

שער שלישי

צדק חברתי

תהליכים
חברתיים וערכיים

למען
ציון

תפילה -

עבודה שכלל

אחינוך עמך

אשר

שבת ישראל

י"ח - י"ט

מסכתא

הקהל

תשע"ה

נוער חוביל תהליכים חברתיים וערכיים

"עבודה שבלב"

תפילה

"עבודה שבלב"

תפילה הנה חלק מרכזי בסדר יומו של יהודי מאמין.
תפילה היא דרך להבעת משאלות, להבעת תודה, לווידוי, לבקשת סליחה ולאמירת
תשבחות לבורא עולם.
תפילה הנה דו שיח מילולי ונפשי בין האדם לבוראו, דו-שיח המאפשר לפרוק רגשות
ולקבל כוחות.
תפילה במהותה היא ניסיון של האדם להתקרב אל הקב"ה באמצעות פנייה ישירה
אליו.
תפילה היא צורך!

שלב א' של הפעילות שלפניכם נועד לעורר את המשתתפים לחשיבה על תפילה.
שלב זה נועד לאפשר כל אמירה, מחשבה ודעה במסגרת לברר את הלכי הרוח
והקשיים המשותפים למרבית התלמידים בכיתה.

שלב ב' של הפעילות נועד לרתום את המשתתפים להעלאת רעיונות מעשיים
להתקדמות בתפילה האישית ובמרחב הציבורי.

תפילה - עבודה שבלב

מטרות:

1. לעורר את המשתתפים לחשיבה על תפילה: מהות התפילה; ערכה של התפילה; קשיים בתפילה.
2. לעודד את המשתתפים להעלות רעיונות מעשיים לשנינו או לשיפור התפילה ברבדים שונים.

חלק א'**עזרים:**

- נספח מס' 1: "ואני תפילתי" - אסופת קטעי מידע מונוים בנושא "התפילה - עבודה שכלל" (14 מקורות שונים)
- נספח מס' 2: "סקר תפילה" - דף אישי, כמספר המשתתפים
- נספח מס' 3א': "דע לפני..." - דף משימה זוגי, מחצית ממספר המשתתפים
- נספח מס' 3ב': "דע לפני..." - דף משימה קבוצתי, כמספר הקבוצות
- נספח מס' 4: "אלו דברים" - כמספר המשתתפים
- נספח מס' 5: "דף שיקוף" - הצעה

מהלך ההפעלה

שלב הכנה: המנחה יבחר את קטעי המקורות מתוך אסופת קטעי המידע: "ואני תפילתי" - נספח מס' 1, ויערוך דף מקורות לכיתתו (זוגי, קבוצתי או למליאה).

שלב א' - פתיחה

להלן כמה הצעות לעידוד חשיבה על התפילה:

הצעה 1:

- שמש אסוציאציות סביב המושג "תפילה"

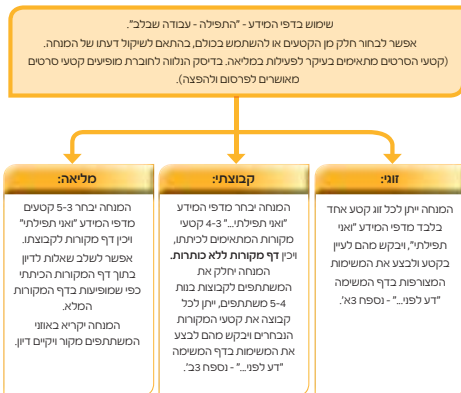
הצעה 2:

- המנחה יבחר אחד מקטעי המקורות (נספח מס' 1) ויקריא אותו באוזני המשתתפים, או יקרין סרטון ויבחר עם המשתתפים מחשבות, תובנות או רגשות שהתעוררו בעקבות קטע זה.

הצעה 3:

- המנחה יחלק למשתתפים דף אישי - "סקר תפילה" (נספח מס' 2), ויבקש מהם לעיין בו.
- המנחה יקיים סבב בין המשתתפים ויבקש מהם לשתף את המליאה בסיפור, במחשבה או בתוכנה שהתעוררו במהלך קריאת הדף האישי "סקר תפילה".

שלב ב' - זוגי/ קבוצתי/ במליאה



שלב ג' - מליאה

- המנחה יבקש מנציגי הקבוצות או הזוגות לשתף את המליאה בתוצרי החשיבה שלהם.
- המנחה יחלק למשתתפים דף משימה אישי "אלו דברים" (נספח מס' 3) ויבקש מן המשתתפים למלא את הדף.
- המנחה יאסוף את הדפים לצורך הגדרת הנשאים המרכזיים.

שלב ביניים:

- מחנך הכיתה יחד עם נציגי הכיתה יעיינו בדפים שנאספו ויבחרו ארבעה-חמישה קשים, אתגרים או נושאים המשקפים את הלכי הרוח המרכזיים בכיתה.
- מומלץ לסכם ולמנות את מספר ההתייחסויות הכיתתיות לכל קושי, אתגר או הצעה שהועלו.
- עשויים לעלות נושאים כגון:
 1. התנהגות בתפילה
 2. הקושי להתחבר לסקסט קבוע
 3. תפילה אישית לעומת תפילה מנוסחת
 4. תפילת יחיד לעומת תפילה בציבור
 5. תפילה בזמן החופשה
 6. התועלת שבתפילה
 7. תפילה בזמן משבר
 8. ועוד
- כל נושא יירשם על דף A3 ככותר. דפים אלו יישמשו את הכיתה בחלק ב' של הפעילות.

חלק ב':

עזרים

5-4 דפי A3 כמתואר בשלב הביניים
מדבקות קטנות צבעוניות (10 מדבקות עבור כל משתתף)
מכשירי כתיבה
נייר דבק

מהלך ההפעלה

שלב א' - קבוצתי

המנחה יחלק את המשתתפים ל-4 קבוצות, כמספר הכותרים שבהם רוצים לעסוק (דפי A3 משלב הביניים). כל קבוצה תתבקש להציע רעיונות לשיפור ולקידום הקושי או האתגר המוצג בכותרת.

שלב ב' - מליאה

- המנחה יתלה את הדפים על קירות החדר.
- המנחה יחלק לכל משתתף 10 מדבקות קטנות צבעוניות (אין חשיבות לצבע).
- המנחה יבקש מן המשתתפים להסתובב בחדר ולסמן במדבקה את עשרת הרעיונות החשובים ביותר והמעשיים ביותר בעיניו.

סיכום:

- המנחה יעבור עם המשתתפים על הרעיונות שבהם בחרו מרבית המשתתפים (מומלץ לסמן רעיונות אלו בצבע בולט) - רעיונות אלו יהוו בסיס ל"דף שיקוף" כיתתי בנושא תפילה.

בנוסף:

הכיתה תבחר רעיון אחד לשיפור נושא התפילה, שבו הם רוצים ויכולים לפעול במישור האישי או הכיתתי לאלתר, בלי להמתין להמשך התהליך.

סיכום שלב הקהל כיתתי:

- המנחה/ מחנך הכיתה ונציגי הכיתה ינסחו "דף שיקוף" ובו ארבעה רעיונות מעשיים לקידום התפילה במרחב האישי והציבורי (רצ"ב דוגמה לדף שיקוף, נספח מס' 5).
את דף השיקוף יכינו מחנך הכיתה ונציגי הקהל הכיתתיים בהסתמך על 4-5 דפי הכותר שבהם עסקה הכיתה בשלב ב' של הפעילות.
- דף זה נועד לשקף את הלך הרוחות הכיתתי: הן את הדעות הרווחות בקרב מרבית תלמידי הכיתה והן דעות קצה או דעות יחיד שהושמעו בכיתה.
- המנחה יעביר את "דף השיקוף" לרכז החברתי.
- מומלץ "לשווק" את הדף שנבש בכיתה להורי הכיתה ולכלל קהילת בית הספר.

- דף צבעוני הכולל גם תיאור של עבודת הכיתה
- מצגת
- סרטון ל-YouTube
- דף בפייסבוק
- חולצה, סווצ'ר, כובע





תפילה - עבודה שבלב

אסופת קטעי מידע ומקורות



מצוות עשה להתפלל בכל יום, שנאמר "ועבדתם את ה' א-להיכם", מפי השמועה למדו שעבודה זו היא תפילה, שנאמר "ולעבדו בכל לבבכם", אמרו חכמים "אי זו היא עבודה שבלב זו תפלה..."

ולפיכך נשים ועבדים חייבין בתפילה לפי שהיא מצוות עשה שלא הזמן גרמא, אלא חיוב מצווה זו כך הוא: 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, כל אחד לפי כחו.

אם היה רגיל – מרבה בתחינה ובקשה, ואם היה ערל שפתיים – מדבר כפי יכולתו ובכל עת שירצה, וכן מניין התפילות כל אחד כפי יכולתו, יש מתפלל פעם אחת ביום, ויש מתפללן פעמים הרבה, והכול יהיו מתפללן נוכח המקדש בכל מקום שיהיה, וכן היה הדבר תמיד ממשה רבנו ועד עזרא.

כיוון שגלו ישראל בימי נבוכדנצר הרשע נתערבו בפרס ויוון ושאר האומות... נתבלבלו שפתם... וכיוון שהיה מדבר אינו יכול לדבר כל צורכו בלשון אחת... ומפני זה כשהיה אחד מהן מתפלל תקצר לשונו לשאול חפציו או להגיד שבח הקב"ה בלשון הקדש... וכיון שראה עזרא ובית דינו כך עמדו ותיקנו להם שמונה עשרה ברכות על הסדר, שלוש ראשונות שבח לה' ושלוש אחרונות הודיה, ואמצעיות יש בהן שאלת כל הדברים שהן כמו אבות לכל חפצי איש ואיש ולצורכי הציבור כולן, כדי שיהיו ערוכות בפי הכול וילמדו אותן ותהיה תפלת אלו העיולים תפילה שלמה כתפלת בעלי הלשון הצחה, ומפני ענין זה תיקנו כל הברכות והתפילות מסודרות בפי כל ישראל כדי שיהא ענין כל ברכה ערוך בפי העייל.

וכן תיקנו שיהא מנין התפילות כמנין הקרבנות, שתי תפילות בכל יום כנגד שני תמידין וכל יום שיש קרבן מוסף תיקנו בו תפילה שלישית כנגד קרבן מוסף...

וכן התקינו שיהא אדם מתפלל תפילה אחת בלילה... כענין שנאמר "ערב ובקר וצהריים אשיחה ואהמה וישמע קולי..."

נמצאו התפילות בכל יום שלוש, ערבית ושחרית ומנחה, ובשבתות ובמועדים ובראשי חודשים ארבע, שלוש של כל יום ותפילת המוספין, וביום הכיפורים חמש, ארבע אלו ותפילת נעילה.

תפילות אלו אין פוחתין מהן אבל מוסיפין עליהם, אם רצה אדם להתפלל כל היום כולו – הרשות בידו.

מתוך רמב"ם, משנה תורה, הלכות תפילה, פרק א

חשובים:

1. מהם, לדעת הרמב"ם, המויעים לעיצוב אופי פורמלי לתפילה?
2. מהו המודל שלפיו נקבע מספר התפילות? איזו השפעה יש למודל שנקבע?
3. מהם, לדעתכם, היתרונות והחסרונות שבעיצוב אופי ותוכן מוגדרים לתפילה?

ברכת התפילה

"ויהיה הלשון מסכים עם המחשבה לא יוסיף עליו,
ולא יבטא בתפילתו על דרך המנהג והטבע, כמו הזרזר והבבגא,
אלא עם כל מילה מחשבה וכוונה בה, ותהיה העת היא לב זמנו ופריז ...
ויהיה פרי יומו ולילו השלוש עתות ההם של תפילה, ופרי השבת יום השבת...
ועבודתו בשמחה לא בכניעה ...
ומתמדת עליו ברכת התפילה עד עת תפילה אחרת,
כהתמדת כוח סעודת היום עד שיסעוד בלילה,
וכל אשר תרחק עת התפילה מהנפש
היא הולכת וקודרת
במה שפוגע אותה מעסקי העולם".

(עפ"י רבי יהודה הלוי, כוור' ג, ה)

חושבים:

1. בארו בלשונכם את חוויית התפילה והמתפלל, על פי ר' יהודה הלוי.
2. כיצד ניתן לשמור על חוויית התפילה בין התפילות כדי שלא תהא הנופש קודרת מעסקי העולם הזה?
3. "מתמדת עליו ברכת התפילה עד..." - ריה"ל מגדיר את חוויית התפילה כברכה. מדוע?

"קבעו לנו שיתפלל היחיד תפילת ציבור..."

"יתחיל בבקשת צרכיו בכלל כל ישראל, ולא יעבור זה, כי התפילה הנענית אינה כי אם לקהל או בקהל, או לאחד שיהיה במקום קהל, והוא נעדר בזמננו זה.

אמר הכוזרי: ולמה זה, הלא שיתייחד האדם יותר טוב ותהיה נפשו זכה ומחשבתו פנויה יותר.

אמר החבר: אבל היתרון לקהל מכמה פנים. מהם כי הקהל אינם מתפללים במה שיש בו הפסד ליחיד, והיחיד אפשר שיתפלל במה שיש בו הפסד ליחידים אחרים... ומתנאי התפילה הנענית שתהיה במה שיועיל העולם ולא יזיקהו בשום פנים. ומהם שמעט הוא שתשלם תפילה ליחיד מבלי שגנה ופשעה.

ומפני כן קבעו לנו שיתפלל היחיד תפילת הציבור, ושתהיה תפילתו בציבור בעוד שיוכל לא פחות מעשרה, כדי שישלם קצתם מה שיחסר בקצתם בשגנה או בפשיעה, ויסתדר מהכול תפילה שלמה בכוונה זכה, ותחול הברכה על הכול ויגיע לכל אחד מהיחידים חלקו ממנה..., כי מה שמקצר ממנו אחד משלימו אחר".

עפ"י רבי יהודה הלוי, כוזרי ג, פ"ד-ט

חושבים:

1. הכוזרי טוען: "הלא שיתייחד האדם יותר טוב ותהיה נפשו זכה ומחשבתו פנויה יותר". הרחיבו והעצימו את ההיגיון המצדד במעלת תפילת יחיד לכלל טיעון מבוסס, מפורט ומשכנע.
2. מהם, לדעת החבר, היתרונות בתפילה בציבור?
3. איזה הבדל עקרוני יש בין מלך הכוזרים לחבר בתפיסת אופי התפילה ותפקידה ביהדות?

כוונת הלב כיצד?

"כל תפילה שאינה בכוונה אינה תפילה, ואם התפלל בלא כוונה חוזר ומתפלל בכוונה. מצא דעתו משובשת ולבו טרוד – אסור לו להתפלל עד שתתישב דעתו. לפיכך הבא מן הדרך והוא עייף או מיצר – אסור לו להתפלל עד שתתישב דעתו, אמרו חכמים ישהה שלשה ימים עד שינוח ותתקרב דעתו ואחר כך יתפלל.

כיצד היא הכוונה שיפנה את לבו מכל המחשבות ויראה עצמו כאילו הוא עומד לפני השכינה, לפיכך צריך לישוב מעט קודם התפילה כדי לכוון את לבו, ואחר כך יתפלל בנחת ובתחנונים. ולא יעשה תפילתו כמי שהיה נושא משאיו ומשליכו והולך לו, לפיכך צריך לישוב מעט אחר התפילה ואחר כך יפטר חסידים הראשונים היו שוהין שעה אחת קודם תפילה ושעה אחת לאחר תפילה ומאריכין בתפילה שעה.

וכן אין עומדין להתפלל לא מתוך שחוק ולא מתוך קלות ראש ולא מתוך שיחה ולא מתוך מריבה ולא מתוך כעס אלא מתוך דברי תורה, ולא מתוך דין והלכה אף על פי שהם דברי תורה כדי שלא יהא לבו טרוד בהלכה, אלא מתוך דברי תורה שאין בה עיון, כגון הלכות פסוקות".

רמב"ם, תפילה ד, טו-יח

חושבים:

1. איזו משמעות נוספת נותנים דברי הרמב"ם לקביעת "פסוקי דמרה" בתפילת שחרית?
2. אילו פעולות מקדימות אפשר לעשות במסגרת הכנה לתפילה, כך שתוכל להיאמר בכוונה?
3. ש"י ענון, בהקדמה לספרו "ימים נוראים", מתאר כחויית ילדות טראומתית מכוננת את הפעם הראשונה שבה נתקל במהירות שבה אנשים, לאחר סיום תפילת יום כיפור עוצמתית, החליפו "פני חילוי בפני חולין". למה לדעתך חסידים ראשונים היו שוהים שעה אחת גם לאחר התפילה? מה הם עשו במשך כל הוסיף הזה?



תפילה בכוונה / הרב יוני לביא

הרב יוני לביא נשאל: "האם יש ערך לתפילה בלי כוונה?". הוא מרחיב
בבעיית הכוונה בתפילה, מדבר על חובת התפילה ועל ערך המילים
עצמן ומסיים בעצה טובה.

מתוך אתר מכון מאיר



חושבים:

1. אם "תפילה בלא כוונה כגוף בלא נשמה", אז למה להתפלל?
2. האם יש ערך לתפילה כזו? אם כן, מהו?
3. כיצד אפשר להתמודד עם "אתגר הכוונה"?



אלא יתפלל תמיד

"וְאֶתְחַנֵּן אֶל ה' בַּעַת הַהִיא לֵאמֹר",
 דַּהֲנָה הָאָדָם צָרִיךְ לְהִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת גָּדוֹל לְהֵשֵׁם יִתְבָּרַךְ אֲךָ אִם לְפַעֲמִים יֵשׁ עֵת,
 שְׂאִינוּ יִכּוֹל לְהִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת,
 אֵל יֹאמֶר אֵינִי מִתְפַּלֵּל כָּלֹל מֵאַחֵר שְׂאִינוּ יִכּוֹל לַכּוֹן כְּרָאוֹי וּלְהִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת,
 הַתְּפִילָּה אֵינָה מְקַבֶּלֶת... אֲלֵא יִתְפַּלֵּל תָּמִיד,
 וְאִם לֹא יוֹכֵל לְהִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת כְּרָאוֹי יִתְפַּלֵּל בְּכָל כּוֹחַ
 כִּי בַעַת שְׂיִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת כְּרָאוֹי אֲזִי יַעֲלֶה כָּל הַתְּפִילוֹת עִם הַתְּפִילָּה הַהִיא
 שֶׁהִתְפַּלֵּל כְּרָאוֹי וְזֶה "וְאֶתְחַנֵּן אֶל ה'" – תָּמִיד, בֵּין בְּדַבְּקוֹת בֵּין שְׁלֹא בְּדַבְּקוֹת,
 "בַּעַת הַהִיא לֵאמֹר" – הֵינּוּ בַּעַת שְׂאֻזְכָּה לְהִתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת
 שֶׁהוּא בְּחִינַת שְׁגוּרָה תְּפִילָּתִי בְּפִי וְהֵינּוּ "בַּעַת הַהִיא לֵאמֹר",
 שֶׁהַדְּבָרִים נֶאֱמָרִים וּמְרָצִים בְּפִי מִחֲמַת שֶׁמִּתְפַּלֵּל בְּדַבְּקוֹת,
 אֲזִי יַעֲלֶה כָּל הַתְּפִילוֹת שֶׁהִתְפַּלֵּל עַד עֵתָה כֵּן"ל.

(ליקוטי מוהר"ן, חלק א, תורה צט)

חושבים:

1. כיצד עונה ר' נחמן מברסלב על השאלה אם להתפלל בלי כוונה? מהי הסיבה?
2. עד כמה מועיל מזה של תפילה בדבקות?

”נו, תגידו אמן” סיפורה של פלוגה במלחמת שלי”



התמונה הייתה עכשווית ברורה: כוח השריון והח”ר יצא לדרכו בציר החוף, לפני שהושמד המתחם הסורי, כפי שתוכנן. הטנקים וחילי “גולני” היו אם כן מסתרים נוחה לסורים שעל הרכס. מעופם האטי, השטני של הטיילים לא פסק לרגע. הבוקר האור “טייל” בנות לכלי הפלדה ושריקות הכדורים הפכו לדבר שבשגרה.

עכשיו צמצמנו בירי כדי לחסוך בתחמושת. החיילים החלו להירגע, לנסות להבין מה מתרחש, לעכל את המפגש הראשון עם המוות.

הרגיעה היחסית אפשרה את פינוי הפצועים. לרגעים השתחררה בזירת הקרב דומיה מוורה, שלא הופרעה אפילו בצרחות נק”ל. סמל אורי סלען פנה לפתע למשה קרביץ ברשת הקשר שלה האזן בדוד “סופה” כולו, והודיע כי הסען שלו, משה זליקוביץ, מבקש לשאת תפילה בקשר:

- זה היה קצת מוזר, כי בקשר אתה רגיל לדבר בקיצור, במינימום מילים. תפילה בקשר?

- איזה טירוף! היה קשה לתת לו אישור. ביקשתי מהסמ”פ.

ותשובת קרביץ:

- הייתי צריך את הרשתות. המצב לא היה פשוט. עמדתי לומר לאורי שכל טנק יעשה את זה בנפרד וזהו. אבל הבנתי מה התפילה הזו יכולה לעשות לחבר’ה שלי, לחיילים שלי. מה משמעותה עבורם. כיוון שהייתה לי אפשרות להפסיק באמצע, אישרתי לאורי את הבקשה.

”שיעשה את זה מהר” שאג קרביץ.

דקה ארוכה נשמעו ברשת הקשר פסוקי התפילה העתיקה, שנשא בימי קדם הכהן משוח המלחמה, לפני רבבות היוצאים לקרב. ברקע נשמעו המסחים הארטילריים ובתוכם הטנקים רסטו שריהם של הטנקיסטים ממאמץ ומהתרגשות, וברשת הקשר: “שמע ישראל, אתם קרבים היום למלחמה על אויבכם. אל ירך לבבכם. אל תיראו ואל תחפזו ואל תערצו מפניהם... היה נא עם חילי זה”ל, שלוחי עקר הקרבים היום למלחמה עם אויביהם. חזקו ואמצו, ריבה ריבונ, לחם את לחמינו... אנא ה’ הושיעה נא...”

קרביץ לא ידע את נפשו. עינו התערפלה: זה היה כמו זרם מים אדיר, ששטף אותי מכפות רגלי ועד ראשי. אני, הסמ”פ, עמדתי בכיפת המפקד המום ולא יכולתי להגיב. מושיק המשיך ללחוץ על המעד’ בגלל ההתרגשות. התפילה הסתיימה, אך הקשר לא נותק. מושיק צעק בקול: “נו, תגידו אמן” ושחרר את המעד’. אז אמרתי: “כאן קודקוד - אמן”. אחר כך טנק אחרי טנק, ענו כולם: “כאן אחד ב’ - אמן”, “שתים ב’ - אמן” וכך הלאה, כאילו היה זה אישור שבלת פקודה.

השעה הייתה שעת אחר הצהריים מוקדמת. מדי הוית דבקו לגופם של השריונרים והפכו לעיסה סמיכה של בד רטוב. קרביץ חילק בין אנשיו עמדות תצפית וירי חדשות, וביקש לעבור לצדו המערבי של הכביש. ביתניים פרצו לחומי החי”ר, בסיועה של מחלקת הנדסה, אל פאתי חלדה והחלו לסרוק רגלית את הבתים והסמטאות... סרן משה קרביץ זכה בעיטור העוז על האופן שבו ניהל קרב זה.



חושבים:

1. “בנותי מה התפילה הזו יכולה לעשות לחבר’ה שלי” - מה היא יכולה לעשות?
2. אילו תפקידים וצרכים מילאה התפילה שבסיפור?
3. האם לדעתך, מבחינה הלכתית, יש ערך לאמירה “כאן קודקוד - אמן”? איזה ערך אחר יש לה?

"ה' שמעה תפילתי"

תַּפִּלָּה לְעֵנִי כִּי יַעֲטֹף וְלִפְנֵי ה' יִשְׁפָּךְ שִׁיחוֹ:

ה' שִׁמְעָה תַּפִּלָּתִי וְשׁוֹמְעִתִי אֶלֶיךָ תְּבוֹא:

אַל תִּסְתֵּר פְּנֶיךָ מִמֶּנִּי בְּיוֹם צָר לִי הִשָּׁה אֵלֵי אֲזַנְךָ בְּיוֹם אֶקְרָא מִהֵרָ עֲנֵנִי:

(תהילים קכ, א-ג)



ריון צרור על תפילת הנערות בנווה דקלים רגע לפני הפיוני:

"הצליל מקפיא... מעולם לא שמעתי תפילת נשים סוערת שכזו... התפילה לוחטת, שבורה, אדוקה, מתחננת. לרגע זה נדמה כמו טראנס בגואה, אבל לא. הן נשרפות עד שאי אפשר עוד להכיל את הכאב... האם זו תפילה של תבוסה? של מי שהבין שהפור נפלי? שהגוף מת?... מה אני רואה? עם בוכה אני רואה! רגעים אחדים לאחר תום השירה פונו הבנות, ועמן כל תושבי גוש קטיף, אל מעבר למעבר כיסופים.

בדיסק המצורף ישנם שני סרטונים של התפילה בנווה דקלים. האחד ערוך, ובו תמונות מכל הגוש; השני תיעודי - כפי שצולם בידי צוותו של ריון צרור. כדאי ללוות את הנושא בצפייה בסרטונים.

חושבים:

1. האם רק בסרטים תפילות מתקבלות ככה?
2. מה ערכה של תפילה, אם איננה מביאה לתוצאה המקווה?
3. בלוויה של החייל נחשון וקסמן, שנחטף ונהרג בידי מחבלים, התייחס אביו לתפילת המונים להצלתו שלא נענתה. הוא אמר שפעמים רבות פנה אל הקב"ה בבקשה ונענה בחיוב. הפעם הוא נענה בשלילה, ו"צריך לדעת שלאבא מותר גם להגיד לא!"
כאר במילותיהן את התשובה. האם אתה מסכים איתה?

להלן ציטוט מתוך אגרותיו של החזון איש, עיין בו ובאר את תשובתו לשאלה שבה אנו עוסקים:

"התפילה היא מטה עוז ביד כל אדם. אין תפילה ששבה ריקם, אין מילה של תחינה וריצוי שמוציא יהודי מפיו שלא תפעל את פעולתה, אם היום אם למחר, אם בשנה זו אם לאחר שנים רבות, אם אצל המתפלל אם אצל זרעו ואחריו. דבר זה צריך להיות חדור בתודעתו של כל יהודי."

4. תפילה עוצמתית דומה אנו מוצאים בסרט "האושפיזין" (קישור באתר החס"ד). משה ומלי בלנגה עומדים בפתח רח הסוכות במצב כלכלי קשה. הם מתפללים לוס משמים, והוא אכן מגיע. השליחים לוס הם אנשים העוסקים בצדקה הוותנים להם מתן בסתר.
- כיצד מרגישים ילדיו הסרט כאשר תפילתם נענית?
 - איזו תחושה התעוררה בקרבכם בעקבות צפייה בקטע זה?

"רציתי להתפלל ולא ידעתי..."



זה היה במלחמת השחרור, הייתי מפקד מחלקה (מ"מ). יום אחד ערכתי את מחלקתי מול החוד של הצבא המצרי שהגיע עד אשדוד, המחלקה הייתה עלובה מסכנה. עם כמה סטנים וגם קצת רימונים נערכנו בפרדס ליד בית עובד. היה כמעט מנוחך לחשוב שנוכל לעצור את הסנקים המצריים, שיכלנו לראות מולנו במרחק לא גדול במשך היום.



תוך כדי מעשה לא הרגשתי פחד ולא חשבתי על פחד, הייתי עסוק מדי בלחפור את השוחות, לעשות פטרולים ולגלות את האויב.

אבל כשירדה החשכה, כשהכול היה כבר ערוך ומוכן ואנחנו ציפינו להתקפה, שהייתה צריכה לבוא עם שחר, שכבתי לי באחת השוחות של הפרדס והתחלתי מדמין לעצמי מה יקרה כשיעלה השחר, ואז נתקפתי בפחד נורא.

בדרך כלל לא הייתי פוחד, אך הפעם הגשתי פחד עד כדי רעד, פחד מעיק ביותר. ואז - באיזשהו רגע הרגשתי רצון עז להתפלל, אבל לא ידעתי איך. שום תפילה לא הייתה שגורה על לשוני, אבל בכל זאת התפללתי, התפללתי בלשון פשוטה, כפי שהבנתי, אבל אני זוכר את הרצון שלי אז להתפלל דווקא תפילה שאותה כל היהודים בכל הדורות התפללו - אלא שלא ידעתי שום תפילה כזאת...

חושבים:

1. הרצון להתפלל, כשהוא נובע מהפחד, מבטא את הצורך להתחבר למשהו גדול שיכול להוות גם משענת.
 2. אל מי/ מה מחברת התפילה הפשוטה והלא מנוסחת?
 3. אל מי/ מה מחברת התפילה המנוסחת, עתיקת היום?
- "גם תפילת יחיד, כשהיא נאמרת על פי הנוסח שאותו אמרו יהודים בכל מקום, בכל זמן ובכל מצב, היא סוג של תפילה בציבור".
- באר את הרעיון שמאחורי ההיגד ה"ל. איזו משמעות נוספת הוא מעניק למושג "תפילה בציבור"?

שיר העתים

מיכל אשד



עת נובע

כי לא כל העתים שוות.

ישנן גם שנות בצרת,

ויש שנים שישנות.

עקשו העת נובע,

נשפך, אינו מרפה.

רוח ברקה

משיב בכנפיו,

לכל תחלואיכי מרפא.

חשובים:

1. מהו "עת נובע"? למה לא כל העתים נובעות?
2. מה ההבדל לעניין זה בין "שנות בצורת" ל"שנים ישנות"?
3. כיצד "העת הנובע" גורם "לכל תחלואיכי מרפא"?

"הנשמה, היא תמיד מתפללת..."

"אין התפילה באה כתיקונה כי אם מתוך המחשבה שבאמת הנשמה היא תמיד מתפללת. הלא היא עפה ומתרפקת על דודה בלא שום הפסק כלל, אלא שבשעת התפלה המעשית הרי התפילה הנשמית התדירית היא מתגלה בפועל.

זהו עידונה ועינוגה, הדרה ותפארתה של התפילה, שהיא מתדמה לשושנה הפותחת את עליה הנאים לקראת הטל או נוכח קרני השמש המופיעים עליה באורה, ולכן "הלוואי שיתפלל אדם כל היום כולו".



הרא"ה, עולת ראיה, עניני תפילה

חשובים:

1. את האמירה "הנשמה היא תמיד מתפללת", מבאר הרב קוק באומרו: "היא עפה ומתרפקת על דודה בלא הפסק כלל". השווה בין ההיגדים והסבר מה היא התפילה לפי הרב קוק.
2. לאור דברי הרב קוק, מה המשמעות של התפילה המעשית, הנאמרת אחת לכמה שעות?

שער הדמעות שולי רנד, ארקדי דוכין



כשהאדם מאבד את הטעם, מתיאש מהכוחות של עצמו –
עליו לפנות לשמים, יש שם מי שמקשיב רק לו.
ואז, עוד בלי לדעת כלום, אדם מקבל מענה,
רצונות חדשים, מילוי וקידום, תקוות לעתיד טוב ושונה.
אחר כך הוא שוב נופל, שוב מתחיל לצעוק ולשנוא,
מרגיש ריקנות מחומה, מרוח, בקושי סוחב את עצמו.

כל השערים ננעלו, חוץ משער הדמעות –
דרכו הדרך לחופשי,
במסתרים תבכה נפשי.

והוא נופל כבר בלי חומר דלק, הכול ריקני זה,
גם בעבודה, גם בתוך הבית,
מרגיש מבפנים שום דבר
לפעמים מעדיף את החומה
לפעמים את הרוח, אך גרוע מכול – כלום.
רק רצה לנוח, רק רצה להתרסק וליפול.
ועוברים חודשים של טוב ורע,
הבלבול רק גובר וחונק,
עד שאין כבר מוצא מתוך הביצה,
הוא קם ובוכה וצועק.

כל השערים ננעלו...
זה לא בבי מערפול ידיים,
פשוט האדם כבר מבין שלבד אי אפשר
צריך מינימום שניים,
כך מתגלה אלוקים.
ואז הוא בונה לו כתר, כי זאת מטרה עליונה.
הוא מתחיל להבין שהכול תלוי רק בו ובחברה הנכונה.
מצד אחד זוכה לכתר, מצד שני לשפלות של עצמו.
אין כלום בעולם הזה, רק הבורא, אדם מאמין בכל דבר כשרע לו.

חושבים:

1. על פי הבית הראשון וזה האחרון, אילו תוצאות יש לתפילה?
2. על פי הפזמון, מה ערכה הגדול של התפילה?
3. כיצד התפילה מורמת לאדם גם לנאול את עצמו וגם לראות בשפלות עצמו?



מישהו לרוץ אתו

נספח מס' 1

אחד המשפטים שדתי שומע הכי הרבה בחייו הוא "בוא, בוא אני אגיד לך מה הכי מעצבן אותי בדת". בדרך כלל העומד מולך משבח תחילה את היהדות ואורחותיה - "תשמע, ליהדות יש דברים נראים יפים להציע. שבעה, לדוגמה. זה מה-זה מקסים" - ואז בא הקטע שהכי מרגיז אותם. למשל, העניין המיותר הזה שאסור לנסוע בשבת. למה? מי צריך את זה? בשביל מה זה חשוב? או כל הניגוס הזה עם הפירות-ים. מיותר לגמרי.

יש לי הרבה תשובות, תאמינו לי, אבל לפעמים גם לי בא להגיד מה הכי מעצבן אותי בדת. זה קורה כמעט בכל יום: אתה עומד בתפילה שחשובה לך, שמדברת אליך ושמשמש תכונת להתכוון בה לכל מילה, ופתאום אתה רואה שהיא נגמרה. לא הרגשת כלום. כלומר, היית ממש מרוכז, אבל בעיניים אחרים לגמרי. העבודה, הילדים, חשבון הבנק, למה עוד אין מחליף לגדי סוקניק.

הסבר קטן למי מקוראי הטור שבמקרה לא מתפלל: בניגוד ללולב, נרות שבת או תפילין, התפילה היא מצווה לא פיזית. זו עבודה רוחנית קשה ומאתגרת. לגדולי הרבנים והצדיקים, שתפילתם-אומנותם, זה אולי כבר קל, אבל ליהודי המשווה קשה מאוד לטעון את התפילה בכל פעם במשמעות חדשה. וזה בדיק מה שנדרש ממנו לעשות. פעם כתב מישהו שתפילה טובה צריכה להיות כמו נסיעה ברכבת: הנוף לא משתנה, ובכל זאת, בכל רגע אתה רואה אותו מנקודה אחרת. כך בתפילה, הטקסט הוא אותו טקסט, אבל האדם נוסע כל ימי חייו, הוא לא עומד במקום, ובכל פעם הוא אמור לחוות את התפילה מהנקודה הפנימית שבה הוא נמצא.

עד כאן התיאור, עכשיו למציאות: אני בא לבית הכנסת בשבת בבוקר, אומר את תפילת "נשמת כל חי", אחת התפילות המשמעותיות ביותר, ולא מצליח להרגיש. ואז, ביום שני בלילה, כשאני על ההליכון, בברמודה ובגופייה, בקילומטר השלישי, אני שומע באיפוד את השיר "נשמת כל חי" של קרליבך על אותן מלים, ופתאום - התרגשות גדולה וכוונה עצומה: "נשמת כל חי תברך את שמך ה' אלוהינו, ורוח כל בשר תפאר ותרום וזכר מלכנו תמיד, מן העולם ועד העולם אתה אל. ומבלעדיך אין לנו מלך גואל ומושיע, פודה ומציל ומפרנס ועונה ומרחם בכל עת צרה וצוקה, אין לנו מלך עוזר וסוחר אלא אתה".

והיהודי משתגע. למה? הרי בשבת בבוקר כשצריך לומר את התפילה הזאת, כל כך רציתי, ממש השתוקקתי, וזה פשוט לא הלך. ודווקא עכשיו על ההליכון, פתאום זה בא? זה, רבותי, זה הדבר הכי מעצבן בדת.

בקבוצת מדגם שערכתי, גיליתי שאני לא לבד, שגם לדוסיס אחרים קל יותר להתחבר לאלוקים תוך כדי בישול, נהיגה, קניות ואפילו הדחת כלים, כששומעים מוסיקה יהודית ברקע. בדיק בגלל זה החלטתי לאחרונה לשנות גישה. כשבאה התפילה של שבת בבוקר בהליכון של יום שני בלילה - פשוט לזרום. אם לא בשבת, שיהיה לפחות בשני. תפילה ספורטיבית זה גם בסדר.

ואז, אחרי שנגמר השיר, אחרי ההתרגשות של המלים "על כן איברים שפילגת בנו ורוח ונשמה שנפחת באפינו ולשון אשר שמת בפינו, הם הן יזדו ויברכו וישבחו ויפארו וירוממו ויעריצו ויקדישו וימליכו את שמך מלכנו", אני מנגב את הזיעה במגבת, מכניס את הגופייה לברמודה, שיהיה מכובד, ואומר גלגל "היי רצון מלפניך, שיהא חשוב לפניך הליכון זה כאילו היה הכיסא שלי בבית הכנסת, ואיפוד זה כאילו היה סידור, ומגבת זו שכרובה על צווארי כאילו הייתה טלית מצויצת, ותהא חשובה לפניך התרגשות שהתרגשתי בשייר זה, כאילו הייתה זו תפילה בשעתה ובזמנה". ואז אני ממשיך לרוץ.

(ידידיה מאיר, מתוך מוסף הארץ)

חושבים:

בקטע זה באידי ביסוי פתרון יצירתי לנקודות שאלהן כיוונו במקורות השונים:
 "לא כל העתים שוות", הקושי בכוונה, תפילה תמידית, תפילה אישית ומנוסחת, וכן הלאה.
 נסו להציע פתרונות יצירתיים משלכם, לבעיות שאיתן אתם מתמודדים בתפילתכם.

ברוך... ממקומו", רבעון אחרון לאלף השישי

פמליה של מעלה
רשות השרת/ מינהלת התפילות
Sha'ar.hadmaot@shtibel.shamaim

לכבוד:

מאת: הממונה על התפילות, ת"ד מלאכים, ד"ג שמים

הנדון: סקר תפילות

ג.א.נ

במסגרת סקר שאנו עורכים, ולאחר שעקבנו אחרי תפילות בימים האחרונים, אנו מבקשים להפנות אליך כמה שאלות הבהרה בעניין תפילתך. נשמח אם תענה עליהן בכנות.

- התחברנו לפייסבוק שלך ועשינו "לייק" לשני סרטונים. באחד אתה נראה מתפלל בהתלהבות וברגש, ובשני – התפילה שלך נראית כמו הצרות שלנו. האם תוכל לזהות עבורנו באילו תפילות מדובר?
 - כמה זמן אורכת לך ברכת המזון? (כשאתה באמת משתדל)?
 - האם תוכל להסביר כיצד משתלבת הקטטה שבה היית מעורב היום בבוקר עם מה שאמרת בליל אמש, בקריאת שמע על המיטה: הריני מוחל וסולח לכל מי שהכעיס/ הקינט/ עצבן אותי...?
 - מתפילת השבת: "ואילו פינו מלא שירה כים... אין אנחנו מספיקים להודות לך... על אחת מאלף... פעמים הטובות שעשית עם אבותינו ועמנו...". האם אכן אתה מרגיש כך?
 - הבוקר, באמצע ברכת השנים, נפסקה לפתע תפילתך למשך כדקה ולא נקלטה אצלנו שום פעילות תפילתית. האם זה משום שקיבלת מסרון? האם בגלל זה חייבת עד "כי אתה שומע תפילת כל פה"?
 - לבנות – סמני את המתאים: אני הולכת לתפילה בליל שבת ☐ אני לא הולכת ☐ למגוש את החבר'ה/ ☐ להתפלל ☐ לראות ולהראות.
- לבנים – סמן את המתאים: אחוז הפעמים שהגעתי לתפילה בחודש האחרון לפני "ברוך שאמר" נע בין: 0 – 3/6 – 9/13 – 19/16 – 99 (אתה לא מרגיש "מוזר"?).
- להלן תפילתך מיום כ"ג חשוון, בשעה 08:17 כפי שנקלטה אצלנו. נודה להתייחסותך: "ולירושלים עירך ברחמים... מחר יש מבחן בהיסטוריה... ותשכון בתוכה כאשר... אולי נלך אחר כך לבאולינג... ברוך שאמר והיה העולם... אוף, קבעתי לצאת לסרט עם... (לצערנו, נשתבשה פה הקליטה)... כי אתה שומע תפילה ותמצא פתרון ויהיה ה' אחד ושמו אחד... (איפה הסידור?)".
 - האם לדעתך תפילה עוזרת? האם חשבת כך גם כשלאחר תפילות מרובות נכשלת במבחן החשוב במתמטיקה/ שוב פספסת את האוטובוס בדרך ל.../ היא ענתה ב"לא" על שאלתך?
 - בעקבות הסלמה בדרום, נסעתי להתעודד ולקבל חיזוק מתושבי שדרות. פתאום – אזעקת "צבע אדום". אתה נמצא במקום מוגן יחסי. 20 שניות לנפילה. 5 שניות, שריקה מפלח, 3 שניות לתפילה בלבד. נסה לשתף אותנו בתפילה שתלחש. תודה.
 - לסיכום: נסה להסביר לנו בכנות, למה אתה מתפלל?

הערה: הפנייה מנוסחת בלשון זכר, אך מיועדת לנשאלים ולנשאלות כאחד.

דע לפני...

דף משימה

קראו את קטע המידע שקיבלתם ובצעו את המשימות שלהלן:

1. סכמו בכמה מילים את הרעיון המרכזי המוצג בקטע.

2. האם הקטע שקראתם ריגש אתכם? מדוע?

3. הקטע מציג קושי מסוים בתפילה. מהו הקושי?

4. האם מוצע בקטע הנ"ל פתרון? מהו?

5. היערכו להצגת תוצרי החשיבה שלכם בפני המליאה.



דע לפני...

דף משימה

קראו את קטעי המידע שקיבלתם ובצעו את המשימות שלהלן:

1. תנו כותרת המושכת את הלב ונוגעת במהות כל קטע.
2. כל אחד מקטעי המקורות שלפניכם מציג קושי. רשמו מתחת לכל קטע מהו הקושי.
3. בחלק מן הקטעים מוצע פתרון. מהו הפתרון? האם אתם מזדהים עם פתרון זה?
4. מהו הקטע שריגש אתכם כקבוצה, יותר משאר הקטעים? מדוע?
5. בחרו נציג/ה שיעביר את בחירתכם בפני המליאה.



אלוי מעצנים

אלוי מנחמים

תפילה
אלו דברים ש....

אני לוזני אשכנז

רשני אי אגם

אח...כ

אני לוזני אשכנז



דף שיקוף

תפילה - עבודה שבלב



חשוב לנו לצַיֵן כי כמה תלמידים רצו לדבר על...

הסוגיות העיקריות שבהן עסקה הכיתה היו:

אנחנו רוצים לשתף ברעיונות או בסיפורים מרגשים שעלו במהלך הברור...

רעיונות מעשיים ... פרויקטים ... יוזמות ...

אנחנו, תלמידי כיתה _____, מציעים בזאת:

להלן כמה דעות מיעוט שלא זכו להסכמה, עוררו מחלוקת, או אפילו חוסר נחת:

להלן עוד כמה רעיונות טובים שעלו בכיתתנו, והחלטנו לוותר עליהם בשלב זה.

בשלב ראשון החלטנו לפעול בנושא תפילה בדרך הבאה:

רשמו:

נציג הקהל:

מחנך הכיתה: