

# מפי כהן

שיעורו השבועי של

מו"ר הרב שמעון כהן שליט"א

## פרקי תפילה

### כוחה ומעלתה של תפילה שאיננה בכוונה

#### ראשי פרקים:

בתפילה צריך לב אחד ✦ עיקר נסיון האדם - כוונה בתפילה ✦ דין המסופק אם התפלל ✦ אלמלא הקב"ה עוזרו לא היה יכול לכוון בתפילה ✦ המעיין בתפילתו בא לידי כאב לב ✦ תפילה אחת בכוונה מחייה את כל התפילות ✦ עצות וסגולות לכוונה בתפילה

"כתיב 'שויתי ה' לנגדי תמיד', לכך יכוון בתפילתו כי המלך הגדול עומד כנגדו, ולכך אומר 'ברוך אתה ה'... ועיקר נסיון האדם בכל יום היא כוונת תפילה, שמדבר למקום פה אל פה, על כן יכוון הירא את דבר ה'".

התפילה היא הנסיון העיקרי של האדם בכל יום. שלוש פעמים ביום אנו עומדים בנסיון לפני ה', האם נצליח לכוון בתפילה או לא. זה 'עיקר נסיון האדם בכל יום'! יש לנו נסיונות רבים במהלך היום, אבל הנסיון העיקרי הוא הכוונה בתפילה.

במרוצת היום עבודת ה' שלנו עומדת במבחן מתמיד, בדרך למכולת או בתור בבנק, באוטובוס או בעבודה, בבית הכנסת או בבית פנימה. ברקע תמיד מנסרת השאלה עד כמה אנחנו מכוונים לרצון ה', עד כמה אנו מקיימים את הפסוק "בְּכָל דְּרָכֶיךָ דַּעְהוּ"<sup>6</sup>. אבל כשאדם עומד בתפילה, השאלה אם הוא מכוון לרצון ה' איננה רק שאלה שמנסרת בחלל האוויר, זו שאלה קיומית שמגדירה את התפילה כתפילה.

#### דין המסופק אם התפלל

הפוסקים דנים מה דינו של אדם המסתפק אם התפלל או לא, וכך פסק מרן המחבר בהלכות תפילה<sup>7</sup>:

"אם הוא מסופק אם התפלל, חוזר ומתפלל, ואינו צריך לחדש שום דבר".

אומר ה"ביאור הלכה" שם:

"עייני בחיי אדם שכתב, דהיום אין נוהג דין זה לפי מה דמבואר לקמן בסעיף ד' דצריך שיהא מכיר את עצמו ואמיד בדעתו שיוכל לכוון, וידוע שבזמן הזה אפילו אחד מאלף לא ימצא, ואם כן אין יכול להתנות".

#### בתפילה צריך לב אחד

הכוונה בתפילה כוללת דרגות שונות. כל אחד נדרש לריכוז ועמל לפי כוחו. הגמרא בסנהדרין<sup>1</sup> אומרת:

"המתפלל צריך שיראה עצמו כאילו שכניה כנגדו, שנאמר: 'שויתי ה' לנגדי תמיד'".

ובמדרש<sup>2</sup> מובא:

"בשעה שאתם מתפללין לפני הקדוש ברוך הוא, לא יהיו לכם שתי לבבות, אחד לפני הקדוש ברוך הוא, ואחד לדבר אחר".

המתפלל מצווה לדעת לפני מי הוא עומד ואל מי הוא נושא תפילה. זה דבר פשוט וברור לכל בר דעת. כשנפגשים עם מלך בשר ודם יש להגיע מוכנים היטב, להיות מרוכזים במטרות שהוצבו ולדעת כיצד לנצל כל רגע על מנת להפיק את המרב מהשיחה. על אחת כמה וכמה הדברים נכונים כאשר מדובר במלך מלכי המלכים.

בשכל הדברים פשוטים וברורים, אך כדי ליישם את הדברים בפועל נדרשת עבודה פנימית גדולה. אנו עומדים שלוש פעמים ביום בתפילה ומנסים לכוון ולהתרכז במילות התפילה, ולא פעם המחשבות משוטטות ומגיעות למחוזות רחוקים.

#### עיקר נסיון האדם - כוונה בתפילה

רבי אלעזר מגרמיזא<sup>3</sup>, בעל "הרוקח", תלמידו של רבי יהודה החסיד ורבו של הרמב"ן בקבלה<sup>4</sup>, כותב בפירושו לסידור<sup>5</sup>:

<sup>1</sup> סנהדרין כב ע"א.

<sup>2</sup> מדרש תנחומא (בבב) פרשת כי תבוא ג.

<sup>3</sup> רבי אלעזר מגרמיזא (וורמייזא, היא העיר וורמס שבגרמניה) (מגנצא-וורמייזא), דתתק"כ-דתתק"ץ - מן הבולטים שבין "חסיד"י אשכנז". בצעירותו למד בעיר מיץ אצל רבי אלעזר, בעל ה"יראים", ואחר כך בשפירא אצל רבו המובהק רבי יהודה ב"ר קלונימוס. בשפירא התקרב לתורת הסוד אצל קרובו רבי יהודה החסיד. לאחר זמן קבע את מקום שבתו בוורמייזא, והקים שם ישיבה. רבים מגדולי הדור הבא היו מתלמידיו, ביניהם רבי יצחק מוינה, בעל ה"אור זרוע". פרעות מסעי הצלב פגעו קשה גם בו ובמשפחתו, ובאחת הפרעות היו בין הנרצחים אשתו ובנותיו, והוא ובנו

וכמה מתלמידיו נפצעו. רבי אלעזר נודע בעיקר בשל ספרו ההלכתי החשוב "הרוקח". חיבר חיבורים נוספים בכל חלקי התורה.

<sup>4</sup> ראה "שם הגדולים" מערכת מ אות קסב.

<sup>5</sup> פירושי סידור התפילה לרוקח עמ' שטו.

<sup>6</sup> משלי ג, ו.

<sup>7</sup> שולחן ערוך או"ח הלכות תפילה סימן קז, א.

לוקח על עצמו אחריות שהיא מעבר לחובת ההשתדלות, והוא מבין ש"גם זו לטובה", גם אם כעת איננו מבין מהי הטובה.

האדם המאמין עומד לפני ה' ואומר: "אֲדַנִּי שִׁפְתַי תִּפְתַּח וּפִי יִגִּיד תְּהַלְתֶּךָ"<sup>10</sup>, אני רוצה לכוון בתפילה, אני רוצה להיות שייך. נכון, זה לא לגמרי בידיים שלי, אבל אני מתפלל על זה שאזכה לכוון בתפילה. על ידי ההתעוררות הזאת זוכה האדם שהקב"ה נענה לו ומסייעו.

### המעייין בתפילתו בא לידי כאב לב

הגמרא בברכות<sup>11</sup> אומרת ש'עיון תפילה' מביא לידי כאב לב ומזכיר לאדם את עוונותיו. והגמרא בבבא בתרא אומרת, שיש שלוש עבירות שאין אדם ניצול מהן בכל יום, ובהן 'עיון תפילה'. בעקבות דברי הגמרא אומרים תוספות<sup>12</sup>:

"עיון תפילה הוא רע, כשמהרהר בתפילתו, כדאמרינן בברכות (נה ע"א): המעייין בתפילתו בא לידי כאב לב, כדאמרינן התם: אלו דברים המזכירים עוונותיו של אדם - קיר נטוי ועיון תפילה..."

ונראה לרבי, דעיון תפילה שהוא רע, שאינם מכוונים תפילתם, כדאמרינן (שבת קכז ע"א) ב'אלו דברים שאדם אוכל פירותיהם' כו', 'ועיון תפילה', ומזה אין אדם ניצול בכל יום, שאין שום אדם יכול לכוון בתפילתו היטב, והכי אמר בירושלמי (ברכות פ"ב, ה"י): אמר רבי מתניה: מחזקנא טיבותא לרישא, דכי מטי למודים כרע מגרמיה".

רש"י<sup>13</sup> מבאר ש'עיון תפילה', פירושו ביטחון שתפילתו תתקבל לאחר שהתפלל בכוונה גדולה, אך לפי תוספות 'עיון תפילה' הוא עצם הכוונה בתפילה. מצד אחד חוסר כוונה בתפילה מביא לידי כאב לב ומצד שני "אין שום אדם יכול לכוון בתפילתו היטב". ודוגמא מוחשית לכך היא דבריו של רבי מתניה בירושלמי, שביקש להודות לראשו על כך שבאופן שיטתי ועקבי הוא זוכר להתכופף בתחילת ברכת 'מודים' ללא תזכורת חיצונית...

רבי מתניה היה אחד מן האמוראים. האמוראים היו ענקי רוח עצומים ונוראים, הרבה למעלה מתפיסתנו, עד כדי כך שאפילו הקטנים שבהם היה בכוחם להחיות מתים<sup>14</sup>. רבי מתניה מלמד אותנו כמה קשה לכוון בתפילה.

### התפלל ולא כיוון - יצא ידי חובתו

מקור נוסף לנחמה עבור מי שלא הצליח לכוון בתפילתו כראוי הוא דברי בעל "שבולי הלקט"<sup>15</sup> שכתב:

"ושמעתי מפי הר"ר יעקב מגוריצבורק נר"ו, שיש להביא ראיה מראש מסכת זבחים, שאף על פי שכמה פעמים אדם מתפלל ואינו מתכוון, יש לומר שיצא ידי חובתו למאן דאמר 'תפילות כנגד תמידין תקנום', דאמרינן בתחילת זבחים: 'כל הזבחים שנזבחו שלא לשמן כשרין אלא שלא עלו לבעלים לשם חובה'. ומוכיח לשם, דאם נזבחו בסתמא כשרין ועלו לבעלים לשם חובה.

בסעיף ד' מבואר שרק מי ש"מכיר את עצמו זריז וזהיר ואמיד בדעתו שיוכל לכוון בתפילתו" רשאי להתפלל תפילת נדבה. לאור זאת קובע ה"חיי אדם" כי בזמן הזה נדיר למצוא אדם כזה שיודע לכוון ברמה המתירה לו להתפלל תפילת נדבה.

מסיבה זו מכריע ה"חיי אדם" שגם אדם המסופק אם התפלל או לא, אל יתפלל שנית, כי על הצד שהתפלל כבר תיעשה תפילתו נדבה וקרוב לודאי שאיננו מאותם הראויים להתפלל נדבה.

אמנם ה"ביאור הלכה" חולק על דברי ה"חיי אדם", אך הבנה זו שבזמן הזה כוח הכוונה בתפילה נחלש, איננה נחלתו של ה"חיי אדם" בלבד, כפי שנראה להלן.

### אלמלא הקב"ה עוזרו לא היה יכול לכוון בתפילה

על דברי הטור בנוגע לכוונה הנדרשת בתפילה כותב הב"ח<sup>8</sup>:

"ריש פרק אין עומדין (ברכות לא ע"א): תנו רבנן, המתפלל צריך שיכוון את ליבו לשמים. אבא שאול אומר: סימן לדבר 'תכין לבם תקשיב אזנך' (תהלים י, יז).

נראה דהא דאמר 'סימן לדבר', הוא לפי דקרא משמע דאין ביד האדם לכוון ליבו לשמים, שהרי אמר 'תכין לבם', דמשמע אם תכין ליבם אז תקשיב באזנך, כדפירש רש"י, אלמלא דביד הקדוש ברוך הוא הוא להכין לבבם שיכוונו בתפילה, ואלמלא הקדוש ברוך הוא עוזרו לא היה יכול לכוון את ליבו. אפילו הכי 'סימן לדבר' הוא, שיתעורר האדם ויסכים בדעתו לכוון, כי אז ודאי הקדוש ברוך הוא עוזרו, כי הבא לטהר מסייעין לו מן השמים".

לכוון את הלב בתפילה, זה לא בידי אדם. אי אפשר לכוון בתפילה בלי סיוע מן שמיא, ולכן התפקיד שלנו איננו לכוון בתפילה אלא להכין את הלב, להתעורר ולהסכים בדעתנו לכוון, ומתוך כך נזכה לסיוע אלקי.

על היצר הרע אומרים חז"ל במסכת קידושין<sup>9</sup>:

"יצרו של אדם מתגבר עליו בכל יום ומבקש המיתו, שנאמר: 'צופה רשע לצדיק ומבקש להמיתו', ואלמלא הקדוש ברוך הוא עוזרו אין יכול לו, שנאמר: 'אלקים לא יעזבנו בידו'".

אדם יכול לחטוא ולעשות ככל העולה על רוחו, ולבסוף להצטדק ולומר: מה אתם רוצים ממני, זה לא בשליטתי, אם הקב"ה יעזור ב"ה אצליח, אבל בינתיים כנראה שהוא לא עזר.

הביטוי "אלמלא הקדוש ברוך הוא עוזרו אין יכול לו", הוא ביטוי מסוכן שניתן לטעות בו וללכת אתו רחוק. הב"ח משתמש בביטוי זה בנוגע לתפילה - כדי להתפלל בכוונה אנו זקוקים לסייעתא דשמיא, אבל הסייעתא דשמיא איננה מסלקת את האחריות מהאדם, להיפך, היא מלמדת אותו להבין שהקב"ה אתו בכל מעשיו, משגיח ושומר.

זו תובנה יסודית שנוגעת לכל המבט על החיים. כשבחור מקבל תשובה שלילית משיבה שרצה מאוד להתקבל אליה על אף שעשה את כל המאמצים הנדרשים כדי להתקבל, או כשאדם מקבל מסיבה כלשהי מכתב פיטורין מהמעסיק שלו על אף עבודתו המסורה וכדו', הוא עלול להישבר ולהיכנס לדיכאון עמוק, אבל אם הוא מאמין שהקב"ה משגיח ושומר, הוא לא

<sup>10</sup> תהלים נא, יז.

<sup>11</sup> ברכות נה ע"א.

<sup>12</sup> תוספות בבא בתרא קסד ע"ב.

<sup>13</sup> בבא בתרא שם ד"ה עיון תפלה.

<sup>14</sup> עבודה זרה י ע"ב.

<sup>15</sup> שבולי הלקט ענין תפילה סימן יז, דין תפילה בלחש ובכוונת הלב.

<sup>8</sup> ב"ח על הטור או"ח סימן צח, א.

<sup>9</sup> קידושין ל ע"ב.

החיצון שהתפילות הפסולות שהתפלל מקודם עומדות שם, ומוציאה משם כל אותן התפילות הפסולות שהתפלל ועולות כולן עם אותה התפילה הכשרה שהתפלל, וכולן נכנסות עמה באגודה אחת לפני ה' יתברך, ונמצא שלא יפול דבר אחד מכל התפילות שהיחיד מתפלל.

ואם לא חזר האדם בתשובה ולא התפלל תפילה בכוונה כהוגן, כל אותן התפילות הפסולות מוציאות אותן אל מחוץ למחנה למקום טמא, בהיות אותו האדם נמשך אחר הטומאה, ואז נועלים לפניו שערי תשובה.

ריבונו של עולם הוא ארך אפיים, א-ל מלא רחמים, הוא מצפה ומחכה מתי נזכה לכוון בתפילה, וכשמגיע הרגע הגדול, הוא אוסף את כל התפילות שנפסלו ולא הגיעו ליעדן ופותח בפניהן את שערי.

בהמשך עומד בעל ה"שערי אורה" על כוחן של הדמעות בתפילה וכוחם המיוחד של בעלי תשובה בתפילתם, וכה דבריו:

"ובהיכל זה הנקראת מידת אל ח"י יש מקום אחד שיש בו שערים הנקראים שערי דמעה, וי"י יתברך הוא בעצמו פותח אותם השערים שלוש פעמים בכל יום, והם שערים נכונים לבעלי תשובה כשהם חוזרים ומתנחמים על מעשיהם הרעים. וכשאותו בעל תשובה מתפלל ובוכה ומוריד דמעות בתפילתו, נכנסת תפילתו ובכיותיו לפניו בשערי דמעה. וזהו שאמרו רז"ל: אף על פי ששערי תפילה ננעלו שערי דמעה לא ננעלו, שנאמר 'שימה דמעתך בנאדך הלא בספרתך' (תהלים נו, ט), והרמז, תפילת חזקיהו, שנאמר בה: 'ויבך חזקיהו בכי גדול ואמר י"י יתברך שמעתי את תפלתך ראיתי את דמעתך' (ישעיהו לח, ג).

ואף על פי שיש הפרש בעניין דמעה בזמן שבית המקדש קיים לזמן חורבנו, מכל מקום שערי דמעה פתוחים תמיד. וכבר אמר הנביא: 'שובו עדי בכל לבבכם ובצום ובבכי ובמספד' (יואל ב, יב). ולפיכך כשאדם רוצה שתתקבל תפילתו, יתכוון בה וישפוך דמעה ואין תפילתו חוזרת ריקם. וכן נאמר בעניין חנה: 'והיא מרת נפש ותתפלל על י"י ובכה תבכה' (שמואל א' א, י). תדע לך שאותה הצדקת כל שערי היכלות היתה יודעת, וכל מעשיה היו בכוונה ידועה להיכנס לחדרי מרכבה...."

דברים דומים כותב רבי יהונתן אייבשיץ בספרו "יערות דבש"<sup>18</sup>, וזו לשונו:

"וראו נא לכמה מגיע ועד היכן ענין תפילה, ועל זה נחתם גזר דין על אשר ה' לא קראו, וצריך האדם להיות חרד בתפילה, כי זה אשר נשאר לנו בגולה... או לנו אשר נאמר: 'סכותה בענן לך מעבור תפילה' (איכה ג, מד), ומה הוא הענן, הוא... שיחה בטילה בבית הכנסת, ומכל שכן בעת תפילה, הכל הוא עולה בעב וענן ומונע לתפילה לעלות, אך אם אדם מתפלל אחר כך בכוונה ובבכי ודמעה, מעלה כל תפילות מכמה שנים אשר סביב נקבצו לו, כי נשארו עומדים ברפיון מבלי עליה, וכעת על ידי תפילה זו הם עולים במעלה בית אל".

יש זמנים שבהם אדם עומד לפני ה' יתברך ותפילתו יוצאת מעומק נשמתו, מתוך לב שבור וכוונה טהורה, והתפילה שלו פורצת את כל השערים שלפניה ומחיייה את כל התפילות שנראה היה שהלכו לאיבוד. תפילה אחת בכוונה הראויה מגלה

הכא נמי בתפילה, יש לומר דאינו מתכוון, הוי ליה כסתמא, ויצא ידי חובתו. מיהו המתפלל בכוונה, טפי עדיף והיא מצוה מן המובחר ומובטח לו שאין תפילתו חוזרת ריקם, כדכתיב: 'תכין לבם תקשיב אזנך'.

### תפילה אחת בכוונה מחיייה את כל התפילות

בספר "שערי אורה"<sup>16</sup> של רבי יוסף ג'יקטיליא<sup>17</sup> ישנו תיאור מופלא של סדר קבלת התפילות בעולמות העליונים, וכך נאמר שם:

"ואחר שעוררנוך על אלו העיקרים הגדולים, יש לנו להודיעך כי המידה הנקראת אל ח"י היא כדמיון מצרף ומבחן לקבל התפילות מיד אדני".

ובהיכל זה עומדים כמה שומרים וכמה חיילות לבחון ולצרוף כל התפילות הנכנסות בהיכל אדני, ובהיכל זה בודקים התפילות וצעקה ותחנונים. וכשהיחיד מתפלל, נכנסה תפילתו דרך היכל אדני ובודקים אותה במקום הזה. ואם היא ראויה להיכנס דרך מידת אל ח"י, אז שומרי הפתחים מקבלים אותה תפילה ומכניסין אותה עד הגיעה לפני יהו"ה יתברך. ואם חס ושלום התפילה שאדם מתפלל אינה הגונה, קורין לאותה תפילה מלמעלה תפילה פסולה. וקורין כל דברי אותה תפילה 'פסילים'. והכרוז קורא: אל תיכנס אותה תפילה לפני יהו"ה יתברך! והקול מכריז: 'אני י"י הוא שמי וכבודי לא אחר לא אתן ותהלתי לפסילים' (ישעיה מ"ב, ח). ומיד מוציאים אותה תפילה בניזיפה ודוחין אותה לחוץ ואינה נכנסת וננעלים השערים בפניה, וזהו שאמר: 'פנה אל תפלת הערער' (תהלים קב, יח). כי במקום זה פונים ובודקים כל תפילה שאדם יחיד מתפלל ומערערים עליה".

ספר "שערי אורה" הוא אחד מספרי היסוד המהווים פתח ושער לחכמת הנסתר, והוא מגלה לנו מעט ממה שמתרחש מאחורי הפרגוד. התפילות שלנו עוברות תהליך מיון, כל תפילה שיוצאת מפינו נבדקת, מה טיבה ומה איכותה, עד כמה התכווננו למילים שיצאו מפינו, ועד היכן היא ראויה להיכנס.

שואל בעל ה"שערי אורה":

"ואם תאמר, נמצאו רוב התפילות שמתפלל היחיד נפסדות ונאבדות, כי אחת מני אלף לא יוכל להתכוון בתפילת יחיד בעניין שתהא ראויה להתקבל. דע שאין הדבר כן, אלא כל אותן התפילות הפסולות הנקראות פסילים כשדוחין אותן לחוץ ואינן נכנסות, י"י יתברך נתן להם מקום להיכנס בו. שהשם יתברך ברא רקיע ומסר עליו ממונים ושומרים, וכל אותן התפילות הפסולות הנדחות מכניסין אותן באותו רקיע ועומדות שם. ואם חזר זה היחיד שהתפלל תפילות פסולות שעומדות בזה הרקיע החיצון, ועמד והתפלל תפילה אחת בכוונה גדולה ותפילתו זו הגונה ושלמה, אז אותה התפילה הכשרה מסתלקת והולכת ונכנסת באותו היכל

<sup>16</sup> שערי אורה שער ב, הספירה התשיעית.

<sup>17</sup> רבי יוסף ג'יקטיליה (ספרד), הח"ס"ה - מגדולי המקובלים בספרד. תלמידו של רבי אברהם אבולעפיה, שאמר עליו בספרו "אוצר עדן הגנוז": "הוא בלא ספק הצליח הצלחה מופלאה במה שלמד לפני, והוסיף מכוח ומדעתו וה' היה עמו". בהיותו כבן עשרים וארבע חיבר את ספרו "גנת אגוז" העוסק בגימטריות וצירופי שמות קבליים. ספרו "שערי אורה" נחשב אצל המקובלים לאחד מספרי היסוד בחכמת הנסתר, ומפורסם שהאר"י אמר על ספר זה כי הוא המפתח לכל תורת הסוד. רבי חיים מוולוז'ין, תלמידו הגדול של הגר"א, התבטא פעם ואמר, שעל מנת לצאת ידי חובת תורת הקבלה, יש ללמוד את ספר הזהרה ואת ספר שערי אורה. ספרו "שערי אורה" מבאר את השמות האלקיים דרך הספירות.

<sup>18</sup> יערות דבש ח"א דרוש ד.

**ב"נפש החיים"**<sup>21</sup> מביא רבי חיים מוולוז'ין עצות נוספות, וכה דבריו:

"והעצה היעוצה על זה, הוא כמו שאמר המגיד להבית יוסף באזהרה ב' שבריש הספר מגיד מישרים, זו לשונו: ליוהר מלחשוב בשעת תפילה בשום מחשבה, אפילו של תורה ומצוות, כי אם בתיבות התפילה עצמם. דוק בדבריו שלא אמר לכוון בכוונת התפילה. אין אתנו יודע עד מה. כי גם מה שנתגלה לנו קצת כוונות התפילה מרבותינו הראשונים ז"ל קדישי עליונין, ועד אחרון הרב הקדוש איש אלקים 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, שהיו ק"כ זקנים ומהם כמה נביאים וכל מבין יבין. דלא איתי אנש על יבשתא שיוכל לתקן תיקון נפלא ונורא כזה, לכלול ולגנוז במטבע תפילה קבועה וסדורה בנוסח אחד, התיקונים של כל העולמות עליונים ותחתונים, וסדרי פרקי המרכבה. ושכלל פעם שמתפללין יוגרם תיקונים חדשים בסידור העולמות והכוחות והמשכת מוחין חדשים אחרים, שמעת שתקנוה עד ביאת הגואל במהרה בימינו לא היה ולא יהיה שום תפילה בפרטות דומה לחברתה שקודם לה ואחריה כלל... והוא בלתי אפשר אם לא על ידי הנבואה העליונה ורוח קדשו יתברך אשר הופיע עליהם הופעה עצומה בעת תיקון נוסח מטבע התפילה והברכות. שם הוא יתברך שמו בפיהם אלו התיבות, ספורות וגנוזות בתוכם כל התיקונים. לזאת מי הוא אשר עמד בסוד ה' על עומק כוונתו יתברך שמו, איזה דרך ישכון אורה של כל תיבה פרטית מהם?!"

התפילה נתקנה על ידי אנשי כנסת הגדולה, מועצת נביאים וחכמים שנוסדה על ידי עזרא הסופר באסיפה הגדולה שכינס בירושלים כשעלה מבבל. אנשי כנסת הגדולה תיקנו תקנות גדולות וחשובות לחיזוק התורה והאמונה, ובין ראשונים נמנו: חגי, זכריה, מלאכי, דניאל, חנניה, מישאל, עזריה, נחמיה בן חכליה, מרדכי, זרובבל בן שאלתיאל, ועוד הרבה אחרים. מאה ועשרים חברים היו חברים בה<sup>22</sup> והם תיקנו את מטבע הלשון של התפילות והברכות<sup>23</sup>. בוודאי היו להם כוונות וייחודים עליונים. אפילו האר"י הקדוש שהיה קודש קודשים לא הגיע לעומק כוונותיהם של מאה ועשרים אנשי כנסת הגדולה.

"אלא העיקר בעבודת התפילה, שבעת שהאדם מוציא מפיו כל תיבה מהתפילה, יצייר לו אז במחשבתו אותו התיבה באותיותיה כצורתה ולכוון להוסיף על ידה כח הקדושה שיעשה פרי למעלה להרבות קדושתם ואורם. כמו שאמרנו לעיל בפרק י', שלכן נקראת התפילה 'דברים העומדים ברומו של עולם', שכל תיבה בצורתה ממש היא העולה למעלה מעלה כל אחת למקורה ושורשה לפעול פעולות ותיקונים נפלאים. והיא סגולה נפלאה בדוק ומנוסה למרגילים עצמם בזה, לבטל ולהסיר מעליו בזה כל מחשבות ההבלים הטורדות ומניעות טהרת המחשבה והכוונה. וכל אשר יוסיף הרגלו בזה. יתווסף לו טהרה במחשבתו בתפילה."

כשאדם מעמיד את מילות התפילה לנגד עיניו ומקבל על עצמו לכוון לפחות במשפטים הראשונים, לאט לאט הוא רואה ברכה בעמלו והכוונה בפירוש הפשוט של המילים הולכת ומתרחבת וה' יתברך מסייע בעדו ופותח שערי שמים לתפילתו.

שגם אותן תפילות שלא נאמרו בכוונה ראויה, אין זה בכוונה תחילה אלא מתוך קושי להתרכז בתפילה.

יש סיפורים על אנשים רחוקים מאוד מתורה ומצוות, שבשעת צרה ומצוקה מצאו את עצמם עומדים ומתפללים בכל ליבם ומתוך כך גילו את ההשתוקקות האמונית הפנימית שקיימת בליבם.

חיים יהודיים הם חיים של תפילה חרישית מתמדת. אנו עומדים לפני ריבונו של עולם בכל עת ובכל שעה ומשתוקקים אליו ודורשים את קרבתו. פעמים שההשתוקקות הזאת מכוסה בערפילים ופעמים שהיא מאירה באור יקר.

### עצות וסגולות לכוונה בתפילה

**"משנה ברורה"**<sup>19</sup> אנו מוצאים עצות והדרכות מעשיות הנוגעות לכוונה בתפילה, וכה דבריו:

"ואל יכוון האדם בשמות וייחודים, רק יתפלל כפשוטו להבין הדברים בכוונה הלב, אם לא מי שהוא בא בסוד ה' ויודע לכוון ביה בליבא ורעותא ודחילו, דאי לאו הכי, ח"ו מקלקל בזה הרבה. עיין מגן אברהם בשם הזוהר. ובתשובת רש"ל סימן צ"ח כתב באורך, והעיד על הר"ש, שאמר אחרי שלמד סתרי הקבלה שהוא מתפלל כתינוק בן יומו.

ועיין בפני יהושע ריש פרק אין עומדין, שכתב דאלו הכוונות המבוארים כאן בשו"ע אי אפשר לכוון בשעת התפילה רק קודם, ובתפילה צריך לכוון פירוש המילות. עיי"ש."

להתפלל כתינוק בן יומו, זו מעלה גבוהה ביותר, הכל טהור ותמים. כוונה בתפילה היא בראש ובראשונה הבנה פשוטה של המילים שאנו אומרים בתפילה. ממשיך ה"משנה ברורה":

"ובספר הגן כתב לבטל מחשבה רעה בשעת התפילה, יאמר ג' פעמים 'פי פי פי' (הוא ר"ת פלטי יוסף, דהם התגברו על יצר ליבם וכדאיאת בסנהדרין דף כא ע"ב), ואחר כך ירוק ג' פעמים ולא ירוק לגמרי רק בדרך נחת, והלשון תהא בין שפתים בשעת הרקיקה, ובודאי תלך המחשבה.

וכתב המגן אברהם על זה: ואין נראה לי לעשות זה בתוך תפילת י"ח, דהוי הפסק ומי יודע אם רפואה בדוקה היא.

ובספר אליה רבה הביא בשם קיצור של"ה, וזו לשונו: סגולה להעביר מחשבת חוץ שקודם תפילה, יעביר ג' פעמים יד ימינו על מצחו ויאמר בכל פעם 'לב טהור ברא לי אלקים ורוח נכון חדש בקרבי', וכן אם בא לו מחשבת חוץ בתוך התפילה ישתוק מעט ויעביר ימינו על מצחו ויהרהר פסוק הנ"ל. עכ"ל."

פלטי בן לייש ויוסף הצדיק הצליחו לסלק מחשבה רעה מליבם ולהתייחד עם ה' יתברך. שניהם עמדו בנסיון ולא נתנו למחשבה לכבוש אותם.

ה"משנה ברורה" חורג מדרכו וכותב סגולות. זו לא דרכו, אבל אם יש דבר שיכול אולי לסייע במשהו למאן דהו בכוונת התפילה, ה"משנה ברורה" לא נמנע מלהביאו.

עצה נוספת, פשוטה יותר, מובאת בשם הגר"א בספר **"מעשה רב"**<sup>20</sup>, והיא: להתפלל מתוך סידור ולא בעל פה.

<sup>21</sup> נפש החיים שער ב, יג.

<sup>22</sup> ראה הקדמת הרמב"ם למשנה תורה.

<sup>23</sup> ראה ברכות לג ע"א.

<sup>19</sup> משנה ברורה סימן צח סק"א.

<sup>20</sup> ראה מעשה רב הלכות תפילה אות מג.

