



פרק א תפילה זה...



התפילה היא אחת ממצוות התורה, והיא חובה הלכתית יומיומית. במבט ראשון האמירה אני מתפלל בשביל לצאת ידי חובה היא אמירה ממצה. מה יש יותר מזה? אני חייב - אני מקיים, וזהו זה. אך אם נחשוב לרגע מהי התפילה, נבין כי בשביל לקיים באמת את מצוות התפילה אי אפשר רק לצאת ידי חובה. מצווה שכוונת הלב היא המרכיב המהותי בה לא יכולה להתמצות באמירת מילים ועמידה במקומות הנכונים.

מישהו מכיר אדם שפוי שמסוגל לדבר אלפי מילים בלי לשים לב, או לומר מילות אהבה עמוקות ולהשתעמם תוך כדי...? אז למה אנחנו מתייחסים לתפילה 'בשה' שלנו כאל תפילה 'בסדר' של אנשים נורמליים? זה לא הגיוני!

אהבת ה' היא מצווה מדאורייתא, שכפי שנלמד בהמשך אנו מיישמים אותה במידה רבה דרך התפילה. האם מישהו יכול להגיד: אני בא לאהוב את ה' ללא התלהבות וללא הזדהות, אני פשוט צריך לצאת ידי חובה? האם להשתחוות לה' זה לכופף את הגב? אי אפשר רק 'לדפוק כרטיס', כי זה פשוט לא עובד.

אז בשביל להיכנס לתוך התפילה, ולהיות שם באמת עם הראש ועם הלב, צריך קודם כל להבין קצת מה זה תפילה? מה אנחנו עושים בה, מה אנחנו מחפשים? הפרק שלפניכם פורש זוויות ועומקים שונים בהבנת משמעות התפילה ועבודת ה' שבתפילה. הפרק מתמקד בארבעה היבטים:

1. תפילה זה לבקש
2. תפילה זה להתחבר
3. תפילה זה להשתחרר
4. תפילה זה תענוג או מלחמה



1. תפילה זה לבקש

"מצות עשה להתפלל בכל יום, שנאמר: 'ועבדתם את ה' אלהיכם' (שמות כג, כה). מפי השמועה למדו, שעבודה זו היא תפילה. ונאמר: 'ולעבדו בכל לבבכם' (דברים יא, ג), אמרו חכמים: איזו היא עבודה שבלב? - זו תפילה. חייב מצוה זו כך הוא: שיהא אדם מתפלל ומתחנן בכל יום, ומגיד שבחו של הקדוש ברוך הוא, ואחר כך שואל צרכיו שהוא צריך להם בבקשה ובתחנון, ואחר כך גותן שבח והודיה לה' על הטובה שהשפיע לו, כל אחד כפי כחו".

(רמב"ם הלכות תפילה פרק א הלכות א-ב)

לפעמים מתגבט ללב תחושה נעימה של בטחון, כאילו לכל בעיה יש פתרון, ולכל פתרון - כתובת ברורה וזמינה. כשמדוכאים הולכים לפסיכולוג, כשיחפים הולכים לחנות נעליים, וכשהן מתקלקלות - לסנדלר. כשרעבים - למאפייה, ואחרי המאפייה - לרופא שיניים...

אבל מה נעשה, ריבונו של עולם, כשנגמר הגשם או כשאנחנו מגלים פתאום שהרופא הוא לא כל יכול... מה עושים כשמגלים שתחושת הביטחון היא דמיון, ובני אדם הם רק בני אדם? אז הולכים אל אחד כזה, שהוא הכי חזק, הכי עשיר, הכי חכם, הכי פסיכולוג, הכי מכיר ואוהב ויכול לעזור לנו ללא הגבלה, ויש לו בשבילנו את כל הזמן שבעולם. ממש את כל הזמן. אף פעם לא נמאס לו להקשיב.

הולכים אל הקדוש ברוך הוא, שופכים את הלב, והוא מקשיב.

כואב לך? תצעק! יושב לך משהו על הלב? תשאג! הקדוש ברוך הוא פה, בשידור חי, מקשיב לכל מילה, מבין בדיוק למה אתה מתכוון, ואוהב אותך עד בלי די. תתפלל! אותו אלוקים שציווה עלינו להתפלל, הבטיח כי הוא יאזין לתפילות וישמע אותן. הוא בעצמו, ולא אף אחד אחר. הקדוש ברוך הוא נמצא בכל מקום גיאוגרפי, ובכל מקום במרחבי הנפש, הוא שורה בתוך כל הסיטואציות, ויש לו אין סוף סבלנות להקשיב. הבקשות שלך לא נתקעות אצל המזכירות, ה' תמיד מקוון ותמיד זמין, והוא מסתכל לך טוב טוב בעיניים, ואומר לך: רק תבקש!

"בכח התפילה אפשר לעבור את כל נסיונות החיים. גם בעת שהאדם במצוקה גדולה, שבאפן טבעי אינו רואה דרך ואפן איך יצא מזה, אם בעניני הגוף, אם בעניני הנפש, ומרגיש את עצמו אז בעתים הקשה ביותר בחיים, גם אז עצתו - תפילה... כח התפילה מרים את איש יהודי מעל הענינים הטבעיים עד למעלה מכפת הרקיע".

(רבי שלום נח ברזובסקי מסלונים, 'נתיבות שלום' תפילה מאמר ג)

"אם אין יאוש, אפשר לפעול בתפילה בכל המצבים, ואפילו להחיות מתים בתפילה, וקל וחומר שאפשר לפעול על החיים. כי כל זמן שהנשמה באפו, יש לו תקנה בתפילה בכל הענינים. וזה מעלת החי, כדברי חז"ל: 'מה יתאונן אדם חיי? - דיו שהוא חי! אמר רבי לוי: אמר הקדוש ברוך הוא: חיותך בדי, וחי - ואתה מתאונן?! (איכה רבה ג, מ)". וכל כך למה? כי בזמן "שהוא חי" יש לו תוחלת ותקנה, שאפשר להעלותו מעמק ולהצילו משאול תחתית על ידי תפילה לקדוש ברוך הוא".

(רבי בצלאל שמחה רבינוביץ' מביאלה,

'מבשר טוב - מאמר תחיית המתים' פרק יד)



קל יותר לאדם לומר עשרה חידושי תורה, מלהתפלל תפילה אחת בכוונה.

(רבי יעקב יוסף מפולנאה)



מה הוא כוחה המיוחד של התפילה?

הפנייה לה' היא הדבר הטבעי ביותר, ילדים קטנים מתפללים מבלי שמישהו צריך ללמד אותם. גם אנשים שאינם רגילים להתפלל, מוצאים את עצמם בזמני מצוקה, מתפללים מקירות ליבם. היכולת לפנות אל ה' ולדבר איתו היא כל כך זמינה, עד שלפעמים אנחנו יכולים לשכוח עד כמה היא לא מובנת מאליה, לחלוטין לא... אם ה' לא היה פותח לנו את השער להתפלל אליו, אנחנו בחיים לא היינו מסוגלים לעשות זאת. מי אנחנו בכלל שהוא ישב ויקשיב לנו בכובד ראש? הוא לא חייב לנו כלום ורק ברוב אהבתו הוא פתח לנו את המסלול הלא-יאומן של התפילה. כל אדם, קטן ושפל ככל שיהיה, יכול לפנות אל ה' ישירות, לדבר אתו ולפגוש אותו כך. עצם היכולת להתפלל היא חסד עצום של ה', חסד שבלעדיו לא היינו יכולים לחיות.

כמו תינוק

"בראש השנה האחרון היה אצל רבי נחמן מברסלב נכדו החכם כמר ישראל בן בתו הצדקת מרת שרה זכרונה לברכה, ונכדו היה עדיין נער קטן בן שלש או ארבע שנים ואז היה חזק מאד החולאת של רבנו זכרוננו לברכה, כי היה סמוך להסתלקותו שנסתלק תכף אחר כך בחול המועד סוכות ואמר רבנו זכרוננו לברכה, לנכדו הנ"ל: ישראל, התפלל עלי להשם יתברך שאשוב לבריאותי. השיב: תן לי הזייגעריל [נשעון] שלך ואתפלל עליך, ענה רבנו זכרוננו לברכה: הראיתם שכבר הוא יהודי טוב [אדמו"ר], כי מצוה שאתן לו חפץ בשביל שיתפלל, ונתן לו, ולקח הנער הזייגעריל והלך לו ואמר בזו הלשון: "גאט גאט, לאז דער זיידע זיין גיזונד" נה' ה', עשה שהסבא יהיה בריא, והתחילו לשחוק העומדים שם, ענה רבנו זכרוננו לברכה, ואמר: כך צריכין לבקש מהשם יתברך, וכי איך מתפללין להשם יתברך בענין אחר? כלומר שכך עיקר התפילה להשם יתברך בפשטות גמור כתינוק לפני אביו, כאשר ידבר איש אל רעהו.

(השתפכות הנפש אות מזו)

תפילה לעני

בעיירה סמוכה לפרמישילן התגורר יהודי עשיר, תקיף ועז-פנים. שנה אחת הודיע כי הוא יהיה בעל-התפילה בימים הנוראים. בני הקהילה לא שבעו נחת מהרעיון, אך התייראו לסרב לו. עם זה, שלחו שלוחים אל רבי מאיר מפרמישילן וביקשו את עצתו. אמר להם הצדיק כי בעלי-התפילה שבסביבה נוהגים לבוא אליו ולקבל את ברכתו קודם ראש-השנה, ובוודאי יבוא גם עשיר זה, ואז יראה מה לעשות.

כשנכנס אליו אותו עשיר אמר לו רבי מאיר: "מצאנו בספר תהילים שלוש תפילות - 'תפילה למשה', 'תפילה לדוד', ו'תפילה לעני'. יש מי שהוא צדיק כמשה, יש מי שהוא יודע נגן כדוד, ויש מי שאינו צדיק ואינו יודע נגן, אבל ליבו נשבר, כעני. אתה אינך צדיק, אינך יודע נגן, ובכל-זאת רוצה אתה להיות בעל-תפילה - אין לך עצה אלא להיות עני".

"לא, לא!", צעק האיש בבהלה, "אינני רוצה עוד להיות בעל-תפילה"...

(סיפורי חסידים הרב זיין)

2. תפילה זה להתחבר

הבקשה היא המימד הראשון של התפילה, אך אבוי לנו אם נותיר את התפילה במימד הזה בלבד. לתפילה יש משמעות פנימית יותר, עליה מצביע הרבי מליובאוויטש במקור הבא:

"בהשקפה ראשונה נראה, שהמשג "תפלה" קיים גם אצל אמות העולם (להבדיל) - prayer. אמנם, לאמתו של דבר, קיים הבדל גדול ומהותי כפי שזה אצל בני ישראל, ועד - להבדיל - כפי שזה אצל אמות העולם. תרגומה המדויק של המלה prayer בלשון הקדש הוא - "בקשה". אבל אצל בני ישראל אין הדבר נקרא בשם "בקשה", כי אם, בשם "תפלה". והחלוק בין "בקשה" ל"תפלה" הוא הפכי:

"בקשה" פרושה תחנה, ו"תפלה" פרושה התחברות (נפתולי אלקים נפתלתי" (בראשית ל, ח ופרש"י שם)). "בקשה" מדגישה - שמבקש מהקדוש ברוך הוא שיתן, מלמעלה למטה, את החסר לו. וכאשר לא חסר לו דבר, או שאין לו רצון לדבר - לא שיקת בקשה.

ואלו "תפלה" מדגישה - התחברות עם הקב"ה, מלמטה למעלה. וענין זה שיה אצל כלם, ובכל עת. כל יהודי יש לו נשמה הקשורה עם הקדוש ברוך הוא. אמנם, מצד זה שהנשמה ירדה לגוף ונתחברה אליו, מכרחת הנשמה להתקשר עם ענינים גופניים, כגון אכילה, שתיה וכיוצא בזה, ובאותו זמן נחלשת התקשרותה עם הקדוש ברוך הוא.

ולכן נקבעו זמנים מסוימים ביום לתפלה, כדי לחדש ולחזק את הקשר עם הקדוש ברוך הוא. ולכן ישנו ענין התפלה - ובכל התקף - גם אצל אלו שלא חסר להם שום דבר, כי תפלה אינה רק תחנה ובקשה בלבד, אלא עקר ענין התפלה הוא - חדוש ורענון התקשרות ודבקות האדם עם הקב"ה."

(רבי מנחם מענדל שניאורסון, הרבי מליובאוויטש, 'ליקוטי שיחות' חלק ב' עמ' 112)

מה ההבדל בין תפילה אצל אמות העולם לבין ההבנה העמוקה של התפילה? כיצד הרעיון מתבטא מבחינה לשונית?

האם ליהודי אסור להתפלל מתוך בקשה?

איזו חולשה באה התפילה לפתור?

תפילה זה שופינג?

עלול קצר בסידור מעלה כי אחוזים עצומים מהתפילה, ואפילו מתפילת שמונה עשרה, אינם בקשות. במבט שטחי, לא ברור בשביל מה צריך את ברכות קריאת שמע ופסוקי דזמרה. אם התפילה היא בקשה בלבד, אז למה מתפללים שלוש פעמים ביום? כמה כבר צריך לבקש, ועוד בתכיפות שכזאת...

"אין עומדין להתפלל אלא מתוך כבוד ראש. חסידים הראשונים היו שוהין שעה אחת ומתפללים, כדי שיכוננו את לבם למקום".

(ברכות ה, א)



"וכך היו עושים חסידים ואנשי מעשה, שהיו מתבודדים ומכונים בתפלתם, עד שהיו מגיעים להתפשטות הגשמיות ולהתגברות כח השכלי, עד שהיו מגיעים קרוב למעלת הנבואה".

(שו"ע או"ח סימן צ"ח סעיף א')

אם התפילה הייתה רק הקראת רשימת מכולת, לא היינו צריכים להתכונן אליה כל כך ולשאוף להיות קרובים לנבואה. מעבר לכך: לא נעים לומר, אבל אם הדבר היחיד שמניע אותך לתפילה זה שתשיג את מבוקשך, אז בעצם, הקדוש ברוך הוא הדבר האחרון שמעניין אותך. כשתחזיק את רישיון הנהיגה או את תעודת הבגרות בידיים תשכח אותו לחלוטין, ובינתיים, כל עוד לא השגת את מבוקשך, אתה פשוט משתמש בו כאמצעי מוצלח להשגת יעדים. הקדוש ברוך הוא, שמחיה אותנו בכל רגע ואוהב אותנו, מקבל יחס של כספומט וזה פספוס שזועק לשמיים. אם אדם מגיע לתפילה עם אינטרסים, עם יעדים שהוא רוצה להשיג, הוא בעצם מרוכז בעצמו ולא בה'.

"יש חושבים, שכל עצמה של התפילה היא הדאגה והצרות שעליה מתפללים, כמו שמבקש העני מן העשיר, או כל איש מן מלך בשר ודם, אשר בידו להושיע באיזה דבר. אבל רק איש בער ולא ידע יכול לחלל כל כך את התפילה, ולחשבה רק צרף הדאגות, ולולי הצטרפותו לא היה מתפלל, חס ושלום.

כי באמת התפילה בעצמה, התקרבות הלב והשתפכות הנפש לה' בתפילה, זו היא העקר אשר בתפילה. וראה נא במדרש עוד יותר: לא בלבד שאין התפילה מסבכת מן הדאגות והצרות, רק שלפעמים את הדאגות שולח ה' כדי שנתפלל אליו יתברך.

איתא בשמות רבה (כא, ה): "אמר רבי יהושע בן לוי: למה הדבר דומה? למלך שהיה בא בדרך, והיתה בת מלכים צועקת לו: בבקשה ממך, הצילני מיד הלסטים! שמע המלך, והצילה. לאחר ימים בקש לשא אותה לאשה. היה רוצה שתדבר עמו, ולא היתה רוצה. מה עשה המלך? גרה בה הלסטים, כדי שתצצק וישמע המלך". עד כאן לשונו הקדוש.

את הנמשל בטח אתה מבין מעצמך. הנפש שלך, בת מלכים, רוצה הקדוש ברוך הוא לשא אותה, כלומר שתתקרב ותתיחד בקדשתו, וצריכה לדבר ולהתפלל אליו, כי על ידי התפילה הפנימית הבאה מקירות הלב הנפש מתעוררת משנתה, הומה ומתיחדת במלך, מלכו של עולם, והיא עקרה ותכליתה של התפילה, עד שישנן דאגות שה' שולח אותן לאיש הישראלי, כדי שיתעורר על ידם להתפלל ולצעוק לה' מקרב לבו ונפשו".

(רבי קלונימוס קלמיש מפיסצנה, 'חובת התלמידים', פרק ט)

לפי משל המלך ובת המלכים, מיהו היוזם של הקשר העמוק?

אם הפנייה הראשונית שלנו לה' היא 'הצילני מיד הליסטים', האם יש לנו את היכולת להעמיק ולהפוך את התפילה גם לבקשת קשר? כיצד?

הבעל שם טוב מביא משל נוסף שמבהיר את אותו עניין:

"פרוש הפסוק 'תפילה לעני כי יצטף, ולפני ה' ישפך שיחו', על פי משל, שהכריז המלך ביום שמחתו: כל מי שיבקש דבר מן המלך, ימלאו לו בקשתו. יש מי שיבקש שררה וכבוד, ויש שיבקש עשר, ונתנו לכל אחד מבקשו. והיה שם חכם אחד שאמר, ששאלתו ומבקשו - שידבר המלך בעצמו עמו ג' פעמים ביום. והוטב מאד בעיני המלך, מאחר שדבורו חביב עליו מן עשר וכבוד; לכן ימלא בקשתו, שיתנו לו רשות לכנס בהיכלו לדבר עמו, ושם יפתחו לו



תורה - דורשת התמסרות לדבר שמבינים. תפילה - דורשת התמסרות אל מעל השכל וההבנה. הלומד תורה מרגיש כתלמיד בפני רבו. העומד בתפילה מרגיש כבן אצל אביו.

(היום יום)



האוצרות, שיקח מן עשר וכבוד גם כן. וזהו שכתוב: "תפלה לעני - לפני ה' ישפך שיחו", שזה מבקשו".

(רבי ישראל בעל שם טוב, 'כתר שם טוב' סימן צז)

המלך לא כעס על מי שביקש כבוד ועושר אלא העניק אותם לכל המעוניין. אם אדם בוחר להישאר ברובד הראשון של התפילה, לבקש צרכים, לקבל אותם ולחזור הביתה - הוא יכול ואין עליו כל ביקורת, אבל הוא מפסיד משהו עמוק בהרבה. הוא עומד כל כך קרוב לאוצר היקר מכל בקשותיו - מול המלך בעצמו - אבל הוא שוכח מכך. החכם, לעומת זאת, חותר אל הקשר העמוק, וכמובן שאינו מפסיד מכך דבר.

הקדוש ברוך הוא מתאוה

ה' ברא אותנו חסרים וזה הנס שלנו. בלי זה, כנראה שלא היינו זוכרים בכלל שהוא קיים. יתירה מכך: הולדת עם ישראל התחוללה בעקבות חסר שהקדוש ברוך הוא יצר בכוונה, על מנת שנפנה אליו:

"אמר רבי יצחק: מפני מה היו אבותינו עקורים? מפני שהקדוש ברוך הוא מתאוה לתפלתן של צדיקים".

(מסכת יבמות דף סד ע"א)

"כי מה שהיתה שרה עקרה ואחר כך נתן לה יצחק בדרה נס, היה הכל הכנה לדורות, שייכלו הצדיקים להפוך את הטבע. כי הנסים הנעשים על ידי הצדיקים, היה הכל בהקדמת הבורא יתברך שמו, שסדר סדר מיחד לבני ישראל למעלה מן הטבע. וכן כתב מורי זקני ז"ל, כי לדת כלל ישראל היה בדרה נס - להראות כי בני ישראל עקר מהותם למעלה בשמים".

(רבי יהודה אריה לייב מגור, 'שפת אמת' וירא תרנ"ח)

שימו לב. בדרך הטבע לא היינו אמורים להיות פה בכלל. יצחק לא היה יכול להיוולד, רבקה לא הייתה יולדת את יעקב, ורחל לא הייתה יולדת את יוסף ובנימין. עם ישראל נולד בזכות נס, בזכות התפילות, החיים של עם ישראל הם התגשמות של תפילה, כך שלהתפלל זה אצלנו בגנים...

התפילה היא דבר נשגב, היא לוקחת אותנו לביקור במקומות גבוהים ונאצלים. התפילה היא עולם שלם, שהבקשות אמנם תופסות בו מקום נכבד, אבל הן חלק ממערכת גדולה יותר. בהסתכלות עמוקה, הבקשות עצמן נראות אחרת, הן הופכות להיות מנוע לקשר עמוק, עד שהכל מתהפך - הקשר הוא העיקר והבקשות הטכניות - טפלות. לפעמים אתה מתעורר לתפילה מתוך מצוקה גדולה או קטנה, ובסוף, אחרי שיחה עמוקה עם ה' אתה מודה לו על הצרה שעוררה אותך להיזכר בו. הבקשה היא התירוץ לקשר. איזה נפלא!

תן דוגמא לסיטואציה בה דיבור הוא אמצעי למפגש.

האם חווית פעם מהפך - מפגש שהיה אמצעי להשגת מטרה טכנית, שהפך למפגש לשם מפגש, כשהמטרה הטכנית הופכת לפחות חשובה.

גם אם יש - תבקש

"שמעתי מאיש אחד מאנשיו, שפעם אחת דבר רבנו זכרוננו לברכה עמו מענין בגדים, ואמר לו שעל כל דבר צריכין להתפלל. הינו, אם בגדו קרוע וצריך לבגד, יתפלל להשם יתברך שיתן לו בגד ללבש. וכן בכל פיוצא בזה, דבר גדול ודבר קטן, על הכל ירגיל עצמו להתפלל תמיד להשם יתברך על כל מה שייחסר לו. אף על פי שהעקר להתפלל על העקר, דהינו על עבודת השם יתברך, לזכות

להתקרב אליו יתברך, אף על פי כן גם על זה צריכין להתפלל. ואמר, שמי שאינו מתנהג כך, אף על פי שהשם יתברך נותן לו בגדים ופרנסה והצטרכות חיותו, אבל כל חיותו הוא כמו בהמה, שגם כן השם יתברך נותן לה לחמה, כן הוא חיותו שנותן לו השם יתברך. כי מאחר שאינו ממשיך כל חיותו על ידי תפלה מהשם יתברך, על כן כל חיותו הוא כמו חיות בהמה ממש. כי האדם צריך להמשיך כל חיותו והצטרכותו מהשם יתברך על ידי תפלה ותחנונים דוקא. וכן שמעתי אנכי גם כן מפיו הקדוש על דבר קטן ופחות מאד שהיה קצת מוכרח לי, ואמר: תתפלל על זה להשם יתברך. ועמדתי משתומם, כי היה לי לדבר פלא בעיני להתפלל להשם יתברך על דבר פחות כזה, וגם כי לא היה מוכרח ביותר. ענה ואמר (בלשון תמה): "אין זה כבודך שתתפלל להשם יתברך על דבר קטן כזה?!"

(רבי נחמן מברסלב, 'שיחות הר"ן' אות רל"ג)

ילד שרוצה לקבל את הסוכרייה דווקא מסבתא ולא מהשכנה, מבטא ללא מילים, שלא הכל טכני בחיים. הסוכרייה היא אותה סוכרייה, אבל ההרגשה לא.

השאלה היא לא מה יהיה לי אלא איך יהיה לי, לא מה יקרה לי אלא איך יקרה לי.

לשני אנשים יש בית, ביגוד ומזון - לאחד על ידי תפילה, ולאחד ללא תפילה. במבט חיצוני שניהם שווים ולא ברור מה הרוויח המתפלל. רבי נחמן מברסלב מלמד אותנו לא להסתכל חיצונית. המתפלל הרוויח גם הרוויח, ההבדל הוא אדיר, והוא ניכר רק בעיני אדם שיועד להבחין באיכות חיים רוחנית. איכות חיים רוחנית היא לקבל את הסוכרייה דווקא מה, ולא מאף אחד אחר - גם לא מהטבע.

ההבדל בין ארץ מצרים לארץ ישראל מצוין בתורה בנוכחותו של הקב"ה בחיים. במצרים יש תמיד מים, ובארץ ישראל זקוקים לגשמי ברכה מאת ה': "כי הארץ, אשר אתה בא שמה לרשתה, לא כארץ מצרים הוא, אשר יצאתם משם. אשר תזרע את-זרעך, והשקית בנגלך כגן ה' (דברים יא, י). שימו לב! יכול להיות שבמצרים יש יותר מים, אבל אין שם תפילה, לא מרגישים שם את הקדוש ברוך הוא, ולכן ארץ ישראל עדיפה ממנה לאין-קץ.

"ואמר, שמי שאינו מתנהג כך, אף על פי שהשם יתברך נותן לו בגדים ופרנסה והצטרכות חיותו, אבל כל חיותו הוא כמו בהמה": מצא את ההבדלים: בהמה אוכלת ארוחת צהריים ולא רחוק ממנה יושבים אנחנו, בני האדם, ולועסים לא פחות. היא שותה מהשוקת ואנחנו שוקו...

בהמה חיה מכוח ה' יתברך, אך לא מעלה על דעתה לשאת את עיניה למרום. היא פשוט ממשיכה ללעוס. אנחנו יכולים לחיות כמוה, ויש סיכוי סביר שנמשיך להסתדר, אבל מי רוצה לחיות ככה? מי מסוגל לקבל שפע של מתנות, ולהתעלם ולהיות אטום כל כך כלפי מי שמעניק לו אותן באהבה?

התפילה נותנת לנו את היכולת לחיות עם ה' כמו בני אדם. אנחנו בכל מקרה חיים איתו, כל נשימה שלנו היא ממנו, אבל להיות בן-אדם זה לפתוח את הלב, לא בשביל להרוויח מזה משהו, אלא סתם, אל"ף בי"ת של אנושיות, של תשומת לב.

"לכן איתא ומובא, שצריכין להתפלל בכל יום על מזונות, אף מי שאינו מחסר פרנסה. כי עקר "עבודה שבליב" זו תפלה, הוא על שאין חסר לאדם. כי מה שחסר לו, לגרמו הוא מבקש. רק חכמים קבעו שמונה עשרה ברכות על כל הצורך לאדם, שיברר שהכל ממנו יתברך, ויבקש שמאיתו יתברך יבוא לו אלה הדברים, שלא יהיו צרכיו נפרדין חס ושלום מן שרש החיים. ואז, כשהם מתנת



הקב"ה קילל את הנחש "על גחונך תלך ועפר תאכל כל ימי חיך" (בראשית ג, יד). מכאן שתמיד יהיה לנחש מזון בשפע, ולכאורה אין זו קללה אלא ברכה! אלא מאחר שלעולם לא יחסר לו מזון, לא יצטרך להתפלל על כך, ואין לך קללה גדולה מזו.

(רבי שמחה בונים מפשיסחה)



שָׁמַיִם, וּבָאִים בְּכַח הַתּוֹרָה, עַל זֶה נֶאֱמַר: "טוֹב אַחֲרֵית דְּבַר מִרְאֵי שֵׁיתוּ" (קהלת ז, ח). כְּשֶׁדְּבוּק בְּרֵאשִׁית שְׂרָשׁוֹ".

(רבי יהודה אריה לייב מגור, 'שפת אמת' מטות תרל"ט)

מה ההבדל בין מי שמתפלל על מה שיש לו, למי שמתפלל על מה שחסר לו?

איך מפרש השפת אמת את הפסוק "טוב אחרית דבר מראשיתו"?

איך לדעתך ניתן להתפלל על מה שיש לך? זה לא מוזר?

לפרוש כנפיים ולעוף

"דַּע, שְׁעַקֵּר הַתְּחַבְּרוֹת וּדְבַקוֹת לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ הוּא עַל יְדֵי הַתְּפִלָּה. כִּי הַתְּפִלָּה הוּא שְׂעָר, שְׂדֵרֵךְ שָׁם נִכְנָסִין לְהֵשֵׁם יִתְבָּרֵךְ, וּמִשָּׁם אֲשֶׁתְּמוֹדֵעִין לָהּ וְיודעים, מכירים אותה. וְהַתְּפִלָּה לְשׁוֹן הַתְּחַבְּרוֹת, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב: "נִפְתְּלוּי אֱלֹהִים נִפְתְּלוּתִי", וְתִרְגְּמוּ לְשׁוֹן הַתְּחַבְּרוֹת".

(רבי נחמן מברסלב, 'ליקוטי מוהר"ן' ח"ב תורה פד)

רבי נחמן מדמה את התפילה לשער. האם תוכל להציע דימוי נוסף לתפילה אמיתית.

מצא דימוי הפוך: למה ידמה את התפילה אדם שמסתכל על התפילה במבט שטחי?

תפילה היא זמן עמוק, ניתוח לב פתוח, שבו קורים דברים משמעותיים לחלקי האישיות שלנו. החלקים החיצוניים שבנו מקבלים פרופורציות, אנחנו קולטים פתאום עד כמה ייחסנו להם חשיבות, עד כמה הם השתלטו לנו על החשיבה, ואיך התרחקנו מה'יתברך. התפילה פותחת לנו שער, ומעניקה לנו הזדמנות לעמוד פנים אל פנים מול המלך.

"אִין הַתְּפִלָּה בְּאֵה כְּתִקּוּנָה, כִּי אִם מִתּוֹךְ הַמְּחַשְׁבָה שֶׁבְּאֵמַת הַנְּשִׁמָה הִיא תְּמִיד מִתְּפַלֵּלָה, הֵלָא הִיא עֵפֶה וּמִתְרַפֶּקֶת עַל דּוֹדָה בְּלֹא שׁוּם הֶפְסֵק כָּלֵל. אֲלֹא שֶׁבְּשִׁעַת הַתְּפִלָּה הַמְּעֵשִׂית, הִרִי הַתְּפִלָּה הַנְּשִׁמָתִית הַתְּדִירִית הִיא מִתְגַּלָּה בְּפִעֵל, וְזֶהוּ עֲדוּנָה וְעֲנוּגָה, הִדְרָה וְתִפְאֶרֶתָהּ שֶׁל הַתְּפִלָּה, שֶׁהִיא מִתְדַמָּה לְשׁוֹשְׁנָה הַפּוֹתַחַת אֶת עֲלֵיהָ הַנָּאִים לְקִרְאֵת הַטֵּל אוֹ נִכַח קִרְנֵי הַשֶּׁמֶשׁ הַמוֹפִיעִים עֲלֶיהָ בְּאוֹרָה, וְלִכּוֹן "הַלּוֹאֵי שִׁיתְּפַלֵּל אָדָם כָּל הַיּוֹם כְּלוֹ" (ברכות כא ע"א)".

(הרב אברהם יצחק הכהן קוק, 'עולת ראייה' ח"א עמ' יא)

אפילו הגוף לא תמיד רעב או עייף, לא תמיד הוא מבקש, אבל הנשמה תמיד מתפללת, כי היא דביקה בה' ומייחלת לו. בפנים, הנשמה תמיד עומדת מול ה', בוחנת את הכל לעומתו וכוספת אליו. בחוץ, אנחנו מנהלים את מרוץ החיים שלנו, ולפעמים מצליחים לפנות כמה דקות לכבוד ה'. בתפילה, הפנים והחוץ שלנו מתאחדים. מבחוץ, תפילה זה עוד משהו שאנחנו עושים, אבל מבפנים - אנחנו לא עושים כלום, אלא מרפים מכל החיצוניות, ונותנים לנשמה שלנו להתבטא בספונטניות.

תפילה זה לא משהו שעושים אלא משהו שנמצאים בתוכו. את התפילה, במובן העמוק ביותר שלה, אנחנו לא צריכים לייצר אלא פשוט לא לחסום. התפילה קיימת בתוכנו, היא עצם הקיום של הנשמה שלנו והיניקה שלנו מהקב"ה.



עיקר העבודה עתה, בעקבות משיחא, היא התפילה!
(תניא)



”בתפילה הוא העקר החשק והרצון להתפלל ולהתחנן, וכמו שאמרו ”אל תעש תפילה קבע, אלא רחמים ותחנונים“ (אבות ב, טז). שהוא עצמו מאמרם שלהי מנחות (קי ע”א) בקרבנות - שהתפילה דגמתן - ”שלא תאמר אעשה רצונו וכו’, תלמוד לומר לרצונכם תזבחוהו“... כפי הרצון והחשק שלכם, כך הוא הקרבן. רק שמזה הוא ההנאה להשם יתברך, מהרצון והחשק שלכם להנותו, וכן התפילה במקום הקרבנות... רק הרצון שלהם להתפלל, זהו רצונו יתברך. והבן זה“.

(רבי צדוק הכהן מלובלין, 'צדקת הצדיק' אות מב)

העיקר זה לא המילים אלא הפנייה לה' והרצון להתפלל. כמו אב שמקבל מבנו בן הארבע ציור במתנה ליום-הולדתו. האב לא זקוק לציור ולמרות זאת הציור מרגש אותו. הסיבה היא פשוטה, האבא נהנה מהלב, מהרגש המתבטא דרך הקשקוש המקומט, יש לו נחת רוח אמיתית. רבי צדוק מלמד אותנו שלא רק שתפילה זה יותר ממילים, אלא שתפילה זה גם הרבה יותר ממה שאנחנו מצליחים להרגיש - זה עצם זה שאנחנו רוצים להרגיש, רוצים לפנות אל ה'. התפילה היא נתיב של קשר לה'. זה מה שעושה לו נחת רוח, ובעומק הלב - זה מה שאנחנו מחפשים.



להשתנות

בליובאוויטש היה יהודי אחד, בשם נחום נחומוביטש, אשר היה יהודי פשוט ובעל עגלה.

פעם נזדמן לבית מדרש ביום חול, וראה את החסיד ר' פנחס מתפלל. בעל העגלה, אשר היה נפעם כולו ממראהו של ר' פנחס - לקח סידור והתחיל לומר את סדר העבודה של יום הכיפורים ואת וידוי "על חטא!" כל כך השפיעה עליו תפילתו של ר' פנחס עד שמאותה שעה החליט ר' נחום שאין הוא רוצה להיות שווה לבהמה, ולא יחזור להיות בעל עגלה. ר' נחום נעשה לשמש בבית הכנסת.

על מעשה זה אמר האדמו"ר האמצעי: יהודי פשוט, גולם עץ שכזה, עומד הוא גבוה מעל לגדולי הגאונים!

(ספר השיחות)

פחד אלוקים

הרב הקדוש רבי ישראל מרוז'ין זצוק"ל היה נוהג להתפלל בחדר מיוחד בסמוך לבית מדרשו, וכשסיים את תפילתו היה נותן סימן שידע השליח ציבור שכבר סיים. פעם, בעת תפילה נעילה ביום הקדוש, נתארכה השעה והרבי טרם סיים את תפילתו. המתין כל הקהל הקדוש שעה ושעתיים בצום ובחרדה, ולא ידעו פשר הדבר. הרהיב בנו בכורו, רבי שלום יוסף, עוז בנפשו ונכנס לחדרו. הוא פנה אל עמוד התפילה והפך את הדף במחזורו של אביו. רגעים אחדים לאחר מכן סיים הרבי את תפילתו. הלכו ושאלו לרבי יוסף מה פשר המעשה, ואמר: "הכרתי בו באבא שהוא עומד לפני ה' בפחד כה גדול, עד שאינו מעיז להרים את ידו כדי להפוך את הדף במחזורו. ומכיוון שלא רצה להתפלל בעל פה, עמד ורתת ולא המשיך התפילה. עד שהפכתי את הדף ואז סיים את תפילתו".

(אבקת רוכלים)

3. תפילה זה להשתחרר

איזה יום... איזה אטרף... הפלאפון לא מפסיק לצלצל, sms הלוך ושוב, מחפשים אותי שלושה אנשים, אני צריך להיות הרגע בשני מקומות אבל נתקעתי באוטובוס, בקושי אפשר לזכור שקמתי הבוקר על רגל שמאל, כל כך הרבה טרדות אופפות אותי מאז, עד שנדמה לי שקמתי בכלל לפני שלושים שנה. אני מוטרף, מת מעייפות, עצבני על כל מי שאני רואה, יש לי מחר בגרות והיום מתכונת, והמורה התעצבן עלי. נקרעה לי החולצה החדשה, מישהו העליב אותי וצרחתי עליו כמו גבר, ועכשיו אני מרגיש כמו נקניק...

...שבת שלום ומבורך! נועם, רוגע ושלווה. חולצות מגוהצות, שקט, הכל לבן ונקי, שירים שמחים, סוף סוף אפשר להיזכר שיש נשמה, שיש עולם יפה ושיש את הקדוש ברוך הוא שעשה את הכל... איך הבלגן האדיר פינה את מקומו לסדר וצלילות, נרות השבת משרים אווירה מיוחדת, מרוממת...

כן, נתקעתי בלי כסף בתחנה המרכזית. האוטובוס יוצא עוד 3 דקות. אני בקושי מעיז לבקש מאנשים, ורואה בעיניהם כי הם בטוחים שאני שקרן לא מקצועי. נאחס, הכל דפוק היום, גם היום הספקתי לשמוע כי את מינימום האחריות שהטילו עלי לא מלאתי, אכזבות, כעסים, אני ילדוטי ולא חברוטי, חבר שלי נעלב ועכשיו לך תסתדר אתו...

...ישוב הדעת, שלום עליכם מלאכי השרת. מפה לבנה וכלים נאים, שירי שבת ורוגע, המון רוגע. טרדות היומיום נראות כמו חלום רחוק, ועונג ושמחה ממלאים את הלב. יש לב, פתאום אפשר לשים שיש לב, יש רגש, הוא פשוט חיכה בשקט, לזמן איכות בו הוא יוכל לצוף אל פני השטח. ניחוח מאכלי שבת...

זיה אתה, עברת באדום? שוטר, אני לא מאמין... קונס מאה שקל. כן חביבי, בטיחות זה לא צחוק. אני כבר בכלל לא צוחק. היום הזה פשוט מתקדם ברוורס. טלפון מהרופא שיניים: יש לך תור לפני עשר דקות, עוד כמה זמן תגיע? מאיפה הייתי יכול לזכור שיש דבר כזה, וההורים כבר שילמו מראש, איזה כאב ראש וש...

כמה היית נותן עכשיו בשביל שלוש דקות שבת? כאן ועכשיו! באמצע הבלגן, באמצע הטירוף, לעצור לרגע, לנשום, לעוף מכאן לעולם אחר, להתענג בנחת-רוח על השבת, על צלילות ושלווה פנימית...

"יש בכל יום הארת שבת, וכמו שכתוב: 'זכור את יום השבת' (שמות כז), והוא התפלה, שבה נכללים ועולים התורה ומעשים טובים של כל היום".
(רבי שניאור זלמן מלאדי, 'לקוטי תורה' בהר ד"ה "את שבתו")

"כי בכל יום הארה מעין שבת, וזה יעשה האדם בשעת התפלה, שיפנה מכל עסקיו, שיהיה אצלו שביטה ומנוחה כבשבת, ויסיח דעתו מכל המחשבות זרות הטורדות לקשר נפשו בה... וזה הוא הכנה ליום השבת, שבשבת כל היום בכללו הוא בחינת ומדרגת התשובה, ובימות החל הוא רק הארה מעין זה בשעת תפלה".

(רבי שניאור זלמן מלאדי, 'לקוטי תורה' האיזנו ד"ה "האיזנו")

כיצד, לפי בעל התניא, אנו מקיימים את הפסוק "זכור את יום השבת"?



"הלוך ילך ובכה נושא משך הזרע, בא יבוא ברנה נושא אלומותיו": כשמתנהגים במרירות וכובד ראש לאחר התפילה, אזי מגיעים ל"נושא משך הזרע" - שעבודת התפילה נקבעת ונזרעת. אבל אם "בא יבא ברניה", כאשר האדם מרגיש את עצמו בהרחבת הדעת לאחר התפילה והוא שבע-רצון מעבודתו בתפילה, אזי הוא בבחינת "נושא אלומותיו", כמי שנושא רק את המוץ והקש השדוף של החיטה.

(הבעש"ט)



ובכן, שלוש פעמים ביום אתה מוזמן לעוף לכמה דקות שבת. לעצור. לעצום עיניים. לשאת את הלב לשמיים. פתאום העולם החיצוני נשאר בחוץ ואתה מגלה שיש לך גם פנימיות. יש גם לב, והוא עמוק. הקדוש ברוך הוא פה, חי וקיים. ובעצם, הוא היה פה כל הזמן.

השבת היא דימוי לתפילה השאול מנקודה על ציר הזמן. מצא דימוי לתפילה בציר המקום, במרחב: א. מקום המשותף לכלל. ב. מקום אישי, המתאים להיות משל לתפילתך.

התפילה יוצרת בועה, אי של שפיות בתוך ימי החול הסוערים. וכך הגדיר זאת הבעל שם טוב:

"הַתְּרוּפָה לְמִי הַמְּבּוּל שֶׁל טְרָדוֹת הַפְּרָנְסָה הִיא - "בֵּא אֶל הַתְּבָה" (בראשית ז, א). 'תְּבָה', מְפָרֵשׁ הַבְּעַל שֵׁם טוֹב - תְּבוּת, אוֹתִיּוֹת הַתּוֹרָה וְהַתְּפִלָּה. עַל הָאָדָם לְבֹא אֶל תּוֹךְ אוֹתִיּוֹת הַתּוֹרָה וְהַתְּפִלָּה, לְהִיּוֹת מְקוּף בָּהֶן, וְאִז קָיָם הַבְּטָחוֹן שֶׁנִּהְרָת לֹא יִשְׁטָפוּהוּ".

(לקוטי שיחות' חלק א' פרשת נח)

מהן שתי המשמעויות של המילה "תיבה"?

כיצד אפשר "להיכנס" לתוך מילים?

האם קרה לך שאחרי שהתפללת באמת ומבפנים, נזרקת מן התיבה החוצה אל מי המבול? כיצד הרגשת?

בעולם החיצוני אני צריך כל הזמן להצליח, כל הזמן להיות גבר. סוף סוף נכנסתי לתיבה, פה יבש ונעים, אני מוגן. אפשר להשיל את השריון ולפרוץ בבכי, או בריקוד, או בשניהם יחד. התיבה, המילה של התפילה היא כמו תיבת נח. היא יוצרת מרחב מוגן, מקום שבו המבול והשיטפונות של העולם החיצון לא יכולים עלי.

בנוסף לכך, חשוב לציין כי התיבה נבנתה לא רק בשביל לברוח מהמבול, אלא גם בשביל לשמור על בעלי החיים, ובסופו של דבר לחדש חיים טובים יותר על פני כדור הארץ. לענייננו: גם כאשר התפילה עוזרת לנו לברוח מהחלקים השלייליים של חיי העולם הזה, אין מטרתה לברוח ולא לשוב. אחרי התפילה אנחנו פוקחים את העיניים, ושבים אל עיסוקינו וחיינו בעולם הזה מתוך הקשר בריא ונכון יותר, ללא מבול.

להתחיל להתפלל

פעם ביקר הרה"ק רבי לוי-יצחק מברדיצ'וב בעיר צ'רנוביץ. בשבת-קודש, כשחזר הרה"ק רבי חיים זצ"ל, מחבר הספר "באר מים חיים" מתפילתו בבית הכנסת הגדול, עבר דרך בית-מדרשם של החסידים כדי להאזין לתפילתו של הצדיק. כשחזר הרב לביתו, והשולחן כבר היה ערוך בין ובסעודה לכבוד שבת-קודש, התיישב כשהוא שקוע בשרעפיו. שאלה אותו הרבנית: "מדוע אינך מקדש על היין?" ענה לה הרב: "עדיין לא התפללתי". שאלה אותו הרבנית: "ומדוע לא התפללת היום? והיכן היית עד עתה?" ענה לה הרב: "לאחר ששמעתי את תפילתו של הצדיק, התברר לי שלא התפללתי..."

(מגדל עוז)

4. תפילה זה תענוג או מלחמה

פנים רבות לתפילה. בזוהר הקדוש מופיע כי "שעת צלותא שעת קרבא" - שעת התפילה היא שעת קרב, זמן מלחמה (ראה זוהר ח"ג רעב ע"א). בשעת קרב אתה מקריב את עצמך, מוכן להתגבר על דמיון השליטה בחיך ולהתמסר אל מי שמעליך. אך אם נשים לב, בשורש המילה ק.ר.ב. כלולה גם ההתקרבות. כשאדם מוכן להקריב ולהילחם בחלקים הנמוכים שלו, הוא מצליח לחשוף את עומק לבו, את נשמתו, ולחוש את הקירבה והדביקות בריבונו של עולם.

שני הצדדים - המלחמה והקרבה, הקרב והתענוג - הם שני צדדים של אותה מטבע. בשביל להתנתק מהקרעקע או זקוקים לפיצוץ אדיר, כמו חללית שמשוגרת לחלל, ולפתוח במלחמה רועשת במשיכה הבלתי פוסקת שלנו למטה. יחד עם זה, מכוח הלחימה הזו אנו פורחים באוויר ומרגישים את קרבת ה' ואת העונג של הדביקות בו.

על שני הצדדים הללו, נלמד כעת מתוך הגמרא, עם פירוש החסידות למחלוקת המופיעה בה. הגמרא במסכת ברכות מביאה שני מקורות לכך שאנו מתפללים שלוש תפילות ביום - שחרית מנחה וערבית:

"אתמר: רבי יוסי ברבי חנינא אמר: תפלות - אבות תקנום. רבי יהושע בן לוי אמר: תפלות - כנגד תמידין תקנום.

תניא כותיה דר' יוסי ברבי חנינא, ותניא כותיה דרבי יהושע בן לוי.

תניא כותיה דרבי יוסי בר' חנינא: אברהם תקן תפלת שחרית, שנאמר: "וישכם אברהם בבקר אל המקום אשר עמד שם" (בראשית יט, כז). ואין עמידה אלא תפלה, שנאמר: "ויעמד פינחס ויפלל" (תהילים קו, ל). יצחק תקן תפלת מנחה, שנאמר: "ויצא יצחק לשוח בשדה לפנות ערב" (בראשית כד, טג). ואין שיחה אלא תפלה, שנאמר: "תפלה לעני כי יעטה, ולפני ה' ישפך שיחו" (תהילים קב, א). יעקב תקן תפלת ערבית, שנאמר: "ויפגע במקום וילן שם" (בראשית כח, יא). ואין פגיעה אלא תפלה, שנאמר: "ואתה אל תתפלל בעד העם הזה, ואל תשא בעדם רנה ותפלה, ואל תפגע בי" (ירמיהו ז, טז).

ותניא כותיה דר' יהושע בן לוי: מפני מה אמרו 'תפלת השחר עד חצות'? שהרי תמיד של שחר קרב והולך עד חצות. ורבי יהודה אומר: עד ארבע שעות, שהרי תמיד של שחר קרב והולך עד ארבע שעות. ומפני מה אמרו 'תפלת המנחה עד הערב'? שהרי תמיד של בין הערבים קרב והולך עד הערב. רבי יהודה אומר: עד פלג המנחה, שהרי תמיד של בין הערבים קרב והולך עד פלג המנחה. ומפני מה אמרו 'תפלת הערב אין לה קבע'? שהרי אברים ופדרים שלא נתעבלו מבערב, קרבים והולכים כל הלילה. ומפני מה אמרו 'של מוספין כל היום'? שהרי קרבן של מוספין קרב כל היום. רבי יהודה אומר: עד שבע שעות, שהרי קרבן מוסף קרב והולך עד שבע שעות".

(מסכת ברכות דף כו ע"ב)

עיון בגמרא. מהן שתי השיטות? האם בהכרח הן סותרות זו את זו?

נסה לחשוב בעצמך: איך תסביר החסידות את המחלוקת? איך ישפיע מקור התפילה (אבות או קורבנות) על אופי התפילה.

רבי יוסי ברבי חנינא ורבי יהושע בן לוי חולקים האם התפילות הן מקבילות של הקורבנות בבית המקדש, או שהן נוסדו על ידי שלושת האבות. במקומות שונים בתורת החסידות מוסבר כי במחלוקת חכמים אנחנו יכולים לראות איך כל הדעות צודקות, והמחלוקת



אם אדם מתפלל היום, מפני שהתפלל אתמול - אין זו תפילה.

(רבי מענדל מקוצק)



היא על מה לשים את הדגש. על בסיס ההנחה הזאת, מסביר בעל התניא בקטעים שנראה לקמן, איך בתפילה יש את שני הרבדים: הרובד הראשון הוא הקורבן - שחיטת הבהמה בבית המקדש מקבילה לתיקון הנפש הבהמית שלנו. המימד הזה ממשיך את דברי הזוהר על כך שזמן התפילה הוא זמן של מלחמה, מלחמתנו ביצר הרע ובנטיות הלא-טובות שלנו.

הרובד השני הוא האבות הקדושים, שהעבירו לנו בגנים רגשות של קדושה ("מידות" בלשון החסידות) הטמונים בלבבותינו לעד. רגשות אהבת ה' ויראתו, והעונג של קרבת אלוקים, הם רגשות ששייכים לנפש האלוקית, שהיא האמת הפנימית שלנו. במובן הזה, התפילה היא זמן של תענוג וחשיפה של רגשות פנימיים.

"הנה אמרו רבותינו ז"ל, 'תפלות כנגד תמידין תקנום'. והענין פדכתיב: 'את קרבני לחמי לאשי' (במדבר כח, ב), שהיו מקריבין הקרבן בזמן בית המקדש לעולה על גבי המזבח ממין הבהמה, כדי שתירד אש מן השמים ותאכל את העולה... ומשחרב בית המקדש תקנו אנשי כנסת הגדולה התפלה, שיקריב כל אחד נפשו הבהמית להעלותה ולקשרה בשרשה... וגם היצר הרע הוא אש זר דולק, וצריך להעלות נפש הבהמית לשרשה - בחינת אש שלמעלה - ולהתכלל בבחינת מרכבה העליונה בחינת 'אש אוכלה אש', לכלות ולשרוף כח המתאווה והאש שלמטה בתענוגות בני אדם בעולם הזה, שלא לילך בהם אלא בקרירות, ולהפך מהפך להפך - להיות כח המתאווה ברשפי אש שלהבת, לדבקה באלהים חיים. והנה, בכל יום יצרו של אדם מתגבר עליו, וצריך בכל יום להמשיך בחינת אש שלמעלה... ועל ידי זה יגיע למדרגת 'ואהבת... בכל לבבך' - בשני יצירה, שגם היצר הרע וכח המתאווה שבנפשו יכלל בשרשו, ואתהפכא מחשוכא לנהורא ויהפך מחשך לאור. וזהו 'כי תצא למלחמה על איביך' (דברים כא, י). פרוש כי תצא למלחמה זו, לנצח כח המתאווה שבנפשו, לקררה בתענוגי עולם הזה הגשמיים, ולא תהפכא ולהפכה לאהבת ה'".

(רבי שניאור זלמן מלאדי, 'לקוטי תורה' כי תצא ד"ה 'כי תצא')

מהי המקבילה הנפשית של בהמת הקורבן?

מהו ההבדל בין ביטול הנפש הבהמית, ובין העלאתה לשורשה?

כיצד המלחמה וההתקרבות משתקפים בתוך התנהגותו של האדם?

אנחנו לא סתם שוחטים את הנפש הבהמית, אלא מעלים אותה לשורשה. זאת אומרת: אנחנו משתדלים לרתום את כוחותיה האדירים של הנפש הבהמית לטובת עבודת ה', שהוא השורש של הכל. את אש האהבה שלנו אנו מפנים לדביקות בה, ואל כל ענייני העולם ניוותר קרירים, כי פשוט לא תישאר לנו אש בשבילם.

בתפילה יש לנו הזדמנות לתת לטוב לכבוש אותנו ולהשפיע עלינו. ואם התפילה הצליחה לכבוש אותנו ולעורר בתוכנו רגשות ומחשבות של קדושה, אז המאבקים השונים שניתקל בהם בהמשך היום יוכרעו לטובה ביתר קלות. במובן הזה, התפילה מייצגת את מלחמת היצר עבור היום כולו.

"ענין המלחמה עם היצר הרע, הלא עקרה היא בעבודה שכלב זו תפלה, כי כל היום אי אפשר להלחם כנגדו, כי אין בידנו כלי זין, אבל בתפלה האדם לובש טלית ומכתיר בתפילין, והם בגדי מלחמה לשטן, ואז את עצמו בגבורה לכבוש יצרו, לכוון נפשו להכניח במחשבה טהורה לבוראה על ידי חרב פיפיות - הינו הדבורים הקדושים מקרבנות ופסוקי דזמרא, ולוקח רמח בידו - רמ"ח



תבין [מכות] דקריאת שמע, עד שמפיל חיל הרבה מהם, ויקל לו לכוון נפשו
במחשבה נכונה בתפלת לחש להיות המחשבה והדבור אחד...
(רבי משולם פייבוש מזכריו, 'יושר דברי אמת' קונטרס השני אות לג)

עד כה למדנו על המלחמה וההקרבה שבתפילה. בקטע הבא מברר בעל התניא את הצד הנוסף שבתפילה שהוזכר קודם, המקביל לשלושת האבות. שלושת האבות משתקפים בתוך נפשות ישראל בתור שלושה רגשות - אהבה (כנגד אברהם), יראה (כנגד יצחק) ורחמים (כנגד יעקב), שהם השתקפות של שלושת הספירות מתורת הסוד - חסד, גבורה ותפארת. בתפילה אנו מעוררים את רגשות הקודש הללו, ומתעצמים בהם דרך הפסוקים המתאימים לכל סוג של רגש.

"פרוש אבות' הם: חסד, גבורה, תפארת, שנמשך מהם אהבה, יראה ורחמנות, שהם אברהם יצחק ויעקב. והיגו, שכל התפלה היא בג' מיני פסוקים, היגו פסוקים של חסד שנעשה מהם בקריאת שמע "ואהבת" על ידי ההתבוננות, שהוא בחינת "אברהם אהבי" (ישעיהו מא, ח), להיות גלוי האהבה בנפש, בחינת 'רצוא' (מרוצה ותשוקה לה'...) וכן יצחק בחינת גבורה, שנעשה מזה בחינת יראה בנפש - "פחד יצחק" (בראשית לא, מב). ובחינת יעקב הוא בחינת רחמנות, דהיגו מי שלבו כלב האבן, שאף שמתבונן לא יבא לבחינת "ואהבת" שבקריאת שמע מחמת שקשור מאד בהבלי העולם, להיות יש ודבר בפני עצמו, ומחמת זה לכו כלב האבן, אזי העצה לזה הוא לעורר רחמים רבים על נפשו... וזהו על ידי פסוקי רחמנות שבתפלה, והוא "המלך המרום כו' ברחמיך הרבים רחם עלינו", "אבינו אב הרחמן רחם עלינו, ותן בלבנו בינה להבין ולהשפיל, ולא נבוש לעולם ועד"... והנה כל הנ"ל שהוא בחינת 'רצוא', אינו אלא לנפש האלקית בלבד..."

(רבי שניאור זלמן מלאדי, 'לקוטי תורה' אמור ד"ה "וספרתם לכם")

במה ניתן "להשתמש" לאורך התפילה כדי ליצור רגשות מתאימים?

מה עלול לגרום לאדם לא להגיע לאהבת ה' מהי העצה בשבילו?

איזה מימד בתפילה מתייחס לנפש הבהמית ואיזה לנפש האלוקית?

לסיכום נקרא את דברי הרבי הרש"ב מליובאוויטש, המנסח בבירות את שני צדדיה של התפילה.

"כי התפלה, כללות ענינה הוא שני דברים: האחד - לקשר ולדבק נפשו באלקות, וזהו מה שתפלה הוא לשון התחברות, וכמו "התופל כלי חרס" (כלים ג, ה), דהיגו התקשרות והתחברות נפשו באלקות. ועל שם זה נקראת התפלה 'סלם', וכמו שכתוב: "סלם מצב ארצה, וראשו מגיע השמימה" (בראשית כח, יב), ואיתא ומוכא בזהר: "סלם - דא צלותא" (סלם - זה התפלה), שעל ידי הסלם דתפלה מתעלה נפשו, עד שראשו מגיע השמימה, היגו התקשרות עצמות הנשמה במקור חצבה... והענין השני בתפלה הוא ברור וזכוף הנפש הבהמית, שזהו מה שהתפלה היא במקום קרוב, וכמו שכתוב: "אדם פי יקריב מכס קרבן" (ויקרא א, ב), דהיגו הקרבת הנפש הבהמית פנודע... ושני ענינים הללו שבתפלה הם על ידי התעוררות מדת האהבה, ולכן כל העבודה דתפלה הוא לבוא לבחינת אהבה".

(רבי שלום דובער מליובאוויטש, 'קונטרס העבודה' אות א)

בפרק זה ראינו היבטים ומימדים שונים של תפילה. למדנו איך התפילה היא בריחה מהעולם הזה ומלחמה בנפש הבהמית, ומנגד איך התפילה היא תענוג ומנוחה. ראינו מספר צורות הסתכלות על הבקשות שבתפילה - מבקשות רגילות ועד מנוע לקשר עמוק.

בפרק הבא נ'פישל שרוולים' ונלמד כיצד ניתן ליישם את הרעיונות הנפלאים הללו בתפילה עצמה.



חסיד אחד אמר לרבי הלל מפאריטש: "הנני מתפלל באריכות כבר איזה זמן, אבל לאחר התפילה אין הדבר פועל עלי שינוי!" ענה לו ר' הלל: "לא כן, התפילה פועלת ומועלת, כי על כן יש לך לפחות בפני מי להתבייש!"



תפילת הצדיק

אפיקורס אחד היה בבארדיטשוב שהיה לועג לצדיק רבי לוי יצחק ולחסידייו. אמרו לו החסידים: אילו היית בבית הכנסת בשעת תפילתו של רבי לוי יצחק היית אף אתה חוזר בתשובה. צחק ואמר: "אלך ואראה לכם שלא אתפעל כלל". הלך ועמד מתחילת התפילה עד אחר שמונה עשרה, והראה לחסידים תנועה של שחוק כאומר: ניצחתי אתכם. אבל כשהתחיל הרב לומר "ובא לציון גואל ולשבי פשע ביעקב", כפל כמה פעמים את המילים "ולשבי פשע ביעקב" בהתלהבות רבה מעמקי הנפש, ולא יכול אותו איש לעמוד כי נגעו הדברים עד ליבו, ולא זז משם עד שנעשה בעל תשובה גמור.

(סיפורי חסידים, הרב זיין)

דמעות מרפאות

מדי לילה בחצות היה עורך הגאון רבי יהודה אסאד 'תיקון חצות', ומרבה לשפוך דמעות על החורבן, על מצבו המר של עם ישראל ועל הגאולה שעדיין לא הגיעה שעתה. נחלי דמעות היו יורדים מעיניו באותן שעות. את הדמעות הרבות נהג לקבץ אל תוך ספל, וכשפנו אליו חולים ומסכנים היה נותן להם את דמעות היגון שלו כתרופה למצוקותיהם.

באחד הימים ארע דבר נורא בעירו. אחד התושבים נפל ארצה מגג גבוה. האיש נותר בחיים, אך מעצמת המכה שספג נשקפה סכנת עיוורון לשתי עיניו. טובי הרופאים הוזעקו אל הפצוע, אף הובאו רופאי עיניים ממרחקים, אך כולם אמרו נואש לראייתו. "עלינו לשאול בעצתו של רב העיר, רבי יהודה אסאד!" קבעו בני המשפחה. וכשהם נושאים את הפצוע הגיעו אל מעונו של הצדיק. אך נכנסו החדרה וסחו לרבי יהודה את צרת ליבם, נטל הרב את ספל הדמעות שלו, נתן לעיור כמה נטפי דמעות ומיד נפקחו עיניו!

(ספורו של יום)