות לבורא מעומקא דְּלִבָּא.

להלן נפרט את המעלות, הסגולות והתועלות של פרק שירה, אלא שצריך לזכור שהמגמה העיקרית של הקריאה היא לעורר אותנו להתקרב אל ה' ועל ידי כך נזכה לכל השפע האמור:

• אמירת פרק שירה, **יש בו יתר שְׁאֵת ומעלה מספר תהילים**, כי כל מזמור (בתהילים) יש בו סגולה להינצל מרעה או להביא טובה פרטית, ופרק שירה הוא מיוחד ומסוגל לדברים כוללים כל מיני הצלה [בית אלוהים לרבנו המב"ט - רבי משה ב"ר יוסף טראני].

• האומר פרק שירה, ויודע לכוון כל הנבראים היכן רמוזים בו, ואומר אותן השירות, הוא גורם שפע לכל הנבראים התלויים בו, ושכרו מרובה [כתבי האר"י ז"ל - טעמי המצוות, פרשת ואתחנן].

• סגולת אמירת פרק שירה **עד גבהי שמים מגיע**, להשפיע ממרומים שפע ברכה וטובה מחולאים, פגעים רעים, ושאר מרעין בישין רח"ל, מגנא ומצלא לבני חיי ומזוני ותועלתו מרובה. הרבה עשו, ועלתה בידם לישועת הכלל והפרט [ספר "הכל ישבחוך" הרה"ג רבי מרדכי גרוס שליט"א - אב"ד "חניכי הישיבות" ב"ב].

• כשמזדמן לפניו אחד מן הנבראים, טוב אף נעים לומר את שירת אותו המין שנזדמן לפניו. כגון אם ראה את השמים, יאמר את שירת השמים. ואם נזדמן לפניו זבוב, יאמר את שירת הזבוב, וכן הלאה. ועל ידי זה יזכה ויזמין לו הקב"ה את פרנסתו בנקיות [מספרים תהילות ה' על פרק שירה - ר' חנניה ממונציליסי זצ"ל, תלמיד הרמ"ע מפאנו זצ"ל].

• כל העוסק בפרק שירה, הרי הוא מזומן לעולם הבא בלא דין ובלא יסורין - בלא דין ויסורין של חיבוט הקבר, ובלא דין ויסורין של גיהנם [שער שמעון על פרק שירה - רבי שמעון ב"ר מאיר זצ"ל].

• כאשר האדם בצרה ושערי ברכה סגורים לפניו, סגולה עצומה היא זו, שיתבונן ברוב טובותיו יתברך על כל העולם בכלל ואליו בפרט, עד שיבוא לידי שירה. ואז לילה כיום יאיר לו, כחשיכה כאורה. כל מי שחשקה נפשו בעבודה, ומבטו מבט אמת, יכלול את עצמו בשירתה של הבריאה [הרה"ג רבי שמשון דוד פינקוס זצוק"ל בספר "שערים בתפילה"].

--- ❧ --- שְׁלוֹזִי מִצֹּהַ – תְּפִילָּה ❧ ---

• פרק שירה זה הוא תיקון מעולה לשבים, בהתעסקם בו כל אחד כפי ערכו. ואחר שישוב אל ה' בכל לבבו ובכל נפשו ובכל מאודו, יאמר את פרק שירה, ועל ידי זה יגיע אל תיקונו הצריך לו, ויבטל את הגזירה שנגזר עליו מלמעלה. ומכאן ואילך, זוכה ללמוד ותלמודו מתקיים בידו [מספרים תהילות ה' על פרק שירה].

יהי רצון שהקב"ה ישלח ברכה הצלחה והרווחה בכל מעשה ידינו, שפע חיים ארוכים וברוכים, ונזכה לשורר לפניו תמיד, היום ולעתיד לבוא!

שיכור (ולא) מיין

הלל דיין

כידוע, כולנו מחוייבים להתפלל שלוש תפילות ביום. בשלושתן תפילת העמידה הינה זהה לחלוטין ומשלבת בין שבח והודאה לבורא עולם לבין בקשה מאתו יתברך. צלילות הדעת בתפילה היא חובה גמורה, ופסק מרן השו"ע [בסימן צט]: "אדם ששתה יין - לא יתפלל עד שיסיר יינו", היינו שיתפכת. המדד שנותן מרן הוא יכולת האדם לעמוד לפני מלך, על כל המשתמע מכך: במראה, בדיבור, וכמובן בכוונה. מרן נתן את המדד של עמידה לפני מלך ולא במקרה! בלתי אפשרי להכניס את בורא עולם לתוך דמות גשמית, ולכן הדימוי הקרוב ביותר הוא של מלך בשר ודם (וכמובן שעדיין גם הוא רחוק מרחק אין סופי).

הרב מלמד כותב בפניני הלכה: "המתפלל צריך שיהיה בצלילות הדעת שלא כמו רבים מעובדי עבודה זרה שמקיימים את הפולחן שלהם בעזרת סמים ואלכוהול וכך נכנסים לאקסטזה". השאיפה של כולנו היא לעבוד את ה' **באקסטזה**, אך הרגילות והמונוטוניות של התפילה בפרט והחיים התורניים בכלל, מקשים מאוד לקיים את רצונו של בורא עולם בהתלהבות.

השאלה המתבקשת היא מה עושים? איך מתפללים 3 פעמים ביום את אותה התפילה בכוונה, ויחד עם זאת עובדים את ה' מתוך רצון פנימי והתלהבות? כולנו באידיאל רוצים לעבוד את ה', אך "המלחמה" היא קשה ומעייפת, מתמדת ובלתי פוסקת עם היצר הפנימי של כל אחד מאיתנו. אז לצערי לכל מי שציפה לפתרון קסם אני לא מכיר אחד כזה, אך דרך מעניינת להתמודד עם חוסר כוונה היא **להתפלל על זה!**

מבולבלים?

מרן בבית יוסף [או"ח סימן קיא] כותב בשם הר"י שצריך האדם לכוון לפני תפילתו: "רבונו של עולם, תסייעני שאוכל לכוון בתפילתי ולספר מהללך כדי שתהיה תפילתי רצויה לפניך". רבינו יצחק מדגיש את החשיבות של הפניה המקדימה לבורא עולם, ודווקא ע"י בקשה בלשון שלא תיקנו חכמים נפתחת ומתעוררת הכוונה.

כמובן שכל אדם בדרגתו שלו, צריך להרגיל את עצמו לפניה מתמדת לקב"ה בכל רגע ורגע ביום. כמו בעת צרה גשמית (שלא תבוא) שאנו יודעים לשטוח את בקשתנו לפני בורא עולם, כך גם אנו צריכים להרגיל את פינו ולשונו לבקש מהקב"ה הצלחה רוחנית.

מעניין לעניין באותו עניין, בתוך המילה שיכור חבוי גם השורש כ.ש.ר. עיקר הבחינה של שיכור היא שאותו אדם לא מתפקד ופועל בצורה ראויה. לפעמים כשמסתכלים מן הצד מאוד קשה לראות אנשים "שיכורים" ולא להעיר להם. אך אנחנו מחויבים ללמד זכות על כל אחד ואחד משום שבכולם חבוי הפוטנציאל של "האדם הכשר".

כשהיינו קטנים ושאלו אותנו אם היתה לך אפשרות לבקש בקשה אחת מה היית מבקש? אז החכמולוג היה מבקש שיהיה לו עוד מלא בקשות. ובאמת כך היא. ברור לכולם שברמת התפילה יש לכולנו מלא בקשות, ואנו רוצים שכולם יתממשו. רבי יהודה בן שמואל החסיד בעל הספר חסידים כתב בסימן ק"ל: "שיש אדם שאינו זכאי שהמקום יקבל תפילתו אלא בעבור תוקף תחנונים ודמעת עיניו אשר תמיד בוכה ומתחנן, אף על פי שאין בידו זכות ומעשים טובים מקבל הקב"ה תפילתו ועושה חפצו".

--- ❧ --- תפילה – מצוה --- ❧ ---

דוד המלך ע"ה כותב: "לב נשבר ונדכה אלוקים לא תבזה" - כך גם כל אחד מאיתנו צריך להכניס לראש שיש מי ששומע! ונראה שאם האדם יבקש עוד לפני התפילה מעומק הלב שהקב"ה יקבל את כל תפילותיו ובקשותיו כך גם תתעורר כוונתו.

יהי רצון שנזכה שהקב"ה ישמע קולנו ויקבל תפילתנו ברצון.

האם אנחנו מתפללים באמת?

הראל מעודד

לפני שנים רבות חי בארץ רחוקה מלך עשיר, עשיר מאוד. למלך היה עבד שהיה אוהבו יותר מכל. יום אחד המלך רצה לפנק את העבד ולתת לו מתנה שתהיה לו לעזר לאורך ימים ושנים, ויוכל לחיות הוא באושר ובעושר את שארית חייו.

נתן המלך לעבד מזוודה גדולה ובתוכה שטרות של מזומנים ויהלומים. שמח העבד שמחה גדולה. מה עשה? היה אוהב להסתכל על השטרות שלו ועל היהלומים ולכן תלה אותם בביתו לנוי. העבד חי בעוני גדול ברעב ובצמצום גמור אך היה סבור שאם יש לו יהלומים הוא מסודר והסתפק ביופים.

יום אחד חלה העבד מאוד והמלך בא לבקרו. המלך הבין שהעבד לא השתמש כלל במה שנתן לו, כעס עליו ואמר לו: "שוטה שבעולם, בכסף קונים, אוכלים, בונים, חיים. תמונות - תולים ליופי".

הצטער המלך כל כך והחליט לפרסם לכל נתיניו את הסיפור כדי שידעו להשתמש בצורה נכונה בכסף ולעקור את הנורמות החברתיות שהיו קיימות אצל בני עירו ביחס לכסף והשימוש בו. מתוך צעקה זו של המלך מתעוררת הצעקה לכתוב על התפילה. זוהי צעקתו של המלך שעבדו משתמש בה "לנוי" ומפספס את האוצר הטמון בה. בלי לימוד על התפילה, בלי הבנה על מהות התפילה, בלי הרגשה של פעולת התפילה אי אפשר לדעת ערכה של התפילה.

כשאדם מבין ערכו של הכסף הוא משתמש בו למטרות נעלות, שומר עליו ומתייחס אליו בכבוד. לעומתו, אדם שמשתמש בו רק כ"כח קנייה" מגביל הוא את כוחו ותפקידו של הכסף וממילא יחסו אל הכסף שונה וקטן. לפעמים, נראה הדבר שיחסינו לתפילה הוא מצומצם וקטן רק כ"כח קנייה" וכמצווה שחובה עלינו לעשות 3 פעמים ביום. הבנה זו אינה מאפשרת את פעולת התפילה האמיתית בנפש האדם, ואנחנו רק "עוברים ליד" התפילה, משתמשים בה רק ל"נווי".

כדי לחוות ממש את המתנה היקרה הזאת צריך ללמוד מהי תפילה ומתוך כך להתייחס אליה בכבוד. כשיבין האדם במעלתה והשפעתה של התפילה יבין מדעתו למה השבח בתפילה קודם לבקשה ולהודאה.

כותב הרב קוק, שהשבח בתחילת התפילה הוא על גודל מעלת התפילה שנתן לנו הבורא מתנה יקרה זו.

נציין כמה סימני שאלה שיפתחו לנו את העיניים להתבוננות:

אחי, שאל את עצמך "מהי תפילה בעיניי? האם בכלל כיוונתי בכל מה שאמרתי או שהמילים התגלגלו לי מהפה? עם איזו הרגשה יצאתי מהתפילה היום? מה אומר הקדיש בכלל? על מה אני אומר אמן? אם אומרים שצריך לכווין במילים לאן כולם ממהרים?

אם אני מאמין שהתפילה כל כך חשובה למה קשה לי לקום בבוקר לתפילה? האם התפילה משנה אותי? האם אני באמת יכול לדבר עם בורא עולם? למה אנשים מדברים בתפילה? האם אנחנו מתפללים באמת?

הרבה לימודים על תפילה מעידים על כך ש"ממציא התפילה" הוא לא פחות ואף יותר מרופא, פסיכולוג, יועץ השקעות, וכל המקצועות הקשורים לשיפור חייו של האדם החברה והעולם כולו. בתפילה אחת פשוטה האדם הופך את חייו מקצה לקצה. כשהאדם לומד ומרגיש איך התפילה משפיעה היא על חייו, על רגשותיו ועל רצונותיו ומעצבת היא את אישיותו מחדש בכל תפילה מתחיל הוא לטעום טעם תפילה שקושר אותו ביחס אחר למושג זה שנקרא "התפילה".

צעקת המלך לנתיניו מהדהדת היא בכל קצוות תבל מיום בריאת העולם, וצריכה היא לעורר את נתיניו לדרך חדשה והבנה עמוקה לגבי ערכו של הכסף (במשל לעיל), וכך היא הצעקה על מהות התפילה.

ניתן לדבר ולהסביר הרבה על השפעותיה של התפילה על נפש האדם, ניתן להרחיב על הלכותיה, סגולותיה, תוכנה ומנהגיה, ודרך זה להיפתח לעולמה של התפילה ולעבוד בו. אבל נדרשת בעיקר ההכרה בערך התפילה שאינה מושגת אצלנו באמת. ואותה ההבנה שהתפילה היא עבודה ממש כעבודת המידות או בעבודת לימוד התורה משפיעה היא ברבדים אחרים ונוגעת היא במקומות שונים. הבנה זו היא יסודית הרבה יותר ומסוגלת לפתוח את הדלת לשער התפילה. עבודת ה' שעובד בה האדם נותנת לו כלים לחוות כל רגע בחייו בצורה יסודית, עמוקה ואמיתית ונותנת לו את הכח לקלף את המציאות הנראית לעין ולחדור פנימה בכל פעולה והסתכלות של האדם.

מתוך הבנה זו, כל עובד ה' צריך לחקור ולהתבונן בתפילתו ולראות איך הוא מתפלל, האם הוא באמת מתפלל? האם התפילה חודרת ללבו או חלילה רק "עוברת לידו"? מה היא פועלת בו? לשם מה הוא מתפלל?

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

עיקרם של דברים: צריכים אנו להתחזק בהבנה שאין אנו עובדים מספיק את עבודת התפילה ואנו לא מנצלים מספיק את השפעותיה. לימוד מעמיק על מהות התפילה ותוכנה יוכל לסייע לנו להתחבר ולרצות לחקור ולדרוש אחרי עבודה זו.

יהי רצון שבעזרת ה' יתברך, ייפתחו לנו שערי תפילה ונזכה לעבוד עבודה זו בשלמות ולהכיר בערכה, ומתוך כך להודות לבורא עולם על מתנה יקרה זו, אמן ואמן!

חשיבותה ומטרתה של התפילה

זיו יהונתן יוסף

כאשר אך פקחנו את עינינו, אנחנו פותחים את הבוקר בתפילת "מודה אני". כשאנחנו הולכים לישון סוגרים את היום בקריאת שמע שעל המיטה בה אומרים "והאר עיני פן אישן המוות". גם לאורך כל היום ישנם ברכות ותפילות נוספות.

יש ברכות שמזכירות לנו ששום דבר אינו מובן בחיים, כגון ברכת "אשר יצר", שמזכירה לנו עד כמה אופן פעולותיו של הגוף האנושי הוא נס אחד גדול, וכל פגם קטן עלול לפגוע באורח חיינו.

יש תפילות שהם האפשרות שניתנה לאדם לבקש מה' שימלא את צרכיו או שיושיעו בעת צרה. במקרים אלה התפילה מהווה כמעין אמצעי, בקשה לקבלת תועלת ממרום. יש כמובן תפילות שמטרתם הודיה לקב"ה על כל הטוב שגמלנו, וכן על זה הדרך.

מקור החיוב להתפלל הוא מהפסוק "**ולעבדו בכל לבבכם**" [דברים יא, ג], וביארו חז"ל: "**איזוהי עבודה שבלב - זו תפילה**". תמצית עבודת ה' גנוזה בתפילה. קרבת ה' ודבקות בו הן מטרת התפילה, הן בשעת אמירת תחנונים ובקשות והן בשעת אמירת ברכות ההודאה והשבח.

תכלית התפילה היא לקרב את האדם אל האלוקים. למרות שחלק גדול מנוסח התפילה מבטא בקשות על צרכיו השונים של האדם, בקשות אלו אינן המטרה העיקרית של התפילה, אלא הן מהוות את הגורם לה.

השאיפה, שהטביע הבורא באדם לחתור לרווחה גשמית ורוחנית, דוחפת את האדם לפנות אל ה' בתפילה.

הרגשת הקרבה באה לידי ביטוי בפסוקים רבים בתנ"ך, כמו למשל הפסוק הבא: "קרוב ה' לכל קוראיו, לכל אשר יקראוהו באמת" [תהילים קמה, יח]. התרוממות הרוח והדבקות בה' - הן מטרת התפילה. אומנם אנחנו מבקשים מהקב"ה גם בקשות חומריות (פרנסה וכו') אך המטרה היא גובהה ונעלה הרבה יותר, כי ע"י הבקשה אנחנו מתקרבים לבורא עולם. לא בקבלת התפילה, לא בהיענות לבקשה אלא בעצם התפילה יצרנו קירבה לאלוקים.

התפילה, אם כן, נועדה עבור האדם, למען יתקרב הוא אל הבורא. ובעקבות זאת, תחול עליו הברכה המיועדת לקרובים לקב"ה.

אחת ממטרותיה של התפילה היא להזכיר לנו את חידושו המתמיד של העולם ואת תלותו בה'. לנו ישנה אשליה שכביכול העולם הינו יציב, קבוע ובעל קיום עצמאי. הסיבה לכך היא כי מוסתרת מעינינו עובדת התחדשותו המתמדת של העולם מידי יום ביומו.

לכן כבר בברכות השחר, אנו מודים לה' מדי בוקר על כל מה שהוא מעניק לנו. למרות שלכאורה היום הזה נראה כהמשך ישיר של אתמול והוא מובן מאליו. למעשה מתברר שאיננו רואים את השינויים, אך הם עובדה מוגמרת.

לכן אנו מודים כמעט על הכל: על חיינו, על דעתנו, על ראייתנו, על כושר התנועה שלנו, על יציבות האדמה שתחת רגלינו ועוד ועוד. בכך אנו מביעים את אמונתנו בתלותו המוחלטת של העולם בריבון העולמים.

בהמשך התפילה אנו מדגישים את שליטת ה' בהיסטוריה, ואת העובדה שה' בורא (גם בהווה) את השמים ואת הארץ. הוא הפוקח עיוורים, הוא הזוקף כפופים, הוא המכין לארץ מטר, הוא המצמיח תבואה והוא המחיה את הכל.

בברכות קריאת שמע אנו אומרים שה' יוצר אור ומאיר לארץ ולדרים עליה, ובטובו הוא מחדש בכל יום תמיד מעשה בראשית. קביעה אחרונה זו נזכרת בתפילה פעמיים כדי להשריש בלבנו את ההכרה שה' הוא המאפשר את קיום העולם בכל רגע ורגע. כל כוח הפועל בעולם יונק את קיומו מה', שהוא היחיד שמציאותו אינה תלויה בזולתו (עיין רמב"ם הלכות יסודי התורה פרק א).

רעיון זה הוא לבו של הפסוק: "שִׁמְעֵ יִשְׂרָאֵל ה' אֱלֹהֵינוּ ה' אֶחָד" [דברים ו, ד]. באמירת פסוק זה פעמיים בכל יום אנו מזכירים לעצמנו ומצהירים בפני כל באי עולם כי ה' שהוא אלוקינו, הוא אחד ויחיד בעולם כולו, בשמים ובארץ. קיימת כאן הדגשה ששום כוח עצמאי אחר לא קיים זולתו, וכולם תלויים וחיים בחסדו.

אדם שכל יומו סובב סביב התפילה, סביב ההודאה (ואפילו הבקשות), סביב ההכרה ששום דבר אינו תחת שליטתו הבלעדית, הוא זה שיודע שאת מקומו שלו בעולם.

"אם תִּבְקֶשׁנָה כִּכְסֵף וְכִמְטוֹנִים תִּחְפְּשֶׁנָּה.

אֲזַ תִּבִּין יִרְאֵת ה' וְדַעַת אֱלֹקִים תִּמְצָא."

התפילה כתכלית

ישי פריד

התפילה היא העבודה הרוחנית הראשונה שנעשתה על ידי אדם מעולם. המצווה הראשונה שקוימה בתבל והקשר הראשון בין אדם לבוראו.

נאמר בתורה [בראשית ב, ה]: "וְכָל שֵׁיחַ הַשָּׂדֶה טָרֵם יִהְיֶה בְּאֶרֶץ וְכָל עֵשֶׂב הַשָּׂדֶה טָרֵם וְצִמָּח כִּי לֹא הִמְטִיר ה' אֱלֹקִים עַל הָאֶרֶץ וְאָדָם אֵין לְעִבֹד אֶת הָאָדָמָה".

ומבאר רש"י: "טרם יהיה בארץ - עדיין לא היה בארץ כשנגמרה בריאת העולם בשישי קודם שנברא אדם".

רש"י מציג סתירה בין הפסוק שלנו, המורה שביום השישי (יום בריאת האדם) עדיין שיח השדה לא צמח, לבין פסוקי התורה המתארים את מה שברא ה' ביום השלישי שם נאמר במפורש "וַתּוֹצֵא הָאֶרֶץ דִּשָּׂא עֵשֶׂב מִזֵּרַע זֵרַע לְמִינֵהוּ וְעֵץ עֹשֶׂה פְרִי אֲשֶׁר זָרְעוּ בוֹ לְמִינֵהוּ", ומשמע שהצמחים כבר צמחו ביום השלישי, הרבה לפני היום השישי. אז מה קרה באמת?

תירוצו של רש"י קובע כי שני הפסוקים משלימים זה את זה, אכן בשלישי שכתוב "ותוצא הארץ" יצאו מהאדמה ועמדו על פתח הקרקע אך עדיין לא צמחו עד יום שישי.

מה הסיבה? מדוע לא המטיר? "לפי שאדם אין לעבוד את האדמה ואין מכיר בטובתם של גשמים, וכשבא אדם וידע שהם צורך לעולם התפלל עליהם וירדו, וצמחו האילנות והדשאים".

מדברי רש"י אנחנו למדים שסדר הדברים היה כך: ביום השלישי הצמחים רק יצאו מהאדמה ועמדו על פתח הקרקע. ביום השישי נברא האדם וראה את החסרון שקיים בבריאה והבין שזהו הגשם. מיד הוא עמד והתפלל על הגשם ואז צמחו הצמחים.

מתוך התבוננות בדברי רש"י אנחנו רואים שמה שמעורר את האדם הראשון לתפילה הוא דווקא החיסרון (הצורך בגשמים). בדומה לזה, הסיבה העיקרית לכל החסרונות האנושיים היא בכדי לעורר את האדם לתפילה. כדי שיכיר במגבלותיו חסרונותיו וקטנותו מצד אחד, ובשלמות וגדלות הבורא מצד שני, ועל ידי הכרה זו יפנה אל הבורא בתפילה ויבקש את רחמיו וחסדיו.

יכול היה הקב"ה לברוא את האדם ללא חסרונות, וללא צרכים כגון בריאות, פרנסה, זיווג וכו', אבל באופן כזה בקלות היה האדם נופל לתפיסה של "אני ואפסי עוד", חי בגאווה ושוכח חלילה את בוראו. חשוב לזכור שזה לא משחק של "תן וקח", להיפך, הקב"ה רוצה להיטיב עם הנבראים ולמלא באהבה את כל צרכיהם. אבל מאחר שהתכלית האמיתית העליונה והעמוקה ביותר היא להכיר את הבורא ולהתוודע אליו, יצר הקב"ה את מציאות החיסרון כדי לשרת את אותה תכלית.

יוצא איפוא, שהמטרה בתפילה היא לא למלא את החיסרון, זוהי רק המטרה המשנית, שהרי הקב"ה יכול לעשות זאת גם ללא התפילה (הוא יודע יותר טוב מאיתנו מה אנחנו צריכים). המטרה העיקרית היא שבאמצעות החיסרון זוכה האדם לפנות אל ה' וליצור עמו קשר, ועצם הקשר הזה הוא התכלית, הרווח האמיתי שיוצא מן התפילה.

יהי רצון שנזכה להיות מחוברים וקשורים לקב"ה בכל מאודנו.

הכוונה שבתפילה

ישראל נוימן

ידועה אמרתו של השל"ה הקדוש "תפילה בלי כוונה כגוף בלי נשמה".
התפילה היא ה"עבודה שבלב" ולפיכך עיקרה תלוי בכוונה.

מה היא בעצם כוונה? בשעה שאדם מתפלל צריך לכוון ולראות עצמו כאילו הוא עומד מול ה' יתברך. כי אם אינו רואה את עצמו כך לא נחשבת תפילתו כתפילה, וכאילו דילג על אותם מילים.

אם תוך כדי תפילתו חשב על דברים אחרים - עדיף לו להפסיק עד שמחשבתו תחזור לכוון על התפילה, ואז ישוב לתפילתו.

לא רק בדורנו ישנם מקרים כאלה של חסרון כוונה בתפילה. מסופר בירושלמי [ברכות פ"ב ה"ד] על מספר אמוראים שסיפרו על עצמם כי נפגמה כוונתם בתפילה.

רבי חייא העיד על עצמו שלעולם לא הצליח לכוון בכל התפילה, והגם שהיה מנסה להתרכז בתפילה כולה הרי שפתאום מצא את עצמו מהרהר מי יותר חשוב לפני המלך שר זה או שר אחר. שמואל העיד על עצמו שהיה מונה אפרוחים בתפילה. רבי בון בר חייא היה מונה את שורות הבניין, ורבי מתניה אומר "אני מחזיק טובה לראשי שהגם שאיני שם לב למה שאני אומר הרי שהראש יודע לכרוע כשמגיעים ל"מודים".

בפירוש "פני משה" על הירושלמי מבארים שלא היה ביטול כוונתם בגלל שעסקו בדברים בטלים חלילה, אלא שהיו עסוקים כל הזמן בדברי תורה, והעיסוק הזה הוציא אותם ממחשבתם בתפילה.

מכל מקום למדנו שקשה לכוון בתפילה מתחילתה ועד סופה. לכן גם אם התחיל להתפלל ולא כיוון, שלא יתיימש, אלא שיכוון מכאן ואילך, וירוויח מה שיכול להרוויח.

ושלא ייווצר מצב שאדם יגיד אני לא מרוכז עדיף שלא התפלל בכלל. ההיפך הוא הנכון, עצם התפילה היא הקשר החזק ביותר עם הקב"ה ואדם נמדד לפי אופיו. אם קשה לו להתרכז ובכל זאת התפלל וכיוון בחלק קטן מהתפילה, גדול הוא יותר ממי שתפילתו שגורה בפיו ללא נסיונות ומכוון בכוונה גדולה. אותם אנשים שקשה להם לכוון, בימים גדולים ובזמנים שבאים עליהם אסונות ח"ו הרי שגם הם מכוונים בכוונה שלימה ומגיעים להתעלות רוחנית יותר גבוהה ממי שמכוון באופן קבוע.

להלכה: כל שכיוון ליבו בפסוק הראשון של קריאת שמע, וכיוון לבו בברכה ראשונה של תפילת שמונה עשרה יצא ידי חובתו.

אסיים במשל בשם האר"י ז"ל: "הכוונה היא כמו כנפיים", שעל ידי הכוונה התפילה פורסת כנפיים ועפה עד כסא הכבוד ומתקבלת. אך כאשר אדם מתפלל בלי כוונה הרי שתפילתו נשארת למטה כי אין לה "כנפיים לעלות", ומתי תעלה? אך גם לזה יש תקנה - בתפילה הבאה שהאדם יכוון יזכה שתעלה תפילתו יחד עם כל התפילות שלא עלו...

יהי רצון שהקב"ה ישלח רפואה שלימה לאבי היקר צבי בן בילה ולאמי היקרה חיה אסתר בת פייגה ציפורה, ושיתקבלו כל תפילותינו ברצון לפני הקב"ה, אמן ואמן.

תפילה מתוך ענווה - שבח לפני בקשה

משה לוי

נקודה שמציקה מעט בעניין התפילה היא ברכת השבח שאנחנו צריכים להקדים לברכות הבקשה. גם שלושת ברכות השבח שבהם פותחים את תפילת שמונה עשרה, וכן פסוקי דזמרה. לעיתים זה נותן קצת הרגשה של צביעות, כאילו אני משבח רק בשביל לקבל את מבוקשי לאחר מכן.

ננסה בס"ד לקבל השקפה נכונה יותר לגבי הקדמת ברכות השבח לתפילה.

תחילה נקדים את דברי הגמרא [שבת יב, א]: "תנו רבנן: **הנכנס לבקר את החולה אומר: שבת היא מלזעוק, ורפואה קרובה לבוא**".

מין הרב קוק נדרש למאמר חז"ל זה בספרו עין איה [פ"א מאמר מ"ג] והוא הסביר שעניין החולי שבא לאדם, יכול להתפרש בשתי מדרגות: המדרגה הראשונה, שמתוך החולי האדם יתעורר עד כמה הוא שפל בפני הקב"ה ועל ידי כך יתעורר לתשובה, וכן יבוא לזעוק לה' שיושיעו. והמדרגה השנייה והיא גבוהה יותר, שהחולי יזכך את דעתו לדעת כי לא מה שרואים בעניים הוא בהכרח נכון, אלא גם הרעות שפוקדות את האדם, אם זה מה שה' בחר בשבילו, כנראה שזה מה שהוא צריך, ועל כן לא יבוא לזעוק, וזה הכוונה במאמר הגמרא: "**שבת היא מלזעוק**". **בשבת לא זועקים. מי שבמדרגת שבת - יודע לא לזעוק**.

נמצאנו למדים ששבת הוא היום האידיאלי ובו אנחנו למעשה מגיעים לעיקר התכלית שלנו אחרי כל התלאות ועסקי הפרנסה של השבוע. לא זו בלבד אלא שאנחנו צריכים למשוך מאורו של יום זה לכל השבוע. את זאת

לומדים מ"שמור ו"זכור", ששמור מתייחס יום השבת עצמו, וזכור - מתייחס לכך שצריך לזכור את השבת ולמשוך את קדושתה למהלך כל השבוע, כמו הסיפור על רשב"י ובנו שכאשר יצאו מהמערה בפעם השנייה וראו זקן בערב שבת בבין השמשות שמחזיק שני הדסים, אחד כנגד שמור ואחד כנגד זכור, ומתוך כך ראו שאפשר למשוך את תכלית החיים גם לחיי השעה, ולכן התיישבה דעתם ולא שרפו אותו כשם ששרפו בראשונה [עיין איה שבת פ"ב מאמר רע"ח]. **אז ביום שבת המיוחד הזה אנחנו מגיעים להבנה שהכל לטובה ולא זועקים.**

ישנה נקודה נוספת. הגמרא במסכת שבת מספרת על **רבא** שכשהיה הולך להתפלל "הוה שדי גלימא ופכר ידיה ומצליה" - **היה משליך את גלימתו, ומחזיק ידיו אחת בתוך השנייה**, להורות שבכוח ידיו שלו אין הוא יכול דבר, וכולו תלוי בה'. הוסיף רבא ואמר: "כעבדא קמיה מריה" - **כמו עבד בפני רבו.**

הנהגתו של רבא היתה כדי **לגשת לתפילה מתוך ענווה**. הוא אף נהג בהמחשה חיצונית כדי להסיר לגמרי את הגאווה כשהיה מגיע לתפילה. הנהגה זו תואמת עם העיקרון "שבת היא מלזעוק", כי כאשר אתה מבין את מיקומך, וכמה אתה קטן לפני ה', ממילא אתה סומך על הגדול, ומבין שכל מה שהוא עושה הרי הוא טוב יותר מעצתך שלך. וממילא אתה לא זועק. ומתוך הבנה זאת ננסה להבין את עניין הקדמת ברכות השבח לבקשה.

הגמרא במסכת ברכות [דף לב ע"א] מביאה את דרשתו של רבי שמלאי: **"לעולם יסדר אדם שבחו של הקב"ה ואח"כ יתפלל**, מנין לנו? ממשה, דכתיב 'ואתחנן אל ה' בעת ההיא'..., וכתיב: 'ה' אלוקים אתה החילות...'. וכתוב אחריו 'אעברה נא ואראה את הארץ הטובה'."

מכאן שלפני שִׁמְשָׁה בִּיקֶשׁ לַעֲבוֹר וּלְרֵאוֹת אֶת הָאָרֶץ הוּא הַקָּדִים בִּשְׁבַח "אַתָּה הַחִילוֹת". מִסְבִּיר מֶרֶן הֶרֶב קוֹק בְּעוֹלַת רֵאִי"ה, **שְׁבַעַת שְׂאֵדָם מִתְּפִלָּל צָרִיךְ לְהִסִּיר מִתְּפִילָּתוֹ כָּל מַחֲשֵׁבָה שֶׁל רִצּוֹן לְשָׁנוֹת אֶת חוֹק ה' יִתְבַּרֵּךְ**, כִּי כְּמוֹבֵן דַּעַתְךָ הִיא דַּעָה כּוֹזֶבֶת בִּיחֹס לְאַלּוּקוֹת. רֹצֵה לֹמֵר שֶׁעֲנִיִּין הַתְּפִילָּה הוּא דָּבָר גָּדוֹל הֶרֶבָה יוֹתֵר מִמָּה שֶׁנִּרְאָה בְּעֵינֵינוּ - "לְבַקֵּשׁ אֶת מָה שֶׁאֲנַחֲנוּ צָרִיכִים". הָאֲמֵת הִיא שֶׁהַתְּפִילָּה הִיא עֲנִיִּין גָּדוֹל מְאוֹד בְּהַשְׁלַמַּת הָאָדָם, וְכֹאשֶׁר הָאָדָם פְּשוֹט מִבְּקֶשׁ אֶת רִצּוֹנוֹ, נִרְאָה כְּאִילוֹ שִׁינָה אֶת עֲנִיִּין הַתְּפִילָּה לְדַבֵּר נִמּוֹךְ בְּהֶרֶבָה מִתְּכִלִּיתָה הָאֲמִיתִית שֶׁאֲוֹתָה קִבַּע הַקִּבְי"ה. עַל כֵּן, לִפְנֵי שֶׁאֲנַחֲנוּ מִבְּקֶשִׁים אֲנַחֲנוּ מֵרַבִּים בִּשְׁבַח כְּדִי לְהַשְׁאִיר אֶת הַתְּפִילָּה בְּצַבִּיוֹנָה הַנְּכוּן. וְאִם מִשֶׁה רִבִּינוּ, שֶׁהוּא בּוֹדָאֵי לֹא בֹא לְהַמְעִיט בְּבִקְשָׁתוֹ מֵעֶרְכָה הַנְּכוּן שֶׁל הַתְּפִילָּה, בְּכָל זֹאת הַקָּדִים בִּשְׁבַח, אֲנַחֲנוּ לֹא כָּל שָׂכָן!;

אֶת הַדְּבָרִים הַבְּאִים לֹא רֵאִיתִי בְּמִפְּוֹרֶשׁ בְּדַבְרֵי הֶרֶב אֲבֵל נִרְאָה לְעַנִּי"ד שִׁישׁ כְּאִן גַּם נִקּוּדָה שֶׁכֹּאשֶׁר אֲתָה מִבְּקֶשׁ מִשֶׁהוּ אֲתָה הֵרִי מוֹצִיא אֶת עֲצַמְךָ מִתּוֹךְ בַּחִינֹת "שֶׁבַת הוּא מִלְּזַעוֹק" כְּמוֹ שֶׁהִזְכַּרְנוּ לְעִיל (בְּכַךְ שֶׁאֲתָה זֹעֵק לְקַבֵּל מִשֶׁהוּ, הֵרִי שֶׁאֲתָה חוֹשֵׁב שֶׁמִּשֶׁהוּ אַחַר טוֹב לְךָ יוֹתֵר מִמָּה שֶׁקִּיבַלְתָּ). וְאוּלַי יֵשׁ פֶּה גַם מִיֵּדֶת גְּאוּוֹה בְּכַךְ שֶׁאֲתָה חוֹשֵׁב שֶׁדַּעַתְךָ נִכּוֹנָה יוֹתֵר מִדַּעַת ה' חִלִּילָה, וּבְגַלְלֵזָה אֲתָה מֵרֶשֶׁה לְעַצְמְךָ לְבַקֵּשׁ מִשֶׁהוּ שֶׁלֹּא קִיבַלְתָּ עַד עַתָּה. עַל כֵּן צָרִיךְ קוֹדֵם לְהֶרְבּוֹת בִּשְׁבַח כְּדִי לְהֵרֵאוֹת אֶת מִיקוּמְךָ הַנְּמוּךְ, וְעַד כִּמָּה אֵין בְּאֲמֵת סִיבָה הַגִּיוֹנִית לְשָׁנוֹת מִדַּעַתוֹ שֶׁל הַמְּקוֹם, וְרַק אִזּוֹ בְּאִימָה וּבְרַעְדָה אֲתָה פּוֹנֵה לְבַקֵּשׁ רִצּוֹנְךָ.

--- ❧ --- תפילה - ❧ ---

ומפני כך כדי להוסיף בסוף תפילתו "והטוב בעיניך עשה", כדי לומר שאמנם אני מבקש דבר מסוים כי אני חושב שהוא טוב לי, אך אם אתה בורא עולם יודע שהוא לא טוב עבורי אנא עשה כטוב בעיניך, כי הטוב בעיניך זה הכי טוב בשבילי.

יהי רצון שנזכה לעשות רצוננו כרצונו, והוא יעשה רצונו כרצוננו, ויבנה ביתו בקרוב אמן!

פתח שעון! שעה!

רן טייב

לכל אחד קורה או קרה שהוא מרגיש עמוס, שבא לו להתפוצץ ואין לו רוגע, אם זה בבעיות בבית... עם האשה, פרנסה או סתם קושי עצמי.

כשאנשים במצוקה הם פונים לתפילות. מי לא מכיר את שחרית מנחה ערבית, תהילים וכדו'... בודאי שתפילות אלו יקרות מפז ומפנינים ואין גבול לערכן, אך מעט אנשים מכירים את התפילה האישית!

בתפילה זו אינך צריך להיות גדול בתורה או בעל זכות אבות. רק להיות יהודי עם לב שמוכן לפתוח את לבבו לחבר או האבא הכי טוב שקיים - הקב"ה!

תפילה זו מוכרת בשם "התבודדות".

תפילה בין אדם למקום, במילים של האדם בעצמו, נקראת התבודדות. רבי נחמן מברסלב קורא להתבודדות - "מעלה גדולה עליונה מן הכל!"

זאת הדרך שלך לדבר אל הקב"ה ישירות! פנה לך זמן ביום שלך. מצא מקום שקט ולך תעשה שחני"ש עם אבא שלך!

רבנו אומר שצריך ל"פרש שיחתו" לפני ה'. משהו מציק לך? לא הולך? פנה אליו! דבר איתו כמו אל חבר הכי טוב שלך!

אנשים חושבים שלפרש שיחתו זה לדבר מה שעולה לך בראש... אך לא!

כמו שאתה לא בא לחבר כאילו מוכר במכולת תן לי, תביא לי... כך לא תבוא לפני ה' סתם ככה. דבר איתו בפתיחות... תסביר לו את טענותיך. אמור לו מה שיושב לך על הלב! אתה רוצה משהו? פנה אליו! לא יודע מה אתה רוצה? קודם תחליט מה אתה רוצה! מה אני רוצה מעצמי! ואם בכל זאת אתה לא יודע מה אתה בדיוק רוצה - גם על זה אתה יכול לדבר איתו. תגיד לו שאתה לא יודע מה אתה בדיוק רוצה ועל זה באת לדבר איתו. גם זו שיחה. ככה מדברים עם אבא! על הכל!

זה הדבר הכי יקר שיש! יותר מכל כסף שבעולם! זה בדיוק מה שאתה רוצה וצריך! יאללה רוץ לך דבר איתו! פתח שעון יש לך שעה ביום! פנה לך זמן מכל היום העמוס שיש לך! מתוך 24 שעות שעה ביום זו שעה של ברכה! נטו בשבילך!

כמו בנאדם שעובד בחברה גדולה! כל היום עבודה רעשים אנשים מסביב. אומרים לו! בחר שעה... המנכ"ל ישמח לדבר איתך ורק איתך שעה שלמה! מה שאתה רוצה וחושק דבר איתו! לא טוב לך בעבודה? תגיד לו בפירוט מה לא טוב ומה היית רוצה לשנות. המנהל מעוניין לשמוע אותך!

כך ויותר מכך זה עם הקב"ה! הוא רק מחכה לך! תפנה זמן לא בשבילו! בשבילך!!!

"לא... רגע... אני לא יודע... זה באמת פועל?!"" כן! אם לא תבזבז את הזמן שלך ותעשה כפי שרבינו אמר לך! אתה תצליח! היצר הרע רוצה למנוע ממך את הטוב הזה ולכן יתן לך את הכל הסיבות שבעולם לא לעשות! "עזובבתך! אין לך זמן לשטויות האלה... הקשיים כבר יסתדרו מעצמם. תן לזמן ללכת... אין לך למה לדבר לחינם".

היצר הרע הוא כמו ילד שמציק בגן! הוא מציק לך... בועט בך... מכשיל אותך... כאשר תלך לפנות לגנת לפתוח את לבך הוא יתן לך תירוצים... "לא לא לא! אל תראה אותי ככה. בסדר, מצטער, זה רק פעם אחת. זה לא יקרה שוב".

קורה לפעמים שקשה לפתוח לפני הקב"ה. השפתיים לא נפתחות. מקבל בלקאווט. הביישנות והלב משתקים אותנו. הפתרון הוא התמדה! ננסה עוד פעם. לא הצליח? שוב ושוב ושוב... ואם לא עוזר נהפוך אותה לתפילה... נוסח קטן שיהיה לך!

**"אלוקי ! אנא עזור לי לדבר איתך! אני לא מסוגל לפתוח את פי!
אנא עזור לי".**

ונחזור על תפילה זו כמה פעמים עד שהדלת תיפתח ונשפוך את ליבנו. ואם גם זה לא נוכל... לא קרה כלום! נזכור תמיד שיש ערך רב להשתדלות בעצמה! ללא קשר לתוצאות. גם השתיקה המחולטת מול הקב"ה מועילה מאוד. עצם הריכוז מולו יתברך כבר מועיל. ולא לדאוג. בהתחלה אתה תשתוק אך יום יבוא וגל גדול של מילים שרצית לשפוך יצאו... ושמחה תאיר אותך, אותנו!

אדם יקר! יש 24 שעות... פנה זמן למשך שעה אחת, ואותה שעה תתן לך הצלחה ל23 האחרות. דבר בצורה של "לפרש שיחתו" קח את הדבר שאתה רוצה אותו, הסבר למה אתה רוצה אותו... ואל תשכח לפרש כל משפט ורעיון בכל דרך שהייתה מפרש בשיחה רגועה עם חבר טוב... בלי לחץ בלי סיבוכים.

יהי רצון שנזכה כולנו לקבוע את השעה שלנו ביום לדבר עם החבר הכי טוב שלנו, כי מי מכיר את המוצר יותר טוב מהיצרן?!

התפילה - הכרח, תענוג או תועלת?

שי דהרי

לפני שנים רבות, חי לו עלם חמודות בשלוחת שעלבים. העלם הצעיר היה שמן, מדוכא ולא מועיל.

ישב העלם וחשב מה יעשה עם שארית חייו. יום אחד כשהיה מהלך בחוצות שעלבים, פגש את שחקנו המוערץ (מסי). שאל אותו השחקן: "למה הנך שמן, מדוכא ולא מועיל?"

ענה לו העלם: "ואללה אין לי מושג, יש לך כיוון?"

אמר לו השחקן: "יש לי עצה בשבילך. דבר ראשון - אתה מוכרח להוריד במשקל בין אם אתה רוצה ובין אם לא. זה פוגע לך בבריאות ועלול להביא למותך. חוץ מזה, אני שם לב שאתה בדיכאון. אתה חייב לעשות משהו שיגרום לך לחיות בשמחה. לא ייתכן שאינך מועיל בחייך בשום דבר, לא לעצמך ולא לעולם!". "השחקן הוסיף ואמר "יש לי פיתרון לכל הבעיות שלך - אם תתחיל לשחק כדורגל כל בעיותיך יפתרו. גם תהיה בריא, גם תהיה שמח וגם תועיל לך ולעולם כולו."

נתרצה העלם וכעבור זמן הפך לאחד משחקני הדור, בריא שמח ומועיל.

עד כאן המשל. וכעת לנמשל.

ההבנה שהדבר מוכרח, מביאה לאדם תחושת עונג, תחושה שהוא יעיל ומועיל. הבנה יסודית זו היא שיכולה לקחת כל אדם, ולקדם אותו אל תכליתו ברמ"ח איבריו ושס"ה גידיו.

"התפילה היא לנו ולעולם כולו הכרח גמור וגם תענוג היותר כשר שבתענוגים... ואותו המשקל שהכרעתנו הפנימית פועלת על המציאות שגם פנימיותנו היא אחת מחלקיה, מכריע גם את כל העולם כולו לכף זכות" [עולת ראייה פתיחה, ו].

נראה לפי דברי הרב קוק, שלתפילה צריכים אנו להתחבר בקלות מפני שיש בה 3 דברים אלו: א. הכרח; ב. תענוג; ג. תועלת.

נשאלת השאלה: אם יש אפשרות כל כך פשוטה וטבעית להתחבר לתפילה מכח הבנה זו, למה אנו לא מחוברים כל כך?

התשובה היא שכנראה אין אנו מרגישים או יודעים שהתפילה היא לנו הכרח תענוג ותועלת.

למה התפילה היא הכרח?

נשמת האדם מחפשת בתמידיות מקום בו הכל טוב, יש רפואה לכולם, יש סליחה בעולם, צדק ויושר, חסד ורחמים מופיעים בשלמות, פרנסה ושפע, יראת ה' וחוכמה מצויים לכל, קדושת ישראל מופיעה בעולם ואור הגאולה זורח. שאיפות פנימיות אלו מתנגשות במציאות המצומצמת וה"חסרה". **ככל שהאדם מפתח רצון לשלמות יותר גדולה יוצר הוא פער גדול יותר בין הרצוי למצוי,** "ומתוך כך הננו מוצאים את עצמינו שרויים בצרה גדולה שדאבונה יכול להעביר אותנו על דעתנו ועל דעת קוננו".

מוכרח האדם למצוא לו מקום זמן בו יוכל לפרוק את משא החיים ולהמשיך לרצות את אותה שלימות, את אותה דרישה תמידית של נשמתו, מבלי להתחשב במגבלות הגוף והעולם, כדי שלא יאבד את רצונותיו וימשיך להתקדם לעברם.

מקום זמן זה הכרחיים לאדם ביותר, ואם אינו עושה כן, אזי העצבות, הצער, הייאוש, חולי הנפש וחוסר חדות החיים הופכים לרעיו הטובים ביותר.

מקום זמן זה הוא הנקרא תפילה.

איזה תענוג קיים בתפילה?

התענוג מהתפילה נובע מ-2 סיבות עיקריות:

א. "שופכים אנו את שיחנו לפני בורא עולם ומתנשאים אנו לעולם של מציאות שלמה בתכלית השלמות. ואז גם עולמינו הפנימי נעשה באמת שלם בתכלית השלמות". ע"י הדמיון, המחשבה והרגש, האדם זוכה לחיות עוד בחייו פה בעולם הזה בעולם שלם, לו הוא משתוקק כל ימיו, ואט אט הופך הוא בעצמו להיות חלק מאותה מציאות שלימה זו, בדעותיו, רגשותיו ומעשיו. תופעה זו ניתנת לאדם במתנה ע"י התפילה.

ב. למדנו על ההכרח בתפילה, וכשהאדם מקבל את מה שהוא מוכרח לו מטבעו, ומשלים את החסר לו, מגיע הוא לידי שמחה ותענוג. כי שלמות ושמחה קשורים ותלויים זה בזו.

איזה מין תועלת יש בתפילה?

לכל התרחשות נפשית יש שרשרת של תגובות שבאים לידי ביטוי ביציאה מהכח אל הפועל במעשי האדם. לכן כשהאדם משנה את נפשו בעקבות התפילה, את שאיפותיו ורצונותיו, את מגמתו הכללית, יש לזה השלכות מעשיות. וכשבכל יחיד נפעלת פעולת התפילה, אזי התועלת לא רק לאדם הפרטי עצמו, אלא לציבור שלם, לאומה שלימה, וממילא לעולם כולו.

לסיכום, בשביל להתחבר למהו, צריכים אנו להרגיש שיש לנו קשר לדבר. הקשרים החזקים ביותר, מלבד היותם קושרים את האדם לדבר, קשורים הם אחד בשני. והם:

- א. מה שהאדם מוכרח לעשות מטבעו.
- ב. מה שמביא לאדם עונג ושמחה.
- ג. מה שמביא לאדם תועלת או שהאדם מרגיש שהוא מועיל לזולת בדבר זה.

את 3 קשרים אלו אנו מוצאים בהשפעת התפילה על האדם וממילא אנו קשורים אל התפילה בקשר בר-קיימא מטבעו.

יזכנו ה' שנזכה לחוש ולהבין את השפעת התפילה על אורח חיינו ולעבוד עבודה זו בשלמות, אמן ואמן!

צעקה

שלמה ליגאלס אדנה

מעשה היה בבעל משפחה מרובת ילדים שדר בצפיפות ואשתו היתה כבר בהריון שמיני. בבית היו רק 3 חדרים קטנים וצפופים והמצב היה קשה עד שהגיעו מים עד נפש. הבנאדם הלך לספר לרב על המצב הקשה, ושהוא התפלל על דירה כל כך הרבה תפילות, למעלה מחמש מאות תפילות, וגם ניסה את כל הסגולות. הוא שאל את הרב מדוע הוא לא נענה האין זה מייאש? האין זה מורה שהקב"ה אינו חפץ כבר לשומעני?

הרב ניזכר מיד במשה רבנו שהתפלל תקט"ו תפילות כדי ליכנס לארץ ישראל ולא זכה. שאל אותו הרב, מה לדעתך חש משה רבנו אחרי כל התפילות האלה? ואל תישכח שהתפילות של משה רבנו היו חדות כחרב ובכוונה אמר לו הקב"ה "רב לך אל תוסף דבר אלי עוד בדבר הזה", כי אם לא היה מצווה עליו להפסיק - היה מתפלל עד עצם היום הזה. ואל תשכח שלך הקב"ה לא אמר להפסיק להתפלל, ומכאן שאתה יכול להמשיך להתפלל וע"י התפילה אתה יכול להגיע למדרגות גבוהות.

כל יהודי מאמין צריך לדעת שהקב"ה בוחן את האדם ובודק מה המטרה והתכלית אצלו בעולם, ומה האמצעי? האם התפילה והתורה המה המטרה והתכלית, או הבלי העולם הזה ושטויותיו?

בואו נתבונן. אדם מתפלל 500 תפילות על דירה ובסוף אם לא נענה הוא חושב שתפילותיו היו לבטלה. זה לא נכון. זה לא תקין. התפילות לא היו לבטלה. יש מצב שהקב"ה שומר לו את התפילות האלה לדבר אחר שהוא יצטרך, ובל נשכח שמותר לקב"ה להגיד גם "לא!", כמו אבא רגיל שלא על כל בקשה משיב בחיוב ובהסכמה. אם נבחן את הדברים נראה שאדם

המתפלל על דירה ושמח רק אם קיבל את הדירה, אך הינו עצוב אם לא נענתה בקשתו - טעה בגדול בקשר לתפילה. אצלו קבלת הדירה היא התכלית, והתפילה אינה אלא אמצעי כדי להשיג את התכלית הזו. תפיסה זו יוצרת למעשה זלזול בתפילה.

וכי יש זכות גדולה יותר מאשר להתקשר לה' ולהדבק בו?! ע"י התפילה אדם דבק באלוקיו, וגם אם הקב"ה מנע ממך את הדירה הרי עדיין זכית להתקרב אליו, שזהו העונג הגדול ביותר. זאת ועוד, דע לך שהתפילה שלך לא הלכה לאיבוד. היא שמורה לך או לזרעך לעתיד לבוא, שאם תבוא אתה או אחד מצאצאיך לעת צרה - זכות התפילה שהתפללת מזמן תוכל להועיל ולהציל אותך או אותם מהצרה.

כך עשה ה' לאבות הקדושים, שעשה אותם עקרים כי הוא התאוה לתפילתן. הוא לא עשה את זה כדי להציק להם, אלא כדי לזכות אותנו בהרבה דברים מכח תפילותיהם הכבירות.

כל אחד מוכרח להבין היטב! לו היתה לו אמונה אמיתית היה יכול לפעול בשיחותיו עם ה' יתברך ובדיבוריו הפשוטים כל ישועה שצריך לה בלי שום מגבלה טבעית, כי ע"י התפילה אפשר לפעול הכל ולשנות את הטבע. וכמו שהבורא הוא כל יכול כל מי שפונה אליו יתברך הוא גם סוג של כל יכול.

עוד צריכים לזכור שהקב"ה ברא את כל העולמות במילים, כמו שנאמר: **"וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים יְהִי אוֹר וַיְהִי אוֹר"**, וכן **"בְּדַבַּר ה' שָׁמַיִם נִעֲשׂוּ וּבְרוּחַ פִּי כָל צְבָאִים"**. גם אדם בורא את עולמו בתפילה.

כדי להמחיש את הדברים נציין עוד משל: מעשה במלך שהיה לו בן יחיד ואהבו כנפשו. הוא לימד אותו תכסיסי מלחמה ונתן לו רשות למנות שרים כרצונו ולהורידם מתי שהוא חפץ. בן המלך נהג בחכמה וכל אותם שרים שהיו נאמנים ומוכשרים קירב אותם, ולעומת זאת את אלה שבגדו בו והיו מושחתים ריחק אותם. אחד השרים שהודח מתפקידו נטר איבה וטינה וזמם לנקום את השפלתו וחרפתו. המלך ידע כל מה שנעשה וסמך על חוכמתו של בנו שלא יפול בפח של אויביו, אבל דבר אחד הוא דרש מבנו שיתרחק מאד מיין ומשכר. הבן שאל, למה אבא? ענה המלך, משום שיש לך אויבים בחצר האורבים לך ובוחנים את צעדיך. רק אם תהיה צלול בדעתך תוכל להתמודד נגדם אבל אם תשתה תיסתר בינתך ואז יגברו עליך ותאבד. כמובן שהבן הסכים לתנאי שהציב אביו.

הוסיף המלך ואמר, אם תיפול בידיהם ויכלאו אותך קח את הגולות האלה ואת שרשרת המזל. זכור עוד שבכל יום ראשון אני עושה סיבוב בכל העיר. אז אם תצטרך אותי פזר את הגולות האלה, ואם אתה נמצא באחד הבתים תפתח את הדלת ורוץ אליי.

יום אחד הוא שתה לשכרה ולקחו אותו למקום המחבוא שהוכן מראש. נזכר הבן במה שאביו אמר לו, והנה הוא שתה וכעת הוא שבוי בידי שונאיו. אחרי כמה ימים הביט במפתח וראה שהוא מיוחד במינו. זה היה מפתח שפותח את כל הדלתות. הוא חיכה ליום ראשון וכשנשמעו קולותיהם של פרסות הסוסים וצלצול הפעמונים פרץ אל החצר וצעק "אבא, אבא, סלח לי...". המרכבה עצרה והמלך פנה אליו בזרועות פתוחות ואמר, ידעתי בני. ידעתי שתבין ותדע מה לעשות כדי להנצל.

--- ❧ --- שְׁלוּזֵי מִצְוֹת – תְּפִילָּה ❧ ---

הנמשל מובן: המלך הוא הקב"ה ואנו בניו. נצטוונו לעמוד על עורמתו של אחד השרים שהוא השטן. עלינו לדעת שהוא זומם ללכדנו ברשתו וצריכים להיזהר מפניו. לכן עלינו להימנע מלהשתכר בתאוות המטמטמות ליבו של אדם. אבל המלך - מלכו של עולם, האב הרחמן - בא והנחיל לנו מפתח שפותח כל שער. למפתח זה קוראים "צעקה" - תפילה לה' מקירות הלב.

זעקה מעמקי הלב פותחת את שערי השמים, וחזקה על תפילה כזו שתישמע.

יהי רצון שיתקיים בנו הפסוק "צַעֲקוּ וְה' שָׁמַע וּמְכַל צַרֹתֵם הַצִּילֵם" [תהלים לד, יח].

יאלה אחי קום כבר !!!

נריה נמיר

”יתגבר כארי לעמוד בבוקר לעבודת בוראו שיהא הוא מעורר השחר”
[שו”ע א, א].

המקור לדברי השו”ע הוא מדברי הטור, שמביא את המשנה באבות ”יהודה בן תימא אומר הוי עז כנמר וקל כנשר רץ כצבי וגיבור כארי לעשות רצון אביך שבשמים”, וכותב הטור בהמשך דבריו: ”לכן צריך האדם להתגבר כארי לעמוד בבוקר לעבודת בוראו. ואף אם ישיאנו יצרו בחורף לאמר איך תעמוד בבקר כי הקור גדול או ישיאנו בקיץ לאמר איך תעמוד ממטתך ועדיין לא שבעת משנתך, התגבר עליו לקום שתהא אתה מעורר השחר ולא יהא הוא מעירך”.

בפרישה כתב על זה: ”קודם עלות השחר הוא צריך שיעמוד ויכין עצמו לעבודת בוראו, ואז יצרו מתגבר עליו לישון יותר מבכל הלילה כדי לבטלו מעבודת יוצרו”.

אז אמנם אנחנו עדיין רחוקים מהדרגה לקום בעלות השחר, ולא על זה אנחנו נלחמים כעת, אך מה שכואב הוא שקשה לקום גם בשבע בבוקר לתפילה. מצוות השכמת הבוקר היא אחת המצוות הקשות ביותר ליהודים. נכון שאני אוהב את השם ואני מבין את הצורך להתפלל אליו, אך עם כל זאת לקום בשבילו שעה וחצי לפי הזמן כל בוקר מאוד קשה לי. מנחה אני לא מפספס וב”ה גם ערבית לא משום שבתפילות אלה אינני צריך לשבור יצר כל כך חזק של השינה כמו בשחרית, שעליו אמר הטור ”יתגבר כארי”.

כי בשביל לקום לתפילת שחרית צריך להיות אריה.

אך באמת אם נתבונן היטב, עניין השכמת הבוקר איננו דבר קשה כל כך כפי שהיצר מנסה לצייר לנו אותו. והדרך להצליח בזה היא מלחמה שבעיקרה היא פסיכולוגית. כמו שאומרים "הכל בראש".

ניקח לצורך העניין את משה. בחור אשר מאוד אוהב לישון אך עם זאת מבין את הצורך שבתפילה. אותו משה במשך כמה שבועות שם שעון מעורר אך בבוקר הוא מכבה אותו מתוך שינה וממשיך לישון. גם כשאימו מנסה להעירו הוא באמת איננו שומע. מה יעשה משה? עליו לזכור שהמלחמה לא מתחילה בבוקר. אז זה כבר מאוחר. המלחמה מתחילה מהלילה הקודם. לכן עליו לשאול את עצמו בשעה 7 בערב האם הוא באמת רוצה לקום ב7 בבוקר.

בכל אדם יש את הרצון של 7 בבוקר ואת הרצון של 7 בערב, ומשה צריך להיות אמיתי עם עצמו ולבדוק האם משה של 7 בערב באמת רוצה לקום ב-7 בבוקר. במידה ומשה של 7 בערב איננו רוצה לקום ב-7 בבוקר העבודה שלו שונה לחלוטין, והטיפול חייב להיות מהשורש. חובתו ללמוד ולהעמיק בחשיבות התפילה עד שיהפוך את משה של 7 בערב למשה שבאמת רוצה לקום ב-7 בבוקר. אם ב"ה זכה להגיע למדרגה שב-7 בערב הוא באמת רוצה לקום, והוא מחליט בדעתו שאין שום סיכוי שהוא נותן לעצמו להמשיך לישון ב-7 בבוקר, אז יהיה לו הרבה יותר קל פיזית, משום שברצון הוא כבר ער. את מרבית המלחמה הקשה הוא כבר פתר.

אך מה לעשות, שגם המלחמה הפיזית עם השמיכה והכרית הנעימה גם היא לא פשוטה!?

ארשום כמה עצות אשר הוכיחו את עצמן על בשרי.

אחת הדרכים של היצר הרע לנצח אותך בבוקר הוא להכניס אותך להתלבטות ברגע שאתה פותח את העיניים. אתה עדיין חצי ישן, ואז היצר מכניס בך ספקות האם לקום? אולי היום אוותר לעצמי קצת, הרי כל השבוע קמתי ואני לא רוצה להכביד על עצמי. כל מטרתו היא לא לנצח את הרצון שלך לקום אלא שתוך כדי ההתלבטות אתה כבר תירדם שוב, וכך ממילא לא תקום. לכן העצה היא לברוח מההתלבטות הזו וגם אם את ממש חייב את ההתלבטות הזו הרי שתעשה בישיבה על המיטה ולא כשאתה מכורבל בתוך השכיבה ואחוז בחבלי שינה, כי זה שגורם להמשך שינה ערבה. לכן, מיד כשמצלצל השעון העצה הטובה ביותר היא קודם כל להתיישב על המיטה עם הרגליים על הרצפה!

עצה שניה - חשוב מאוד שישיין בסביבת אנשים שמתמידים לקום בזמן, ויש להם את החשיבות להשכים גם את חבריהם (כמובן במידה וזה מתאפשר). ברגע שיתבונן בהם מתוך שינה ויראה איך שהם קמים בזריזות יהיה לו הרבה יותר קל לקום בעצמו, ובכך פתר האדם לעצמו בעצם את הקושי הפסיכולוגי בעניין השכמת הבוקר וגם את הקושי הגופני.

ועוד עניין שלדעתי מחזק מאד בהשכמת הבוקר: כתוב, שהשינה היא אחד משישים ממיתה. הכוונה היא שכשאדם ישן הוא סוג של מת אלא שנשאר בו קצת חיות המאפשרת לו להתעורר בבוקר. על כן אומרים שלקום בבוקר זה כל כך קשה, עד כדי כך שאם אדם מצליח לצאת מהמיטה, שהיא אחד משישים ממיתה, זוכה להינצל מעבירות שחייב עליהם מיתה.

יהי רצון שנזכה לשבר את תאוות השינה ולזכור כל הזמן מה התכלית האמיתית אפילו כשהכרית על הפנים והפוך נעים.

תפקיד התפילה והשפעתה

יוחאי יצחק

התפילה באה לבטא את אשר נמצא בפנימיות הנשמה. כלומר, שנשמתו של האדם תמיד מתפללת ומשתוקקת לצאת מן ההעלם אל הגלוי ולהשפיע על כל כוחות החיים שלו, ובלשונו של הרב קוק זצ"ל: "התפילה המתמדת של הנשמה מתאמצת היא תמיד לצאת מן ההעלם אל הגלוי... ומשתוקקת גם כן לגלות את מהותה" [עולת ראייה עמוד יא].

התפילה באה לתת ביטוי מילולי לעולמו הפנימי של האדם, וזהו העונג היותר עליון של הנשמה.

מִן הַרְבֵּ קוֹק מְבִיא שֵׁם מִשָּׁל נִפְלֵא. הַנִּשְׁמָה נִמְשַׁלֶּת לְשׁוֹשְׁנָה וְהַתְּפִילָה לְטַל וְקִרְנֵי שֶׁמֶשׁ. כִּשְׂאֵדָם מִתְּפַלֵּל בְּכוּוֹנָה הוּא מִשְׁפִּיעַ מִקְרָנֵי הַשֶּׁמֶשׁ עַל הַנִּשְׁמָה שֶׁהִיא הַשׁוֹשְׁנָה וּבִזָּה הוּא גּוֹרֵם לָהּ לִפְתּוֹחַ אֶת הָעֵלִים וְלִהְרָאוֹת אֶת יוֹפֵיָהּ וְהִדְרָהּ. לִכֵּן כֹּאשֶׁר אָדָם מִתְּפַלֵּל, נִשְׁמָתוֹ מֵאִירָה וְחִיָּה וְשִׂמְחָה. אֲךָ אִם אָדָם אֵינוֹ מִתְּפַלֵּל אוֹ שֶׁאֵינוֹ מִתְּפַלֵּל בְּכוּוֹנָה, נִשְׁמָתוֹ מִתְּמַלֵּאת לְכֻלּוֹךְ, וּמִתּוֹךְ כֵּךְ יֵשׁ לוֹ הַרְגֵשָׁה שֶׁל כְּבוֹדוֹת רוּחַ פְּנִימִית. מִתּוֹךְ כֵּךְ הוּא מִרְגִישׁ שֶׁעֲבוּדַת ה' הִיא עֲלָיו כְּמִשָּׂא. לְעוֹמֵת זֹאת, כֹּאשֶׁר אָדָם מְרַבֵּה בַתְּפִילָה וְתַחֲנוּנִים נִשְׁמָתוֹ הַפְּנִימִית מִתְּגַלֶּה וְעֲבוּדַת ה' שֶׁלוֹ נַעֲשִׂית בְּשִׂמְחָה [תְּמִימֵי דֶרֶךְ].

מִטְרַתָּה שֶׁל הַתְּפִילָה אֵינָה לְבַטֵּל אוֹ לְשַׁנּוֹת אֶת גְּזִירַתּוֹ שֶׁל הַקַּב"ה. מִטְרַתָּה הִיא לְהַבִּיא אֶת הָאָדָם לְמִקּוֹם עֲלִיוֹן וְנִשְׁגָב יוֹתֵר, לְהַבִּיא אֶל הַרוּמְמוֹת הָאֱלוֹקִית, וּמִתּוֹךְ כֵּךְ הוּא הוֹפֵךְ לְאָדָם אַחֵר, לְמִצִּיאוֹת אַחֵר. וּמִתּוֹךְ כֵּךְ הַגְּזִירָה כְּבֵר אֵינָה חֹלָה עֲלָיו [עוֹלַת רֵאִיָּה יֵד].

תפילה פרטית, אישית או כללית

האם תפילתו של האדם צריכה להיות פרטית או כללית?

האמת היא שרוב בני האדם אינם יכולים לחבר תפילה לעצמם. לא כל אחד משורר עליון. ואם כל אחד יעשה תפילה ע"פ מחשבתו התפילה עלולה להצטמצם לרובד מאוד נמוך של בקשת צרכים אישיים ולהתרגשות מתוך רחמים עצמיים. לכן יש לרומם את הרגש לעניינים כלליים ועליונים יותר.

הרב קוק כותב בספרו "מוסר אביך" שכל פעולה, ובפרט בעבודת ה', צריכה להיות מושפעת מרצונות אלוקיים גבוהים המושפעים ממנו יתברך, ומתוך כך נמצא שכלו מושפע מהקב"ה ומוכן להיות ניזון מאורו של ה', מכיוון שדרכיו תואמים עם הדרכים שה' בעצמו בחר. ואם ח"ו אדם מבטא רק את הרגשותיו וצרותיו הפרטיות נמצא שאדם מקלקל, מכיוון שהוא הטביע את צורת נפשו לא כפי שהקב"ה רוצה! ואז אינו כלי קיבול מתאים לקבלת האור האלוקי. מתוך כך הוא מתמלא בצער בגלל חסרון השלמות שאינו יכול להדבק בה.

תפילתו של האדם היא מבחן גדול למדרגתו הרוחנית [תמימי דרך עמ' 711]. למשל, אדם שמתפלל על אוכל שתיה והנאות, מצבו הרוחני הוא מאוד נמוך כי אינו מתעניין בתיקון העולם במלכות שדי. הוא מעוניין רק בהשגת רצונותיו האישיים. אצל אדם כזה זה לא משנה אם יהיה עבודה זרה בעולם או שיבנה בית המקדש. הוא רוצה שהנאותיו הפרטיות לא ייפגעו. לעומתו אדם המתפלל לצורך הכללי של עם ישאל, על בית המקדש, על ביאת המשיח, שנזכה לקדש את שמו יתברך בעולם ועוד כהנה, הוא אדם הנמצא בדרגה רוחנית גבוהה, והוא שעובד את ה' באמת כי עיקר ההנעה שלו להתפלל באה ממוקם של דאגה לכלל האומה ולא רק כדי לספק את צרכי גופו ורצונותיו.

מבריאת העולם ועד יעקב אבינו העולם היה בנוי מיחידים. הקב"ה מדבר אך ורק עם היחידים. מיעקב אבינו נולדו 12 השבטים ועד מהרה הפכנו לעם. והנה, מקדושת הפרט הנמצאת ביחידים בלבד הפכנו לקדושת הכלל הנמצאת בכלל ישראל. קדושת הפרט מצאנו גם אצל הגויים חסידי אומות העולם, אבל עינינו המיוחד של עם ישראל הוא קדושת הכלל. אנחנו עם קדוש. אין כאן הבדל כמותי אלא הבדל מדרגתי. עם הוא מדרגה אחרת לגמרי. זוהי מדרגה חדשה במציאות, והיא נמצאת לגמרי מעל מדרגת היחידים.

הקב"ה נגלה אל האבות בא-ל שדי, אך בשם הוי"ה ב"ה נודע רק למשה רבנו. הסיבה לכך היא שמשה רבנו היה "שליח" של כלל עם ישראל. ועם ישראל הוא לעילא ולעילא מן האבות, וכפי שכתוב בנוסח "נשמת כל חי": "בפי ישרים תתרומם, ובשפתי צדיקים תתברך, ובלשון חסידים תתקדש, ובקרב קדושים תתהלל. במקהלות רבבות עמך בית ישראל" - עמך בית ישראל הם מעל כל מדרגות הצדיקים הפרטיים [כוזרי ע"פ פירושו של הרב אבינר].

לסיכום, התפילה אינה כוללת רק עניינים אישיים ופרטיים אלא בעיקר דברים כללים. גם אם אין האדם מרגיש בכל הגדולות האלה, ודאי שהפתרון הוא לא להוריד את הרמה של התפילה אלינו אלא להעלות את עצמנו אל דרגת התפילה. כמובן שעל האדם ללמוד והתחזק בענייני התפילה עד שיגיע אל המדרגה המתאימה ואז תחול בו תזוזה נפשית עד שרצונו יתעורר לעשות למען קידוש ה' ותיקון העולם. לאט לאט מתחולל באדם שינוי, והרצון שלו נמשך להיות דומה לרצון ה'. האישיות נמשכת לאני העליון, הרוח והנפש מתאחדות בנשמה באמצעות התפילה [תמימי דרך עמוד 712].

יהי רצון שנזכה להתחבר אל התפילה, ונזכה להתרומם ולהביט במבט הנכון אל התפילה.

אמירת תהילים

צחי כהן

האם אין בעיה באמירת מזמור מסוים למטרת רפואה וכדו'?

אכן זו שאלה, שהרי **אסור להתרפאות בדברי תורה**, וחז"ל שאלו אם כן איך רבי יהושע בן לוי אמר פסוקים אלה ואלה לפני שהלך לישון? ותירצו שזה מותר, כי זה נועד כדי להגן [שבועות טו, ב]. נמצאנו למדים שאמנם אסור לומר פסוקים כדי להתרפא מצרה, אבל מותר לאומרם כדי להגן על עצמו מצרה שלא תבוא.

וכך פסק הרמב"ם: "הלוחש על המכה וקורא פסוק מן התורה... לא די להם שהם בכלל מנחשים וחוברים אלא שהן בכלל הכופרים בתורה, **שהן עושין דברי תורה רפואת הגוף ואינן אלא רפואת הנפש**, שנאמר ויהיו חיים לנפשך. אבל הבריא שקרא פסוקין ומזמורי תהילים כדי שתגן עליו זכות קריאתן וינצל מצרות ומנזקים הרי זה מותר [הלכות עבודה זרה יא, יב].

כלומר אמירת תהילים אינה לחש לרפא ממחלה, זה זלזול בתורה לומר כן. היא נחשבת רפואת הנפש ונועדה לזכך את האדם, ומתוך כך הזכות מגינה עליו מן צרה.

ספר "החינוך" פירש: "ואין הדבר חלילה דומה לעניין חובר חבר שזכרנו וכבר אמרו זיכרונם לברכה על זה: אסור להתרפאות בדברי תורה. אבל הזכירו לומר מזמורים אלו שיש בהם דברים יעוררו נפש היודע אותם לחסות בד' יתברך ולהשים כל מבטחו ולקבוע בלבבו ולסמוך על חסדו וטובו, ומתוך התעוררותו על זה יהי נשמר בלי נזק. והוא שהשיבו בגמרא

בעניין זה ואמרו: להגן מותר. כלומר לא אסרה תורה שיאמר אדם דברי תורה לעורר נפשו לטובה כדי שיגן עליו אותו הזכות לשמרו" [מצווה תקיב].

מכאן אתה למד, שאם המטרה היא להוסיף אמונה בה', אהבת ה', יראת ה' וביטחון בה', אז הזכות מגינה, ואין כבר הבדל אם מתפלל כדי להציל בריא ממחלה או לרפא חולה ממחלה [ענין שו"ת ציץ אליעזר יז, ל].

זה הכלל, לא אמירת התהילים כשלעצמה מצילה, אלא זכות אמירת התהילים. לכן יש גם מקום לייחד מזמור מסוים לעניין מסוים, לפי סוג התעוררות הנפש הנצרכת.

והאמת היא שיש לשאול: מה החשיבות של אמירת תהילים? האם היא משפיעה עלי או משפיעה בשמים? הרי כאשר אדם נמצא בצרה מדריכים אותו לומר תהילים, ויש פרק מסוים מתאים לכל צרה. האם יש הבדל בין אם קוראים מהר או בלי ניגון לבין קריאה איטית? כשאני אומר תהילים איני מרגיש שזה פועל עלי במשהו.

התשובה היא שכל המצוות פועלות על האדם וגם כן בשמים, ואלו שני דברים שהם אחד. כל ההוויה כולה הינה מאוחדת. הכל מחובר וארוג יחד. לכן כאשר יש שינוי בנשמה, אותו שינוי מתפשט בכל העולמות.

גם מצווה בלי כוונה פועלת על הנשמה ובשמים, וגם לה יש מעלה וסגולה. אך ככל שהיא נעשית בכוונה כך היא פועלת יותר. לכן עיקר אמירת תהילים הוא בכוונה, לאט ומכל הלב.

וכבר אמר הרמח"ל ב"מסילת ישרים" [בהקדמה] שאנשים טועים ביחס לחסידות: "ידמו רוב בני אדם שהחסידות תלוי באמירת מזמורים הרבה". כמובן גם לזה יש ערך, אך אין זו דרגת החסידות. ומהי הדרך לקניין החסידות: "ודאי שיעזרהו לזה רוב ההתמדה והעיון במזמורי דוד עליו השלום וההתבוננות בס במאמריהם ועניינם, כי בהיותם כולם מלאים אהבה ויראה וכל מיני חסידות, הנה בהתבוננו בס, לא ימנע מהתעורר בו התעוררות גדול לצאת בעקבותיו וללכת בדרכיו" (שם פרק כא) הרי שאמירת תהילים פועלת על האדם, בגלל שהיא מעוררת אותו לאהבת ד', יראת ד' ומידות טובות. וכל ספר "מסילת ישרים" מלא התבוננות בפסוקים תהילים.

ישר כוחכם במצוותכם הגדולה באמירת תהילים. במיוחד כאשר היא מלווה בהתבוננות במזמורים [תמימי דרך - הרב אבינר].

לעילוי נשמת רותי בת כרמלה ז"ל, נירית בת רותי ז"ל, סאלח בן בתיה ז"ל.
ת.נ.צ.ב.ה.

נשמת כל חי

אליה פוקס

בתפילת שחרית של שבת נהוג להוסיף קטע מיוחד בשם "נשמת כל חי" לפני "ישתבח".

אין ברצוני להתעכב על "נשמת כל חי" מההיבט שהיא חלק מהתפילה, אלא בהתייחסות אליה כסגולה לקבלת תפילות. כיוון אחר לגמרי, לכאורה...

חלילה וחס, אבל...

אם אתה נמצא בצרה כלכלית מורכבת...

אם יש לך חולה בתוך ביתך...

אם אשתך עומדת ללדת והרופאים אומרים שיש סיבוך...

או גם אתה אתה "רק" עומד לפני מבחן חשוב...

מה עושים?

מעבר להשתדלות הטבעית, שאנו חייבים בה, יש כמובן את הנטייה הטבעית לכל יהודי להתפלל להצלחתו בכל תחום. יש תפילה באופן ישיר לקב"ה, כתוספת לתפילה שתיקנו לנו רבותינו, או כתפילה עצמאית שכל אדם רשאי לחבר לעצמו ולפנות באמצעותה אליו יתברך.

כעת נתעכב על דרך שלישית - דרך סגולית. לא סגולה כמו סרט אדום או דבר שדומה לזה, אלא תפילה שהיא סגולה.

מקובל שאמירת "נשמת כל חי" מהווה סגולה להצלחה, ואדם מקבל על עצמו שאם ינצל מהצרה בה הוא נתון הוא מקבל על עצמו לומר "נשמת כל חי", ויש כאלה שמקבלים על עצמם לומר את התפילה בפני עשרה אנשים.

מעניין מי המציא את זה?

כתב בספר הכלבו [סימן ה] ש"זה השבח יסד שלמה המלך ע"ה, ותמצאנו חתום בראשי תיבות" (אין לי מושג היגן, אשמח שתעזרו לי...). והוסיף שם [סימן נ] ש"נשמת כל חי הוא שבח והודאה לשם על רוב נסים ונפלאות שעשה עם אבותינו ועמנו".

מי אמר שזה מועיל כסגולה להצלחה?

המקור הקדום ביותר לכך נמצא בספר חמדת הימים [חלק א סימן יא אות מו]. מחברו של הספר הוא ר' בנימין ב"ר מאיר הלוי, שהיה מתלמידי תלמידיו של האר"י הקדוש. המחבר חי לפני כשלוש מאות שנה.

והוא כתב בספרו את הדברים הבאים: "סגולת נשמת כל חי לעת צרה מר"י החסיד. קבלה בידינו מאת הר"י החסיד שגם הוא (נשמת כל חי) מסוגל על כל צרה שלא תבא לקבל האדם על עצמו שכשיהא ניצול ממנה לומר נשמת כל חי בתודה ובקול זמרה בפני עשרה, ובו נפוצו ונצולו רבים והוא בדוק ומנוסה אצלי". אמנם בספר חסידים שלפנינו לא מופיעה קבלה זו, אך נאמנים עלינו דברי הרב, וכנראה שהיתה זו מסורת שבעל פה.

גם בשו"ת מכתם לדוד לר' דוד פרדו [חלק או"ח סימן יג] כתב ש"סדר נשמת זה יש בו קצת דמיון לההלל... וכן נמצא כתוב למי שהוא בעת צרה שידור שכשיצילנו השם יתברך לומר סדר נשמת כל חי".

וכך כתב גם בספר בן איש חי [הלכות שנה שניה - פרשת תולדות אות ג]:
"שבח זה דנשמת כל חי, הוא יקר ומעולה מאד, וצריך לאומרו בנעימה, והוא מסוגל על כל צרה שאדם עומד בה, שידור נדר לומר אחר הצלתו מהצרה שבח זה של נשמת כל חי ויועיל לו, וכמו שכתוב בשם רבי יהודה החסיד ז"ל".

אחד המקרים בהם משתמשים בסגולה זו קשור למנהגם של אחינו הספרדים ביום הושענא רבה אחרי שלמדו כל הלילה, וכך כתוב בספר קיצור ילקוט יוסף [סימן תרסד]: "נוהגים פעה"ק ירושלים, שאחר עלינו לשבח, חוזרים הקהל לבית הכנסת ופותחים את ההיכל, וכל הצבור יחדיו ירננו באמירת "נשמת כל חי" מתחלתו ועד סופו, עד "ברוך מהולל בתשבחות" בלא הזכרת השם... ובסיומו אומרים: הרי אנחנו מקבלים עלינו בלי נדר קבלה גמורה לומר נשמת כל חי ביום הושענא רבה לשנה הבאה, בעת הזאת אחר תפלת שחרית ומוסף, ויהי רצון מלפני אבינו שבשמים שיחתום אותנו בספר חיים טובים ונזכה ונחיה שנים רבות ונעימות, ונגילה ונשמחה בישועתנו. והוא מנהג יפה".

מה כל כך מיוחד בתפילה זו שאנשים אומרים אותה ומתחברים אליה?

החידוש הוא שכל אחד מאיתנו יכול להשתמש בסגולה זו.

זה לא כישוף. זה לא מילות קסם. זה פשוט הגיוני. כשאדם נמצא בעת צרה זה שעת מבחן. מבחן לו ולאמונתו. אם הוא פונה לקב"ה זה כבר הצלחה, כי הוא יודע מי מנהל את העולם ולכן פונה אליו. כעת מעבר לזה, האדם מתחייב להודות לקב"ה כשינצל מהצרה. יש כאן תקוה, תקוה שיהיה טוב יותר ושאפשר לתקן. ויש כאן גם הכרת הטוב. כשאדם מתחייב להודות לקב"ה זה סימן שהוא מעריך את מה שעושים למענו, ולאדם כזה ברור שיותר קל לזכות בסיוע.

ומכאן למדנו עוד דבר, שאם נתחזק ביסודות הטמונים בתפילה זו ודאי שנוכל להתחבר יותר טוב לקב"ה וממילא נזכה לישועות מקיפות. היסודות הם: אמונה, הכרת הטוב והיכולת להודות בפה מלא על כל מה שעשו למעננו.

יהי רצון שהי' שנזכה לסייעתא דשמיא תמיד, ונזכה להתחבר אל הי' בכל עת ובכל שעה.

שינויים בתפילה!?

מיכאל לוי

אנו נמצאים בתקופת ימי בין המצרים, וכידוע לכולם תקופה זו רוויה בהלכות מרובות ולא פשוטות. מדובר על תחילת הקיץ, ואצל רבים מדובר גם על תקופת החופש, וכל זה רק מגביר את הקושי והרגשת ההגבלה.

המקור לימים אלו נמצא במגילת איכה בפסוק "כל רודפיה השיגוה בין המצרים". חז"ל דרשו הפסוק עוסק בימים שבין צום י"ז בתמוז לצום ט' באב. בימים אלו נכנסו האויבים של עם ה' לעיר הקודש ירושלים ופרעו פרעות בישראל עד שביום ט' באב הציתו בלהבות אש את היכל ה', היינו בית המקדש.

לכן נהגו כל בית ישראל בימים אלו למעט בשמחה ונוהגים מנהגי צער ואבלות הבאים לידי ביטוי במספר תחומים.

נתחיל לפי סדר התאריכים, ונציין את הדברים בהדרגה מהקל אל הכבד.

תקופה ראשונה - מ-י"ז עד ר"ח אב.

תקופה שניה - מר"ח אב עד שבת חזון (שבת שלפני תשעה באב).

תקופה שלישית - שבוע שחל בו ט' באב (ממוצאי שבת חזון עד אחר הצום).

נגינה: נהגו ישראל להקפיד שלא לשמוע שירים המלווים בכלי נגינה מפני הצער על החורבן. מכל מקום אם מדובר בשמחת מצווה כגון-ברית מילה או סיום מסכת מותר להשמיע שירים אפילו הכלי נגינה ממש. אחינו האשכנזים נהגו קצת להחמיר בזה (יש משמיעים רק שירים שקטים).

רפואה: אדם הצריך לעבור ניתוח (לא עלינו) ואפשר לדחותו עד אחרי יי באב - כדאי שידחה הניתוח, כי מזלם של ישראל לא כל כך טוב בתקופה זו.

אוכל: מראש חודש אב אין לאכול בשר כלל ואפילו לא בשר עוף. ביום ראש חודש עצמו וכן בשבת חזון - מותר (ויש מחמירים).

חופה: מראש חודש אב כולל יום ראש חודש בעצמו - אין לערוך נישואין.

לימוד תורה: אף על פי שאסור ללמוד תורה ב-ט' באב כי התורה משמחת, עדיין יש חיוב ללמוד בדברים המותרים ואסור להתבטל.

חשוב לציין שעל התקופה שמראש חודש אב ואילך נאמר: "משנכנס אב ממעטין בשמחה". מכאן משמע שעדיין צריכים לשמוח, שנאמר "עבדו את ה' בשמחה בואו לפניו ברננה". יוצא איפוא, שכל הזמן צריך האדם לעבוד את ה' בשמחה, אלא שיש להפחית מעט מהשמחה הרגילה.

רואים שככל שהזמן מתקדם מ-י"ז בתמוז ומתקרב בצעדים מהירים אל עבר התענית הבאה (ט' באב) הרי שהאיסורים, החומרות וההלכות נהיות יותר ויותר מכבידות וקשות ויורדות לפרטים מדקדקים כחוט השערה. מן הראוי לציין שתקופת בין המצרים הינה תקופה של כ- ג' שבועות ואינה תקופה קצרה החולפת בין לילה.

וודאי שאלתם את עצמכם איך כל זה קשור לתפילה!?

אז סבלנות, הנה זה מגיע...

בין שלל ההלכות הרבות אשר יש בימים נטולי שמחה אלו (שרק חלק קטן מהן הזכרנו לעיל), ישנה הלכה שתפסה את עיני במיוחד. זו הלכה שפסק מרן רבי יוסף קארו (בעל השולחן ערוך) אשר חידש והאיר אצלי נקודה עמוקה בקשר לחשיבות התפילה. מרן פסק שמותר ל-"זוג אוהבים" להתארס בו ביום, היינו ביום תשעה באב עצמו. מדובר ביום שהוא שיא השיאים והתכלית כולה של כל ימי בין המצרים! הוא היום הכבד והעצוב שבו אסרו לשמוע נגינה, אכילה ושתיה, אסרו להתחדש ועוד כהנה וכהנה איסורים ממינים שונים... הוא היום שאירע בו חורבן בית הבחירה של עם ישראל היינו בית המקדש הראשון והשני, הוא היום שצומו ככיפור - יממה שלימה, שנחשב לצום החמור ביותר מבין כל הצומות שתיקנו לנו זכר לחורבן במהלך כל השנה.

ונשאלת השאלה: מה לכאורה העניין הנ"ל להתיר אירוסין ביום ט' באב?! וכי זוג אינו יכול לחכות עוד יממה יחידה ולהתארס?! מה כל-כך בוער להתיר דווקא בו ביום ט' באב אירוסין?!

בגמרא [מועד קטן] דנים על ההיתר הזה ומסבירים מדוע התירו לאדם לקדש (לארס) אשה אפילו ביום תשעה באב.

הטעם הוא "שמא יקדימונו אחר ברחמים".

רחמים זו תפילה, והכוונה היא שיכולה להיות מציאות שאדם מתפלל לבוראו למציאת זיווגו, ולפעמים הוא "ננעל" על אישה ספציפית וחפץ לשאתה לאישה (שזו לא דרך נכונה כי אינו יודע אם אשה זו טובה לו). אם כך, אם ידחו את האירוסים, אפילו בחצי יום, יכול "האחר" להרוויח את בת זוגתו ויוצא ש"הארוס" מפסיד את רעייתו לעתיד בגלל יום ט' באב.

לכן באה הגמרא ומחדשת "שמא יקדימנו אחר ברחמים" - שמא ייצא מופסד "הארוס" כי עלול הוא לאבד את רעייתו שהיתה מיועדת לו!

וכי תשאל איך יפסידה? הרי ידוע ומפורסם העניין (במסכת מועד קטן) שארבעים יום לפני יצירת הוולד יוצאת בת קול מהשמיים ומכריזה "בת פלוני לפלוני"? אם כבר נקבע זיווגה במועד קודם, אז איך יתכן להפסידה?!

וכאן החידוש העצום! מלמדת אותנו הגמרא "שמא יקדימנו אחר ברחמים" - שיכול האדם בכוחה של תפילה לשנות סדרי בראשית! סדרים שנקבעו ע"י בורא עולם, כמו המקרה שלנו, שיוצאת בת קול מהשמיים ומכריזה "בת פלוני לפלוני". יכולה להיות מציאות שעל ידי דחייה של יום אחד בלבד (יום תשעה באב) יוכל אדם אחר לזכות באישה שלך ע"י כוח תפילתו. אדם יכול להפסיד את זיווגו ע"י כוח התפילה של מישהו אחר, שלא נגזר עליו מלכתחילה להתחתן איתה.

לתפילה יש כוח עצום להרוויח דברים ואם חלילה לא מנצלים כוח זה יכולים גם להפסיד, ובגדול.

יהי רצון שנוזכה להבין, להפנים וליישם את חשיבות התפילה וכוחה, ושיתקבלו תפילותינו ברצון בכל עת, אמן ואמן!

למה בכלל צריך להתפלל?

משה מיכאלוב

זה לא סוד שלא לכולם בא להתפלל. אם נגדיר זאת בלשון עדינה אז
"אין לנו תאוה להתפלל".

מה עושים עם זה?

כותב הרב קוק פותח לנו צוהר להבין מעט מהי תפילה, וכיצד היא נצרכת
לנו ממש כאוויר לנשימה.

"התפילה מבקשת מהנשמה את תפקידה. כשעברו ימים ושנים בלא תפלה
בכוונה, מתקבצים בלב אבני-נגף רבים, שמרגישים על ידם כבדות-
רוח פנימית. וכשרוח הטוב חוזר, ומתנת התפילה ניתנת ממרומים,
הולכים בכל תפילה ומתפנים אותם המכשולים, והסיכורים (=סכרים,
חסימות) הרבים, אשר נקבצו בנחל הנובע של נשמת החיים העליונה,
הולכים וסרים. ועם אותה העליה הנשמטית, שהיא עולה בכל תפילה ביחס
לערך זמנה, אחוזים ידועים באים בתור מרפא את חסרון העבר; אמנם לא
בבת אחת נמנה החסרון, אבל הולך הוא ומתמלא, והצוהר של
התפילה הולך ומגלה את אורותיו" [הקדמה, עניני תפילה אות ג].

כלומר, עצם החסרון של התפילה או החולשה בתפילה הם הגורמים את
הרגשת הכבדות, והם המונעים מהאור העליון לחדור לתוכנו ולחיות אותנו.
ולא זו בלבד אלא שיש בכוחה של התפילה לרפא גם את שברי ונזקי העבר,
ולפתוח את צינורות השפע שנסתמו.

לפי דבריו של הרב קוק נראה שהתפילה היא תרופה תמידיה לאדם ויש בה הכרח גמור ותענוג גדול לנשמה. נשמתו של האדם צמאה היא לרוחניות ולעומק, ולכן הנשמה מחפשת שפה רוחנית כדי להתבטא. במשך היום האדם כבול במסגרות חומריות וכבול לטרדותיו של העולם הזה. לכן חייב האדם להקדיש זמן לתפילה בכדי לתקשר עם נשמתו ובכך לתת לה מקום בחייו.

אדם צריך לספק לנשמתו את המזון שלה ולצאת איתה כביכול לטיול באופן קבוע, לדבר על החיים, לגלות מה היא אוהבת או מה היא רוצה, ואיך הוא והיא בונים בית משותף בעולם הזה.

כשהוא אינו עושה זאת אז מתפתחת בעיה בזוגיות של האדם עם נשמתו. מתרחקת היא הנשמה מהאדם מתוך הבנה שאין לו צורך בה ואינו מפנה לה מקום בחייו. הנשמה בוחרת לארוז מזוודות ולנסוע לאמא שלה. או אז נותר האדם "שמח" ובודד, מתוך מחשבה שנפטר הוא מהאישה המציקה והמכבידה על חייו.

לאור דברי הרב קוק תהליך כזה עובר על אדם המתפלל ימים ושנים ללא כוונה. מהר מאוד מגיע האדם להבנה שהוא אינו יכול להתמודד לבד עם מסגרותיו וטרדותיו של העולם הזה. שוקע הוא בתהומות החומר ובדמיון הכוזב וצועק הוא לעזרתה של הנשמה ומרגיש הוא בהעדרה. מכשולים וסכורים רבים (בלשון הרב קוק) מפריעים לו לאדם בהתמודדותו עם הבדידות בעולם הזה.

ביום שהאדם מחליט לקחת את עצמו בידיים ולהתמודד עם בעיה נפשית זאת, הוא עומד בתפילתו עטוף בטלית ועטור בתפילין כנוע ושפל ומלא תשוקה ומכוון בכל מילה ומצייר את חזיונות התפילה במחשבתו. פעולה זו

של כוונה בתפילה היא מעין צעקה ופיוס אל בת זוגתו הנשמה שתחזור ותופיע בחייו. אותם מכשולים, ואותם אבני נגף, ואותה כבודות-רוח פנימית, ואותם צלקות שנשארו לאדם מזמן שהיה חי את חייו לבדו ונאבק הוא עם עצמו, הכל נעלם. זרימת החיים והשמחה מציפים את האדם מתוך הרגשה של חיבור אל בת זוגו הנשמה. למעשה זהו החיבור אל עצמו. אותה כוונה חזקה בתפילה מפתחת היא את רצונו של האדם להתקדם, להשתנות ולשנות את העולם. רצון זה שמתפתח אצל האדם הוא זה שגורם לאדם למחוק את זיכרונותיו מהעבר הכואב ולשים פניו אל עבר חיים חדשים ומלאי שמחה ורוח חיבור לעצמו ולנשמתו.

לסיכום, פעולת התפילה יוצרת קשר ישיר בין האדם לבין נשמתו ובין אדם לבין עצמו. בכוחה של התפילה לא רק לשמור על קשר יציב אלא אף לתקן מצב מקולקל בו האדם מנותק מעצמיותו. בעז"ה שנזכה כולנו להיכנס לשערי תפילה ולהתחבר לנשמתא דכול נשמתין, אמן כן יהי רצון.

תפילתם של עוברי דרכים

רוני צ'יקוטאי

מסופר על רבי חנינא בן דוסא שהיה הולך בדרך והתחיל לרדת גשם. התפלל רבי חנינא ואמר: "כל העולם כולו בנחת וחנינא בצער?". **באותו רגע הפסיק הגשם.** כשרבי חנינא הגיע לביתו יבש ושמח, הוא פתח בתפילה ואמר לה': "רבונו של עולם, כל העולם כולו בצער וחנינא בנחת". **באותו רגע חזר הגשם לרדת** [ע"פ הגמרא יומא נג, ב].

ביום הכיפורים הכהן הגדול היה נכנס לקודש הקודשים. לאחר מכן הוא היה מתפלל תפילה מיוחדת, כמו שמובא במשנה משנה [יומא ה, א]: **"ומתפלל תפלה קצרה בבית החיצון ולא היה מאריך בתפלתו שלא להבעית את ישראל"**. הכהן הגדול לא היה רשאי להתפלל תפילה ארוכה כדי שבני ישראל לא יחששו שארע לו דבר רע.

פעם אחת היה מקרה שהכהן הגדול האריך בתפילתו והדבר הלחיץ את שאר הכוהנים. אחר שדנו ביניהם החליטו להכנס כדי לראות מה עלה בגורלו. בעת שהיו נכנסים הוא בדיוק יצא לקראתם. הם באו אליו בטענות למה האריך בתפילתו, והוא ענה להם שהוא התפלל על עם ישראל ועל בית המקדש שלא יחרב. למרות דברי הטעם שלו אמרו לו שלא יהיה רגיל לעשות זאת, ממה שלמדנו במשנה שאסור להאריך בתפילתו כדי לא להבעית את העם.

מה הלחיץ? הרי לא התפלל על צרכיו הפרטיים, אלא על עניינים ששייכים לכלל ישראל ולטובתם. על מה בסך הכול הוא התפלל? שלא יחרב בית המקדש?! ובכל זאת רואים שאמרו לא להאריך.

אז כיצד צריכה להראות התפילה הקצרה של הכהן הגדול בבית החיצון ביום הכיפורים כדי שתהא מקובלת על כולם?

אנו מבינים שצריך להיות כאן שילוב בין שני קטבים: מצד אחד - הרצון להתפלל על כל מה שחשוב, משום שזו תפילה של האדם הקדוש ביותר, ביום הקדוש ביותר במקום הקדוש ביותר, ומצד שני - הצורך לא להאריך כדי לא להבעית - מאידך.

הגמרא מציינת שהכהן הגדול היה מתפלל שאם השנה היתה צריכה להיות שחונה (חמה ויבשה) - אז שתהיה גשומה. מכאן אפשר ללמוד על חשיבותם של הגשמים, שמכל מה שהכהן הגדול יכול היה לבקש (שלא תהיה מלחמה, על בית המקדש, על עם ישראל ותורת ישראל) הוא מבקש על הגשמים.

הגמרא שם מביאה שהכהן הגדול הוסיף עוד שלוש תפילות קצרות באותו מעמד:

- א. שלא יסור שבט מבית יהודה.
- ב. שלא יהיו עמך ישראל צריכים לפרנס זה מזה.
- ג. שלא תכנס לפניך תפילת עוברי דרכים.

נרחיב ונדבר על שלוש בקשות אלו.

הבקשה הראשונה היא "שלא יסור שבט מבית יהודה". היא משקפת את הצורך של עם ישראל לשלטון חזק ויציב. כמו שבתקופה הזו אנו עדים לתקופה של נפילת משטרים וממשלות שלא מחזיקות מעמד. תופעה זו גורמת לעם ליפול כלכלית עד שמגיעים למצבים של עוני ומחסור עד לחרפת רעב ממש. אנו רואים שהצורך בממשלה יציבה וחזקה הוא צורך כולל וחיוני של העם.

הבקשה השנייה היא "שלא יהיו עמך ישראל צריכים לפרנס זה מזה". בקשה זו הינה המשך ישיר לבקשה הראשונה. וגם מכאן אנו רואים את העדיפות של בקשת הכלל על הבקשות הפרטיות. שיש להקדים את החיזוק הכללי לפני החיזוק של המגזר הפרטי, וכפי שאמר רבי יהודה הלוי בספר הכוזרי: "שתי הבקשות הללו הם הרחבה לבקשת הגשמים של הכהן הגדול ודאגה לקיום הגשמי של הכלל והפרט בישראל".

מה שלא מובן לנו היא **הבקשה השלישית: "שלא תכנס לפניך תפילתם של עוברי דרכים"**. איפה ראינו בקשה שהיא על דרך השלילה? בקשה התובעת לסתום את תפילתו של הזולת?

נקשיב לשאלתו ותשובתו של רבי שמעון שלום מאמשינוב זצ"ל: **מי הם עוברי הדרכים הללו? צדיקים או רשעים?** אם מדובר על צדיקים - איך יעלה על הדעת שהצדיק יתפלל להפסקת הגשמים בשעה שהאדמה זקוקה לה? ואם יש לנו עסק עם רשעים - מה הסיבה ומה ההגיון שהתפילה שלהם תתקבל? בפרט לאור העובדה שאם תפילתם תתקבל יסבול כל העם מחסרון הגשם.

אם כן, על מי מתכוון הכהן הגדול בתפילתו?

משיב הרב בסיפור: מעשה שביהודי שהיה בדרכו הביתה אחרי יום עבודה ארוך והתחיל לרדת גשם והדרך התמלאה בוץ. אותו יהודי נרטב והתחיל לבכות ולהתפלל לה' שיעזור לו להגיע הביתה. תפילה זו כל כך נוגעת ללב והיא תובעת מענה. על מקרים מעין זה מתפלל הכהן הגדול שעם ישראל צריך לגשמים ולכן יהי רצון שה' לא יקבל את תפילתו של אותו יהודי המתפלל על הגשמים שיפסיקו באותו רגע.

--- ∞ תפילה – מצוה – ∞ ---

רואים אם כן שגם בבקשה השלישית הכהן הגדול מתפלל על כלל ישראל. כלל ישראל צריך שהכהן הגדול יתפלל בעבורם, כדי שלא תתקבל תפילתם של "עוברי דרכים", משום שכוח התפילה של "עוברי דרכים" הוא כל כך חזק.

רואים מהו כוחה של תפילה, ומהו כוחו של כל יהודי. אפילו תפילה של יהודי יחיד יש בכוחה לשנות סדרי בראשית ולעצור את הגשמים שכל כך נחוצים לכולנו.

יהי רצון שנזכה בכל יום להתפלל מתוך כוונה והרגשת צורך כמו אותם "עוברי הדרכים".

”זֶרֶה ה' זְשׁוּבַת אֲדָם”

לעילוי נשמת

ר' דב בן גרשון אליהו שחור ז"ל

נפטר חי' אב תשלי"ח

גמל חסד עם החיים ועם המתים

אסתר שחור

בת ר' יום טוב ליפמן שפיצר ז"ל

נפטרה ט"ו אייר תשע"א

הלל מרדכי ב"ר דב שחור ז"ל

נפטר כ"ה אייר תש"ן

מורה שנספה בעיצומה של דרך.

ת.נ.צ.ב.ה

בְּסִייעָתָא דְשָׁמַיָא

**לְכָל בְּנֵי מִשְׁפַּחְתִּי
הַיְקָרִים בְּאִשׁוֹר הֵם שֵׁם.**

**בְּרִכּוֹת בְּקָרֵב לֵב וּמִזֵּל
טוֹב לְכָל הַשְּׂמֵחוֹת יִרְבוּ
כְּמוֹתְכֶם...**

סָבֵא צְבִי כְּסָפִי

לרפואה שלמה

פנחס בן רינה
גלית פאני בת עליזה

לעילוי נשמת

הרב אברהם יפרח בן תמר
ת.נ.צ.ב.ה

להצלחת הילדים

אלעד מישאל בן מלי
מעיין בת מלי
מיכל בת מלי
יעל בת מלי

נדבת משפחת מוסיוף הי"ו

להצלחת משפחת לווית

לרפואת הרב חיים אהרון בן פנינה

נדבת משפחת לווית הי"ו

”זֶרֶה ה' זְשׁוּבֹת אֲדָם”

לעילוי נשמת

רחל בת מיכל ז"ל
ישורון בן מיכל ז"ל
ציפורה חנה בת צביה ז"ל
יצחק ברונפמן ז"ל
ת.נ.צ.ב.ה.

ולהצלחת

החיילים

נתרם בעילום שם

ברכה והצלחה

לכל חיילי צה"ל

ולכל עם ישראל

רפואה שלימה

לכל החולים

גאולה שלימה במהרה

נדבת משפחת מעודד הי"ו

”זֶרֶה ה' זְשׁוּבֹת אֲדָרָם”

לעילוי נשמת

הרב אהרון טייב בן מסעודה ז”ל

רינה בת מנטינה ז”ל

עליזה יפרח בת רחל ז”ל

הרב אברהם יפרח בן תמר ז”ל

הרב יהודה יפרח בן עליזה ז”ל

מזל טייב בת רינה ז”ל

ת.נ.צ.ב.ה

לרפואה שלמה

נחמה בת רינה

להצלחת הילדים והנכדים

והמשפחה

נדבת משפחת טייב הי”ו

לעילוי נשמת

דינה בת אסתר
יואב בן רומה מרים
צארלי חי בן גוליה
משה בן גוליה
ציון בן גוליה
פורטונה בת נג'יה
ת.נ.צ.ב.ה

לרפואה שלמה

לילי בת מרים
מרים בת נג'יה

לזיווג הגון

לאה בת רומה מרים
יצחק בן רומה מרים

נדבת משפחת יוסף הי"ו

**להצלחת
ובריאות כל
המשפחה והילדים**

**מתן בן רינת
ליאור בן רינת
אריאל בן רינת**

נדבת משפחת מגיד הי"ו

”זֶרֶה ה' זֶשֶׁבֶת אֲדָם”

לעילוי נשמת

אפרים בן נתן גדסי ז"ל
לאה בת רבי משולם גדסי ז"ל
האח ניסים בן אפרים גדסי ז"ל
האחות מיכל בת לאה ואפרים גדסי ז"ל
החייל אילן בן מיכל ושאול ז"ל
רחמים בן מרים ז"ל
סולטנה בת שרינה ז"ל
אסי בת כיריה ז"ל
ימימה בת לאה ז"ל

ת.נ.צ.ב.ה

להצלחת המשפחה
עם כל ישראל

נדבת משפחת גדסי הי"ו

רפואה שלמה
זיווג הגון
וישועות בקרוב

עדי בת רחל גבריאל
יחיאל בן רחל גבריאל

נדבת משפחת אדרי הי"ו