

"שלוש פסיעות לאחור..."

עיון תפילה - בין כוונה לשינוי



13. הרב אליעזר מלמד, פניני הלכה, ברכות, א סעיף ח

תפילה היא עבודה שלב, לפיכך עיקרה תלוי בכוונה... שתי כוונות ישנן בתפילה: האחת כללית, שיכוון המתפלל שהוא עומד לפני מלך מלכי המלכים ויתמלא ביראה ואהבה; והשנייה פרטית, שיכוון ליבו למה שהוא אומר בפיו. ויש לדעת שבני האדם שונים בטבעם זה מזה. יש שקל להם להתרכז... ויש שמתבעם קשה להם מאוד להתרכז... מדברי גדולי האמוראים הללו (בתלמוד הירושלמי) למדנו שקשה לכוון מתחילת התפילה ועד סופה... ואף שצריך אדם להתאמץ לכוון ככל יכולתו, אל יפול ברוחו, כשרואה שאינו מכוון כראוי. ואף אם חלם ברוב התפילה, לא יתייאש אלא יכוון במה שנותנו ולא יאמר אדם, אם אינני מכוון מוטב אולי שלא אתפלל. מפני שבעצם זה שבא לעמוד לפני ה' בתפילה, כבר הביע את הדבר העמוק ביותר, את עצם רצונו להיות קשור לה', ולהתפלל לפניו... ש'הכוונה' היא כנפיים, שעל ידה התפילה עולה ומתקבלת. וכשהתפלל אדם בלא כוונה, הרי שאין לתפילה כנפיים לעלות, והיא ממתנה עד אשר יתפלל בכוונה. וכשהתפלל בכוונה, יחד עם אותה תפילה יעלו לפני ה' יתברך כל התפילות שאמר בלא כוונה. והטעם לכך ברור, הרי בעצם זה שאדם בא להתפלל, הביע את רצונו להתקשר לה'... אלא שלא הצליח לכוון, וכאשר כיוון, פתח את השער לכל תפילותיו לעלות.

14. הרב חיים סבתו, לקראתי מצאתיך, עמ' 24-25

חייל הייתי. יום הכיפורים תשל"ד. תפילת מנחה בבית הכנסת דוד משען בבית מזמיל ירושלים. עטופי טליתות, יגעני תענית, מפייטים עקידה קודם קריאת התורה: "שיחו לאימי, כי ששונה פנה. הבן אשר ילדה לתשעים שנה, היה לאש ולמאכלת מנה. אנא אבקש לה מנחם, אנה צר לי לאם תבכה ותתייפח". פתע, צפירות חדות עולות ויורדות. רכב נוסע על הכביש. הלב נחרד. המתפללים מביטים איש ברעהו בדאגה. הלב נצבט מן הפיוט. מלבה של שרה. ששונה פנה. הצפירות ממשיכות לאיים. יצאתי החוצה, ממחר לחטיבת הטנקים בפאתי הגולן. עטופי טלית בבגדי לבן עלו לטנקים, מוסרי נפש להציל עמם. ביום שני, י"ב בתשרי, הוצבנו במארב בהר שיפון ליד המחצבה של נפאח. כל הטנקים סביבנו נפגעו. נשארנו לבד. והמטי"ק צועק: תותחן, אש; סבתו, אש! יורים עלינו! ואני רואה את הטנק הסורי מולי מכוון תותח. מי יוציא פגז ראשון? אני מאמץ את כל כוחי לכוון, ואני המטי"ק צועק: סבתו, תתפלל! ואני משיב, תתפלל אתה! והוא אומר, אבל אני לא יודע להתפלל! נצעק יחד, אמרתי, "אנא ה' הושיעה נא!". אז ידעתי סודה של תפילה טהורה בהתעטף הנפש. שם ידעתי תפילה בכוונה מה היא. תפילה טהורה שאין בה חציצה כחוט השערה בין הלב לבורא. וכשנפגע הטנק וקפצנו ממנו, רצים בין כדורים שרודפים אותנו שאל אותי רוני נהג הטנק: חיים, מה אתה מרגיש? וצעקנו שנינו כאחד: "שויתי ה' לנגדי תמיד". אז ידעתי סודה של קרבת אלוהים. אז ידעתי מה היא תפילה, ומה הוא יום הכיפורים שלי... רבות מן המחיצות והחציצות שערמו הזמן והבליו ביני לבין בוראי הוטרוד... אותה שעה. למדתי להבחין מה בין עיקר חיים לבין טפל, למדתי לייקר שעה של חיים, למדתי לקרוא מתוך לבי לשומע צעקה...

6. רבי שלמה בן אדרת (1235-1310)

שו"ת הרשב"א א, תג

מי שאינו יודע לכוין המלות ומחליף מלה במלה מקבל שכר על הכוונה הכללית... וחס ושלום למנוע מהתפלל כל מי שאינו יודע לכוין בכונות שמכונים אליהם גדולי החכמים. ולא לרפות ידיהם שאם אתה אומר כן נמצאו... נמנעים מן התפילה ומן המצות... אפילו כל המון ישראל זולתי אחד או שנים בדור. וכבר אמרו חכמי האמת ז"ל "כל ישראל יש להם חלק לעולם הבא".

7. תוספות מסכת בכא בתרא קסד, ב

"ועיון תפלה" - ומזה אין אדם ניצול בכל יום שאין שום אדם יכול לכוין בתפלתו.

8. תלמוד ירושלמי (וילנא) ברכות ב, ז

א"ר חייא: רובא אנא מן יומי לא כוונתי אלא חד זמן בעי מכוונה והרהרית בלבי ואמרית מאן עליל קומי מלכא קדמי ארקבסה אי ריש גלותא. שמואל אמר: אנא מנית אפרוחיא. רבי בון בר חייא אמר: אנא מנית דימוסיא. א"ר מתניה: אנא מחזק טיבו לראשי דכד הוה מטי מודים הוא כרע מגרמיה:

9. רבי אלימלך מליזנסק (1787-1717)

נעם אלימלך, פרשת ויצא

"והנה סולם מוצב ארצה" - רוצה לומר התפילה שהיא עולה למעלה, לזה רומז הסולם.

10. הרב אברהם ישעיהו קרליץ (1878-1953)

החזון איש, גליונות על חידושי רבנו חיים הלוי, הלכות תפילה, ז, א

כל אדם העומד להתפלל לא שייך בו 'מתעסק' דלעולם יש בו ידיעה כהה שהוא בתפילה לפניו יתברך, אלא שאין ליבו ער כל כך ובידיעה קלושה סגי בדיעבד אלא שאינה רצויה ומקובלת כל כך.

11. הרב ראובן פיינמן, בסוד התפילה, עמ' 25, 21

החזון איש מסביר שהבחירה של האדם להתפלל, הלא בעצמה כבר נחשבת לקיום מצווה כי בוודאי הייתה לו ידיעה כלשהי. ואפילו אם היא קלושה ומעורפלת... נחשב שהוא מכוון. רק אם לחלוטין לא היה לאדם רצון ובחירה להתפלל, ניתן לומר שהיתה תפילתו ללא כוונה... החזון איש נותן תקווה גם לדור ה- ADHD דור בעיות הקשב והריכוז...

12. שולחן ערוך אורח חיים תפלה קא א

המתפלל צריך שיכוין בכל הברכות, ואם אינו יכול לכוין בכלם, לפחות יכוין באבות; אם לא כיון באבות, אף על פי שכיון בכל השאר, יחזור ויתפלל.

נהגה: והאידינא אין חורין בשביל חסרון כוונה, שאף בחזרה קרוב הוא שלא יכוין, אם כן למה יחזור

1. תלמוד בבלי בכא בתרא קסד, ב

אמר רב עמרם אמר רב, שלש עבירות אין אדם ניצול מהן בכל יום: הרהור עבירה, ועיון תפלה, ולשון הרע.

2. תלמוד בבלי ברכות ז' נד, ב - נה, א

אמר רבי חייא בר אבא אמר רבי יוחנן: כל המאריך בתפלתו ומעיין בה סוף בא לידי כאב לב שנאמר: "תִּחְלַת מִמְּשִׁבֵּה מִחֲלָה לֵב". ואמר רבי יצחק: שלשה דברים מזכירים עונותיו של אדם, ואלו הן: קיר נטוי, ועיון תפלה, ומוסר דין על חבירו לשמים!

3. תלמוד בבלי שבת ז' קטז, א [קט"ז]

ששה דברים אדם אוכל פירותיהן בעולם הזה, והקרן קיימת לו לעולם הבא. ואלו הן: הכנסת אורחין, וביקור חולים, ועיון תפלה [ועיון תפלה היינו ככלל גמילות חסדים, דכתיב (משלי יא) גומל נפשו איש חסד], והשכמת בית המדרש, והמגדל בניו לתלמוד תורה, והדן את חברו לכף זכות.

4. תוספות מסכת ברכות ז' ל' עמוד ב

תימה דהכא משמע דעיון תפלה לאו מעליותא הוא וכן משמע (לקמן דף נה.) "ג' דברים מזכירין עונותיו של אדם... עיון תפלה". ולא כן משמע בשבת (דף קכו.) דקאמר אדם אוכל פירותיהן בעוה"ז וקא חשיב עיון תפלה אלמא מעליותא הוא... ויש לומר דתרי עיון תפלה: יש עיון תפלה דהכא - המצפה שתבא בקשתו [לפי שכוון בתפלתו] ועיון תפלה דהתם - שמכוין את לבו לתפלה.

5. רבי יוסף קארו (1575-1488)

שולחן ערוך אורח חיים צא, א

המתפלל צריך שיכוין בלבו פירוש המלות שמוציא בשפתיו; ויחשוב כאלו שכינה כנגדו; ויסיר כל המחשבות הטורדות אותו עד שתשאר מחשבתו וכוונתו זכה בתפלתו; ויחשוב כאלו היה מדבר לפני מלך בשר ודם היה מסדר דבריו ומכוין בהם יפה לבל יכשל, קל וחומר לפני מ"ה הקדוש ברוך הוא שהוא חוקר כל המחשבות. וכך היו עושים חסידים ואנשי מעשה, שהיו מתבודדים ומכוונים בתפלתם עד שהיו מגיעים להתפשטות הגשמות ולהתגברות כח השכלי, עד שהיו מגיעים קרוב למעלת הנבואה. ואם תבא לו מחשבה אחרת בתוך התפלה, (ב) ישתוק עד שתתבטל המחשבה. וצריך שיחשוב בדברים המכניעים הלב ומכוונים אותו לאביו שבשמים, ולא יחשוב בדברים שיש בהם קלות ראש.

כל המאריך בתפילתו ומעיין בה - **אומר בלבו שתיעשה בקשתו לפי שהתפלל בכונה**. סוף בא לידי כאב לב - **שאינן בקשתו נעשית...** שלושה דברים מזכירין עונותיו של אדם... עיני תפילה - **שעל ידיהן מנשפשים למעלה במעשיו, לומר: בוטח זה בזכותו, נראה מה הם...**

עיון תפילה - יש מפרשין שלאחר שהתפלל דן בלבו שישלם לו הקדוש ברוך הוא שכרו ויעשה הקדוש ברוך הוא צרכיו וישמע תפלתו לפי שהתפלל בכונה.

אמר רבי חמא ברבי חנינא: אם ראה אדם שהתפלל ולא נענה יחזור ויתפלל שנאמר: "קוה אל ה' חזק ויאמץ לבך וקוה אל ה'".

ספר העיקרים, מאמר ד פרק י"ח
מה שהביא האנשים לפקפק בתפילה... וזה שהם אומרים... אם נגזר - אין צריך תפילה, ואם לא נגזר - איך תועיל התפילה לשנות רצון השם לגזור עליו טוב אחר שלא נגזר? שלא ישתנה השם מן הרצון? אל ילא רצון? ולא מלא רצון? אל ירצון, ובעבור זה יאמרו... שלא תועיל התפילה להשיג טוב מה, או להנצל מרע שנגזר עליו.

הוא הדבר אשר אמר ה' למשה: 'מה תצעק אלי דבר אל בני ישראל ויסעו' ולכאורה יפלא, הרי הקב"ה מתאוה לתפילתן של צדיקים, ואיך ייתכן שלא ירצה שישראל יתפללו לפניו. אכן הביאור בזה, דהנה ענין התפילה שמבטלת את הגזרות אינו ח"ו שינוי רצון כלפי מעלה, כי 'אני ד' לא שניתני', אלא משום שכל גזרה הנגזרת על האדם אינה חלה רק על מקום ידוע וזמן מסוים, לזאת באה התפילה להעלות את האדם לעולם אחר יותר עליון, שהוא אינו נמצא תחת אותו מקום ואותו זמן ושמה לא חלה הגזרה כלל ועל ידי התפילה ממשיכים את המקום היותר עליון גם למטה וממילא מתבטלת הגזרה לגמרי, ולכן נקראת תפילה 'דברים העומדים ברומו של עולם' (ברכות ו ע"ב וברש"י), כי התפילה פועלת לרומם את האדם לעולם יותר עליון, עולם שאין הגזרה פוגעת בו.

יש...חושבים שכל עצמה של התפלה היא הדאגה והצרות שעליה מתפללים, כמו שמבקש העני מן העשיר, או כל איש מן מלך בשר ודם אשר בידו להושיעו באיזה דבר. אבל רק איש בער ולא ידע יכול לחלל כ"כ את התפלה ולחשבה רק צורך הדאגות, ולולי הצטרפותו (=צרכיו) לא היה מתפלל ח"ו. כי באמת התפלה בעצמה, התקרבות הלב והשתפכות הנפש לד' בתפלה, זו היא העיקר אשר בתפלה. וראה נא במדרש עוד יותר, לא בלבד שאין התפלה מסובבת מן הדאגות והצרות, רק שלפעמים את הדאגות שולח ד' (כא, ה): "אמר ריב"ל: למה הדבר דומה? למלך שהיה בא בדרך, והיתה בת מלכים צועקת לו, בבקשה ממך הצילני מיד הלסטים, שמע המלך והצילה. לאחר ימים ביקש לישא אותה לאשה, היה רוצה שתדבר עמו ולא היתה רוצה, מה עשה המלך, גירה בה הלסטים, כדי שתצעק וישמע המלך" עד כאן לשונו הקדוש. את הנמשל בטח אתה מבין מעצמך, הנפש שלך בת מלכים, רוצה הקב"ה לישא אותה, כלומר שתתקרב ותתיחד בקדושתו, וצריכה לדבר ולהתפלל אליו, כי ע"י התפלה הפנימית הבאה מקירות הלב, הנפש מתעוררת משנתה, הומה ומתיחדת במלך מלכו של עולם, והיא עיקרה ותכליתה של התפלה, עד שישנן דאגות שד' שולח אותן לאיש הישראלי כדי שיתעורר על ידם להתפלל ולצעוק לד' מקרב לבו ונפשו, כמו אותו המלך שגירה את הלסטים בבת המלך כדי שתצעק אליו.

ולמה נתעקרו האמהות?... שהקב"ה מתאוה לתפלתן ומתאוה לשיחתן...

נתיבות עולם, א, נתיב העבודה, יח
ה' יתברך הוא חפץ להשפיע הטוב מצד עצמו, ולכן הוא מתאוה לתפלתן של צדיקים עד שיוכל להשפיע. כי בלא תפילה כאשר הוא עצמו אינו חפץ - למה ישפיע השי"ת להם? ולכן הוא מתאוה לתפלתן עד שישפיע הטוב.

כך הקמת תפילה, ז"ה ה' נראה לי, כי זה יורה, כי אין העקרות עיקר הסיבה, אלא התפילה, ולא בא העקרות אלא בשביל שתבוא התפילה. אם כן, התפילה עיקר!

אף כי פשוט נראה שיש לאדם להתפלל בשעה שנצרך לבקשה, אבל באמת עיקר מעלת התפילה היא שיוכון לתפילה עצמה לא לעשות בקשתו. כי אף כשהאדם מבקש על איזה דבר. מ"מ בעמדו להתפלל יש לו לשכוח צרכיו ולהתפעל בשבחו של מקום. ויוכל להיות נענה בתפילתו ע"י שבקשתו גרם לו לבוא לתפילה. וז"ש... "בצר לי אקרא" שכיון שע"י הצרה בא אל התפילה הוא מחובר להתפילה.

בהשקפה ראשונה נראה, שהמושג 'תפילה' קיים גם אצל אומות העולם (להבדיל) Prayer. אמנם, לאמיתו של דבר, קיים הבדל גדול ומהותי כפי שזה אצל בני ישראל, ועד - להבדיל - כפי שזה אל אומות העולם. תרגומה המדוייק של המילה Prayer בלשון הקודש הוא 'בקשה'. אבל אצל בני ישראל אין הדבר נקרא בשם 'בקשה', כי אם בשם 'תפילה'. והחילוק בין בקשה לתפילה הוא הפכי: 'בקשה' פרושה תחינה, ו'תפילה' פרושה התחברות ("נפתולי אלוקים נפתלתי"). 'בקשה' מדגישה - שמבקש מהקדוש ברוך הוא שיתן, מלמעלה למטה, את החסר לו. וכאשר לא חסר לו דבר, או שאין לו רצון לדבר - לא שייכת בקשה. ואילו 'תפילה' מדגישה - התחברות עם הקב"ה, מלמטה למעלה. וענין זה שייך אצל כולם, ובכל עת... ולכן נקבע זמנים מסוימים ביום לתפילה, כדי לחדש ולחזק את הקשר עם הקב"ה. ולכן ישנו ענין התפילה - ובכל תוקף - גם אצל אלו שלא חסר להם שום דבר, כי תפילה אינה רק תחינה ובקשה בלבד, אלא עיקר ענין התפילה הוא חידוש ורענון התקשרות ודבקות האדם עם הקב"ה.

[26] בכל שבט אפריקני יש כהן דת או מכשף, הוא מכונה בפי האנתרופולוגים: "שמאן"...המכנה המשותף שלהם הוא הניסיון לגרום לאלים לעשות את המבוקש...לפי הפסיכולוגיה החברתית, אחד המוטיבים המרכזיים בכל הפולקלור העולמי הוא החלום שכח-על כלשהו יעשה את רצון האדם. זה רעיון המאפיין את כל התרבויות ללא יוצא מן הכלל...[27] בין שמדובר במגדל בבל, ב'אלדין'...השולט על שד ענק, ובין שמדובר בסיפורי הארי פוטר... גישה זו עומדת בסתירה לעצם מהות התפילה היהודית הנקראת "עבודה". בתפילה אמיתית האדם שואף לעבוד את ה' ולעשות את רצונו, ולא להפך - שהוא יתברך יעשה את רצונו. המחשבה שהתפילה נועדה לכוון את ריבונו של עולם לרצון שלנו, בטעות יסודה, ולצערנו דורות שלמים מתחנכים לפיה מבלי לשים לב שביסוד גישה זו עומד יחס נצלני ו'שמאני' כלפי שמים...[30] החיסרון שמופיע בחיים הוא אות שאמור לעורר אותנו לפנות אל הבורא, והפנייה עצמה היא הגורם למילוי החיסרון!...מטרתה של התפילה היא הקשר עם הקב"ה... כך הופך החיסרון עצמו לקרש קפיצה המקרב את האדם אל מקור כל השפע שבעולם... וממקום כזה אפשר להתפלל על כל דבר... [37] בתפילה אנו לומדים לרצות את מה שאנחנו עדיין לא רוצים באמת, ולכן היא נקראת 'עבודה'... [47] התפילה שלנו שונה בתכלית כי היא לא נועדה להשפיע על רבונו של עולם חלילה. אצלנו זה אפילו נחשב לעברה להתפלל מתוך ציפייה שישגים ה' את משאלתנו. עברה זו נקראת 'עיון תפילה'...[48] הרבה פעמים ה' כן עונה לתפילה והאדם מקבל את מה שבקש, כי הקב"ה ברא את העולם בצורה שהמציאות מגיבה אליו... כשם שהגוף שלנו מגיב לכל מחשבה, כך גם המציאות מגיבה לכל תפילה שהאדם מתפלל...[49] לא הקב"ה משתנה בעקבות התפילה של האדם אלא המתפלל עצמו... כגודל השינוי בנפשו של המתפלל, כך תהיה השפעתו על העולם... :

[5]... והנה הוא ניגש להתפלל. פוסע שלושה צעדים ונכנס לעולם אחר... שלוש הפסיעות הן אמירה: אני מתרומם למציאות אחרת... אני ניגש אל הערפל אשר שם האלוקים... אנו פוסעים שלושה צעדים לאחור גם בתום התפילה, לומר שברצוננו למשוך את אותו עולם עליון שפגשנו בתפילה עמנו אל העולם הגשמי, וכך כל החיים הופכים לתפילה מתמדת של הנשמה (כדברי הראי"ה קוק): "כי הנשמה היא תמיד מתפללת. הלא היא עפה ומתרפקת על דודה בלא שום הפסק כלל..." (עולת ראיה, א, יא)