

מהי תפילה בשבילי?



ערכה מרים נחושתן

בחר תמונה אחת המביעה בשבילך והסבר למה בחרת



הגדרה תפילה

פניה למי?

איך נעשית?

תכני התפילה
מהם?

תפילה היא פנייה **אל כוח על-טבעי**, שנעשית בדרך כלל בדרך של הבעת משאלה, או כתפילה סדירה במסגרת פולחן דתי, הבעת תודה או אף כשיח, שבו **האדם שופך את ליבו** בפני הישות העליונה.

בין התכנים של התפילה ניתן למצוא בקשת הדרכה וסיוע,

וידוי על מעשים ובקשת סליחה,

בקשת עזרה בעת צרה

או ייחול להגשמת משאלות,

וכן ביטוי רגשות של **שבח והודיה** כלפי מעלה



תפילה היא ביטוי עיקרי לאמונה בה'

אדם מתפלל, כי יש לו חסרונות והוא משתוקק להשלימם.

המעמיקים מרגישים צורך להתפלל תמיד הם מבינים, למרות ששגרת החיים קיימת ואין צרות, היא לא מושלמת. הם מבינים שלא ניתן להגשים הכל ולא בטוח שהשגרה תישאר תמיד טובה.

רוב האנשים מרגישים צורך להתפלל כאשר שגרת החיים נפגעת. מחלה, צרה, פרנסה נפגמת, אויבים קמים עליו, חברים מפנים לו עורף.

מושגי יסוד בתפילה

סידור

הוא ספר המרכז בתוכו את התפילות שמתפלל יהודי בימי החול וביום השבת, ואת החשובות שבתפילות החגים.

הסידור מלווה את היהודי מלידתו ועד מותו והוא "ספר החיים של היהדות"

מחזור תפילה

ספר תפילות לאחד או יותר ממועדי השנה היהודיים.

לכל מועד יש תפילות רבות ופיוטים ולכן לכל חג הוציאו מחזור שמרכז את תפילות החג.

מחזור לראש השנה, מחזור ליום הכיפורים, מחזור לשלושת הרגלים וכו.





מספר תפילות ביום חול:

מספר תפילות בשבת:

מספר תפילות ביום הכיפורים:

תפילה אישית.

תפילה מנוסחת.



מספר תפילות ביום חול:

שלוש

ערבית, שחרית, מנחה

מספר תפילות בשבת:

ארבע

ערבית, שחרית, מוסף, מנחה

מספר תפילות ביום הכיפורים:

חמש

ערבית, שחרית, מוסף, מנחה ונעילה.

תפילה אישית: פניה לאל מסיבה כלשהיא

בלשונו של האדם.

תפילה מנוסחת: פניה לאל בזמנים קבועים

ובנוסח קבוע.

שחרית - חלקים בתפילה

ברכות השחר

ברכות התורה

פסוקי דזמרא

קריאת שמע וברכותיה

תפילה עמידה

שיר של יום

עלינו לשבח

ברכות השחר

קבוצה של ברכות הנאמרות לפני תפילת שחרית כדי לבטא הודיה על החיים המתחדשים מדי יום לאחר השינה.

הברכות נתקנו הברכות על כל פעולה ופעולה שעושה האדם בעת קימתו והשכמתו בבוקר בשעה שנהנה מדברים אלו, אך לאורך הדורות השתנה המנהג וכיום מקובל לומר את הברכות בבית הכנסת לפני תפילת שחרית.

מוֹדֵה אֲנִי לְפָנֶיךָ מֶלֶךְ חַי וְקַיִם, שֶׁהַחֲזַרְתָּ בִּי נִשְׁמָתִי בְּחַמְלָה,
רַבָּה אֲמוּנָתְךָ:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו
וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יְדַיִם:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר יָצַר אֶת הָאָדָם
בְּחִכְמָה. וּבָרָא בּוֹ נְקֻבִים וְנְקֻבִים. חֲלוּלִים חֲלוּלִים. גְּלוּי וְיָדוּעַ
לְפָנֶי כֹסֵא כְבוֹדְךָ שְׁאֵם יִסְתֵּם אֶחָד מֵהֶם אוֹ אִם יִפְתַּח אֶחָד
מֵהֶם אִי אֶפְשָׁר לְהִתְקַיֵּם אֶפְלוּ שְׁעָה אַחַת. בְּרוּךְ אַתָּה ה',
רוֹפֵא כָּל בָּשָׂר וּמַפְלִיא לַעֲשׂוֹת:

אֱלֹהֵי. נִשְׁמָה שֶׁנִּתְּתָ בִּי טְהוֹרָה. אַתָּה בְּרָאתָה. אַתָּה יָצַרְתָּה.
אַתָּה נִפְחַתָּה בִּי. וְאַתָּה מְשַׁמְרָה בְּקִרְבִּי. וְאַתָּה עֲתִיד לְטַלְהָ
מִמֶּנִּי וּלְהַחֲזִירָה בִּי לְעֲתִיד לָבֵא. כָּל זְמַן שֶׁהַנִּשְׁמָה בְּקִרְבִּי
מוֹדֵה אֲנִי לְפָנֶיךָ ה' אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי רַבּוֹן כָּל הַמַּעֲשִׂים.
אֲדוֹן כָּל הַנְּשֻׁמוֹת. בְּרוּךְ אַתָּה ה', הַמַּחֲזִיר נְשֻׁמוֹת לְפָגְרִים
מֵתִים:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַנוֹתֵן לְשָׂכּוּי בֵּינָה לְהַבְּחִין בֵּין
יוֹם וּבֵין לַיְלָה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, פּוֹקֵחַ עוֹרִים:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, מַתִּיר אֲסוּרִים:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, זוֹקֵף כְּפוּפִים:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, מַלְבִּישׁ עֲרֻמִּים:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַנוֹתֵן לַיַּעֲף כַּח:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, רוֹקֵעַ הָאֲרָץ עַל הַמַּיִם:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַמַּכִּין מִצְעָדֵי גִבּוֹר:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֹׁעֵשָׂה לִי כָּל צָרָכֵי:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אוֹזֵר יִשְׂרָאֵל בְּגִבּוֹרָה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאָרָה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׁלֵא עֲשִׂנִי גוֹיָה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׁלֵא עֲשִׂנִי שִׁפְחָה:

בְּרוּךְ שֶׁעֲשִׂנִי כְּרִצוֹנוֹ:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַמַּעֲבִיר חֲבִלֵי שָׁנָה מֵעֵינַי

וּתְנוּמָה מֵעַפְעָפֵי:

ברכות התורה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל דְּבַרֵי תוֹרָה:

וְהֵעֲרַב נָא ה' אֱלֹהֵינוּ אֶת דְּבַרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ
וּבְפִיפִיּוֹת עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל. וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ
וְצִאֲצִיאֵינוּ וְצִאֲצִיאֵי צִאֲצִיאֵינוּ כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ
וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְךָ. בְּרוּךְ אַתָּה ה', הַמְלַמֵּד
תוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

בְּרוּךְ אַתָּה ה', אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר בָּחַר
בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ. בְּרוּךְ אַתָּה
ה', נוֹתֵן הַתּוֹרָה:

ברכות התורה ממוקמות בסיומם
של ברכות השחר.

שלוש ברכות שלאחר אמירתן רשאי
האדם לומר וללמוד דברי תורה:

תורה, משנה

האחת על דברי תורה,

השנייה בקשה שדברי התורה יהיו

ערבים לנו

והשלישית הודאה לה' שבחר בנו

לנתינת התורה.

קריאת שמע

בתפילת שחרית ובתפילת ערבית נקבעה
החובה מן התורה לומר את הפסוק שמע
ישראל... ”

זו הצהרת האמונה בה' ובייחודו.

חכמים קבעו שיש לקרוא שלוש פרשיות:
שמע, והיה אם שמוע ופרשת ציצית.

ויאמר ה' אל משה לאמר:

דבר אל בני ישראל ואמרת אליהם ועשו להם ציצת על פני
בגדיהם לדרתם ונתנו על ציצת הכנף פתיל תכלת:

והיה לכם לציצת וראיתם אתו וזכרתם את כל מצות ה'
ועשיתם אתם ולא תתורו אחרי לבבכם ואחרי עיניכם אשר
אתם זנים אחריהם:

למען תזכרו ועשיתם את כל מצותי והייתם קדשים
לאלהיכם:

אני ה' אלהיכם אשר הוצאתי אתכם מארץ מצרים להיות
לכם לאלהים, אני ה' אלהיכם: אמת.

שמע ישראל ה' אלהינו ה' אחד:

בלחש - ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד:

ואהבת את ה' אלהיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאדך:

והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוה היום על לבבך:

ושננתם לבניך ודברתם בם בשבתך בביתך ובלכתך בדרך ובשכבך ובקומך:

וקשרתם לאות על ירך והיו לטטפת בין עיניך:

וכתבתם על מזוזות ביתך ובשעריך:

והיה אם שמע תשמעו אל מצותי אשר אנכי מצוה אתכם היום לאהבה

את ה' אלהיכם ולעבדו בכל לבבכם ובכל נפשכם:

ונתתי מטר ארצכם בעתו יורה ומלקוש ואספת דגנך ותירשך ויצהרך:

ונתתי עשב בשדך לבהמתך ואכלת ושבעת:

השמרו לכם פן יפתה לבבכם וסרתם ועבדתם אלהים אחרים

והשתחיתם להם:

וחרה אף ה' בכם ועצר את השמים ולא יהיה מטר והאדמה לא תתן את

יבולה ואבדתם מהרה מעל הארץ הטבה אשר ה' נתן לכם:

ושמתם את דברי אלה על לבבכם ועל נפשכם וקשרתם אתם לאות על

ידכם והיו לטוטפת בין עיניכם:

ולמדתם אתם את בניכם לדבר בם בשבתך בביתך ובלכתך בדרך ובשכבך

ובקומך:

וכתבתם על מזוזות ביתך ובשעריך:

למען ירבו ימיכם וימי בניכם על האדמה אשר נשבע ה' לאבותיכם לתת

להם פיימי השמים על הארץ:



תפילת העמידה תפילת שמונה עשרה (19)

מהווה את מרכז התפילה בכל התפילות היהודיות:
שחרית, מנחה, ערבית, מוסף, ותפילת נעילה הנאמרת ביום
הכיפורים.

היא תוקנה על ידי אנשי כנסת הגדולה כנגד קורבנות בית המקדש,
ולפיכך היא אחת מהתפילות העתיקות ביותר בסידור התפילה.

תפילת העמידה תוקנה משלוש חטיבות:

3 ברכות בשבח ה'

13 בקשות

3 ברכות הודאה.

בתחילה כללה 18 ברכות. בהמשך הוספה ברכת "המינים".

תפילות במקרא הן ספונטאניות ולא מנוסחות. אנשים התפללו בזמן שהרגישו צורך להתפלל.



האדם	מתי התפלל?
אברהם	תפילה על סדום שלא תחרב.
יצחק ורבקה.	עקרה – תפילה להריון
יעקב	הצלה מידי עשיו וחייליו.
משה	לאחר חטא העגל שהקב"ה לא ישמיד את עם ישראל, לאפשר לו להיכנס לא"י. לרפואת מרים מצרעתה.
אהרון	כאשר הייתה מגפה. התפלל עם הקטורת שתיעצר.
יהושע	אחרי המפלה במלחמת העי.
שמואל	כאשר עלו פלישתים למלחמת על ישראל.
דוד	ספר תהילים כולו תפילות.
שלמה	בחנוכת המקדש הראשון, שתשרה שכינה ויתקבלו התפילות.
אליהו הנביא	מלחמתו בנביאי הבעל בהר הכרמל שתרד אש מן השמים.
אלישע הנביא.	שיחיה הבן של האשה השונמית לאחר מותו.
חזקיה המלך.	כאשר עמד למות ממחלתו

תפילת חנה



י והיא, מרת נפש; ותתפלל על-ה', ובכה תבכה.

יא ותדר נדר ותאמר, ה' צבאות אם-ראה תראה בעני אמתך וזכרתני ולא-תשכח את-אמתך, ונתתה לאמתך, זרע אנשים--ונתתיו ליהוה כל-ימי חיי, ומורה לא-יעלה על-ראשו.

יב והיה כי הרבתה, להתפלל לפני ה'; ועלי, שמר את-פיה.

יג וחנה, היא מדברת על-לבה--רק שפתיה נעות, וקולה לא ישמע; ויחשבה עלי, לשכרה.

יד ויאמר אליה עלי, עד-מתי תשתכרין; הסירי את-יניך, מעליך.

טו ותען חנה ותאמר, לא אדני, אשה קשת-רוח אנכי, ויין ושכר לא שתיתי; ואשפך את-נפשי, לפני ה'.

טז אל-תתן, את-אמתך, לפני, בת-בליעל: כי-מרב שיחי וכעסי, דברתי עד-הנה.

יז ויען עלי ויאמר, לכי לשלום; ואלהי ישראל, יתן את-שלתך, אשר שאלת, מעמו.

יח ותאמר, תמצא שפחתך חן בעיניך; ותלך האשה לדרכה ותאכל, ופניה לא-היו-לה עוד.

יט וישכמו בבקר, וישתחוו לפני ה', וישבו ויבאו אל-ביתם, הרמתה; וידע אלקנה את-חנה אשתו, ויזכרה ה'.

כ ויהי לתקפות הימים, ותהר חנה ותלד בן; ותקרא את-שמו שמואל, כי מה' שאלתיו.



חנה התפללה פעמיים

א. תפילה ראשונה בבואה למשכן בשילה שפכה את לבה לפני ה'.

היא ביקשה בן והבטיחה להקדיש אותו לעבודת ה'

סוג התפילה - **בקשה**

ב. לאחר שהתגשמה משאלתה. הנער גדל חנה באה לקיים את הנדר והביאה את בנה כדי להקדישו לעבודת המשכן.

תפילה הידועה כ "שירת חנה".

תוכנה **שבה** גדול לקב"ה

הודאה גדולה על מילוי המשאלה.

תפילת חנה היא תפילה שהתפללה חנה לה', כשנולד לה בנה שמואל הנביא, לאחר עשר שנות עקרות. על פי פשוטו חנה היא שחיברה תפילה זו, כתפילת הודיה על הולדת בנה שמואל



• יוחנה היא מדברת על לבה" - מכאן למתפלל צריך שיכון לבו.

• "רק שפתיה נעות" - מכאן למתפלל שיחתוב בשפתיו.

• "וקולה לא ישמע" - מכאן, שאסור להגביה קולו בתפלתו.

• "ויחשבה עלי לשכרה" - מכאן, ששיכור אסור לו להתפלל.

סוגי תפילות

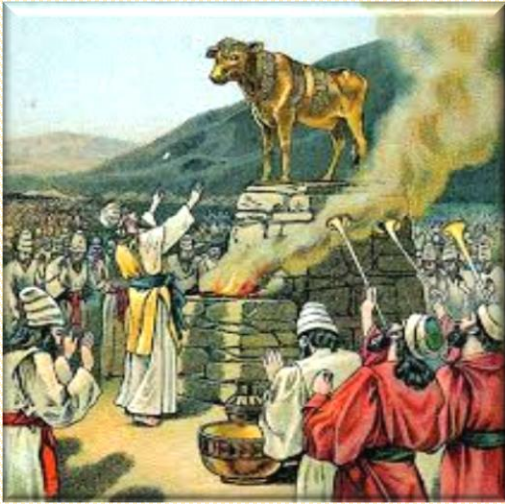
א. תפילה לקיומו התמידי של העולם,
ב. תפילה על דברים מסוימים, כגון
בקשה להינצל מצרה או לזכות בתוספת
ברכה.



ג – פעולתה של התפילה

קבע הקב"ה חוק בבריאה, **שבתעוררות שלנו**
מלמטה להתקרב אל ריבונו של עולם ולבקש ממנו
ברכה, **יתעורר הוא מלמעלה להשפיע עלינו טוב**,
לפי צרכינו ולפי צורך העולם. ועניין זה מוזכר
בזוהר הקדוש במקומות רבים.
כלומר, גם כאשר ראוי שה' ישפיע טובה לעולם
או לאדם, פעמים שהיא מתעכבת עד אשר ידע
האדם את מצוקתו ויתפלל מקירות ליבו לה'.

האם כל תפילה מתקבלת?



ואף גדולי הצדיקים, שבדרך כלל תפילותיהם נתקבלו, פעמים שלא נתקבלו. ומי לנו גדול ממשה רבנו, שכשחטאו ישראל בחטא העגל ובחטא המרגלים ואמר ה' לכלותם, עמד בתפילה עד שניחם ה' וסלח לישראל (שמות לב; במדבר יד).

וכשבא להתחנן על עצמו, שיזכה להיכנס לארץ ישראל, אמר לו הקב"ה: "רַב לָךְ, אֵל תּוֹסֵף דִּבַּר אֵלַי עוֹד בַּדָּבָר הַזֶּה" (דברים ג, כו).

לפיכך צריך אדם להתאמץ מאוד בתפילתו, ולא יחשוב שאם הוא מתפלל חייב הקב"ה למלא את מבוקשו, אלא ימשיך ויתפלל, וידע שהקב"ה שומע את תפילתו, ובוודאי תפילתו פועלת לטובה, אלא שאין אנו יודעים איך, כיצד ומתי.

ד – האם חיובה מהתורה

הרמב"ם מצווה מן התורה להתפלל בכל יום,

שנאמר (שמות כג, כה): **“וְעַבַדְתֶּם אֶת ה' אֱלֹהֵיכֶם”**,

וכן נאמר (דברים ו, יג): **“אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ תִירָא וְאֵתוֹ**

תַּעֲבֹד”.

בתפילה אחת בכל יום יוצא אדם ידי חובת מצוות

התפילה מהתורה.

וחיוב המצווה כך הוא: שיפתח את התפילה בשבח

לה',

ומתוך כך ישאל את צרכיו,

ויסיים בהודאה על הטובה שהשפיע לו ה' יתברך.

לדעת הרמב"ם אין חובה מהתורה להתפלל בכל יום

ואנשי כנסת הגדולה הם שתיקנו את התפילות בכל

יום.

ורק בעת צרה לדעת הרמב"ם יש מצווה מהתורה

לפנות אל ה' בתפילה, וכפי שלמדנו **“וְכִי תָבֹאוּ**

מִלְחָמָה בְּאֲרָצְכֶם עַל הַצָּר הַצָּר אֶתְכֶם, וְהִרְעַתְּכֶם

בְּחַצְרוֹת וְנִזְכַּרְתֶּם לְפָנַי ה' אֱלֹהֵיכֶם וְנוֹשַׁעְתֶּם

מֵאִיְבֵיכֶם”. (במדבר י, ט):

	רמב"ן		רמב"ם	נקודת השוואה
	חכמים חייבו שלש פעמים ביו		התורה חייבה פעם ביום	מקור החיוב להתפלל בכל יום
	עבודת ה' בפסוקים מתכוונת לקיום מצוות ולא לתפילה. וחכמים הם שקבעו להתפלל		ועבדתם את ה' אותו תעבוד לעבדו בכל לבבכם. עבודת ה' היא תפילה	מקור הלימוד
	חכמים קבעו.		חכמים קבעו	נוסח התפילה
	נקבע על ידי חכמים פותח בשבח מבקש צרכיו מודה		נקבע על ידי חכמים פותח בשבח מבקש צרכיו מודה	מבנה התפילה
	התורה חייבה		התורה חייבה	תפילה בעת צרה



ה – תקנת התפילה על ידי אנשי כנסת הגדולה

אנשי כנסת הגדולה תקנו את התפילות והברכות תקנו את נוסח תפילת שמונה עשרה ואת נוסח כל הברכות, ובכללן ברכות קריאת שמע וברכות הנהנין. והם תקנו את שלוש התפילות, שחרית מנחה וערבית, שחרית ומנחה כחובה, וערבית כרשות.

אנשי הכנסת הגדולה: חברי בית הדין של עזרא הסופר, שהוקם בתחילת ימי בית המקדש השני, הם הנקראים 'אנשי כנסת הגדולה'. והיה זה בית הדין הגדול ביותר שהוקם אי פעם בישראל. מאה ועשרים זקנים היו חברים בו, וביניהם נביאים וחכמים, כמו: חגי, זכריה, מלאכי, דניאל, חנניה ומישאל, עזריה ונחמיה בן חכליה ומרדכי, בלשן וזרובבל, והאחרון שבהם היה שמעון הצדיק.

ו – הנוסח הקבוע

חכמים קבעו נוסח אחיד החוזר במשך כל שלושת התפילות שחרית, מנחה וערבית .

חסרון : בגלל שהנוסח קבוע התפילה הופכת לדבר שגרתי, שמקשה על האדם לכוון.
יתרון: נוסח אחיד שנקבע ע"י החכמים מנוסח בשפה מכובדת וראויה לעומת תפילה אישית של כל אדם שיכולה להאמר בשפה נמוכה.

הרמב"ם כותב שהבעיה החמירה לאחר חורבן בית ראשון והיציאה לגלות, מכיוון שהאנשים לא ידעו את הלשון העברית ולא יכלו להתפלל בשפה זו. גם בשפות אחרות לא הייתה תפילה מנוסחת. לכן התפללו בשפה נמוכה שאינה ראויה לתפילה.

בעקבות כך אנשי הכנסת הגדולה חיברו נוסח אחיד בשפה העברית, שראוי לומר אותו לפני ה'.
חסרון נוסף בתפילה אישית שהאדם יבקש רק מה שהוא צריך בלי להתחשב בצרכי אחרים.
יתרון נוסף של תפילה מנוסחת שהיא כוללת את כל הצרכים הפרטיים של כל אדם וגם צרכים של כלל ישראל.

בנוסף לכך נוסח זה כולל בתוכו כוונות עומק פנימיות של אנשי כנסת הגדולה מתקני התפילה.



יתרונות וחסרונות בתפילה אישית ובתפילה מנוסחת

תפילה אישית	תפילה מנוסחת ואחידה	
קל לכוון בה. כי באה מעומק הלב על מה שאדם צריך באותו זמן.	קשה לכוון בה בגלל שהיא שגרתית.	כוונה
מנוסחת ע"י כל אדם באופן אישי ויש חשש שהאדם יפנה לאל בשפה נמוכה.	נוסחה ע"י גדולי ישראל בשפה מכובדת.	רמת ניסוח התפילה
התפילה כוללת בתוכה את כל הבקשות האישיות והכלליות. על היחיד ועל העם.	אדם יבקש בתפילתו רק על צרכיו ולא יחשוב על צרכי הכלל. לדוגמא: זקוק לרפואה יבקש רק על הרפואה.	סוג הבקשות שיכלול אדם בתפילתו.

ז – תקנת שלוש תפילות



נקבעו שלוש תפילות ביום
הבסיס לכך הוא תפילת האבות.

אברהם אבינו תיקן את תפילת **שחרית**, שהוא זה שהתחיל להאיר את העולם
באמונתו, ולכן קבע את תפילתו בעת שהחמה החלה לזרוח.
יצחק אבינו תיקן את תפילת **מנחה**. ממשיך דרך אביו. תפילת מנחה מבטאת את
ההמשכיות, שכל היום נמשך מכוחה של האמונה.
יעקב אבינו תיקן את תפילת **ערבית**. יעקב התמודד עם קשיים רבים ולכן תיקן
את תפילת הלילה, שגם בחושך, כשהמציאות אינה מאירה את פניה, אפשר
להתקשר לקב"ה, ומתוך כך לגלות אור עליון נצחי.

החסידיים והצדיקים שהמשיכו ללכת בדרך האבות והתפללו כל יום שלוש
תפילות.

**אנשי הכנסת הגדולה קבעו ששלושת התפילות יהיו כנגד קרבנות הציבור
שהקריבו כל יום בבית המקדש.**

תמיד של שחר- תפילת שחרית

תמיד של בין הערביים -תפילת מנחה

בלילה הקטירו על המזבח חלבים ואיברים -תפילת ערבית.

קרבן מוסף שהוקרב בימים טובים ושבתות- תפילת מוסף.

זמני התפילות נקבעו על פי זמני הקרבנות

ח – כוונה והמתקשים לכוון

תפילה מצריכה כוונה.

מהי כוונה?

”וכך היו עושים חסידים ואנשי מעשה, שהיו מתבודדים ומכוונים בתפילתם עד שהיו מגיעים להתפשטות הגשמיות, ולהתגברות כח השכלי, עד שהיו מגיעים קרוב למעלת הנבואה. ואם תבוא לו מחשבה אחרת בתוך התפילה, ישתוק עד שתבטל המחשבה”

שתי כוונות יש לכוון בתפילה:

1. שתכוון המתפלל שהיא עומדת לפני מלך מלכי המלכים ותימלא ביראה ואהבה.
2. שתכוון ליבה למה שהיא אומרת בפיה.

אמוראים התאוננו על הקושי לכוון בתפילה,

רבי חייא אומר על עצמו, שמעולם לא הצליח לכוון בכל התפילה. ופעם כשניסה להתרכז בכל התפילה, התחיל להרהר באמצעיתה, מי יותר חשוב לפני המלך, שר פלוני או אלמוני.

שמואל אמר: אני מניתי אפרוחים בתפילה.

רבי בון בר חייא אמר: אני מניתי בתפילה את שורות הבניין.

בכל זאת אין לומר איני יכול לכוון אזלא אתפלל.

עצם העובדה שאדם רצה להתפלל הרי הביע דעתו שהוא קשור לאל. לכן גם אם אדם מצליח לכוון רק בחלק מן הברכות גם זה טוב.

בשם האר"י הקדוש אמרו, שהכוונה היא כנפיים, שעל ידה התפילה עולה ומתקבלת. לכן אשה שמתפללת בלא כוונה, הרי שאין לתפילתה כנפיים לעלות, והתפילה ממתינה עד אשר תתפלל תפילה אחת בכוונה. כאשר זוכה להתפלל פעם אחת בכוונה אז כל תפילותיה שהתפללה בלי כוונה יעלו יחד עם תפילה זו.

תפילה אחת בכוונה פותחת את שערי השמים לשאר תפילות שהיו בלי כוונה.

להלכה, כל שכיוונה את ליבה בברכה הראשונה של שמונה עשרה, אף שאת שאר התפילה אמרה בלא כוונה – יצאה ידי חובתה