

ואני תפילתי התפילה והכוונה בה

ראשי פרקים

פתיחה

- א. השיטה המיסטית והשיטה הראציונאלית
- ב. תפילה מדאורייתא בשיטות הרמב"ם והרמב"ן
- ג. מהי הכוונה הנדרשת בתפילה?
- ד. חובת כוונה בתפילה

פתיחה

בבואנו לעסוק בסוגיית התפילה, עלינו להציב אל מול עינינו עובדה חשובה: על אף ההלכות הרבות הקשורות לסוגיה זו, נושא זה נותר אינדבידואלי מאין כמוהו, וזאת משום שנפשו של כל אחד מישראל שונה היא מחברתה. יש שמתקשר לתפילתו, וכאשר הוא מתפלל כל נפשו וגופו אומרים תפילה. יש שמצליח לכוון את כוונותיו בזמן מועט, ויש שהתפילה קשה עליו. יש שהתפילה בניגון מרוממת אותו, ויש שדוקא אמירה קפדנית של המילים מביאה אותו לחיבור לבוראו. על כל אחד לחפש את דרך החיבור שלו לתפילה ומתוך כך לקב"ה¹.

השאלה שבעקבותיה החלטתי לדון בסוגיה היא, מדוע במקרים מסוימים של דחק או אונס הריכוז, עדיפה התפילה במלואה על כל פרטיה, תחת מיצוי מירב הכוחות בתפילת החובה אותה תיקנו חז"ל? פעמים שאנו רוצים להספיק את כל התפילה, אך אפשר שבכך אנו מאבדים את היכולת להתכוון, ואיננו משיגים את מטרת התפילה. כמדומני, שהכלל המנחה את המבקש לעסוק בסוגיית התפילה צריך להיות: "טוב מעט בכוונה מהרבה בלא כוונה". אל לנו להתעלם מכלל זה.

ברצוני להדגיש כי דברים אלו "אינם נובעים מדיאלקטיקה פילוסופית, מספקולציה מופשטת..."², אלא נובעים מתוך התבוננות במצב הנתון, הקיים בבתי הכנסיות ככלל, ובבתי המדרשות בפרט. לטעמי, התפילות נאמרות בקצב מסחרר, עובדה היוצרת קושי להתפלל בכוונה. אין בעיה זו מסתכמת בקושי נפשי - קיומי, כי אם בכניסה לבעיות הלכתיות שונות, כקריאת שמע בצורה מהירה³ ועוד.

בעיסוק בסוגיה זו אני מבקש להשיג שתי מטרות. הראשונה, לעורר את הישנים ואת אשר שכחו, "לא חיברתיו ללמד לבני האדם את אשר לא ידעו, אלא להזכירם את הידוע להם כבר ומפורסם אצלם פרסום גדול"⁴. והשנייה, לעורר את עצמי, "על כן החובה היא לעיין שיהיה מכיר את הדברים בהכרה

1. כמובן שאל לנו לשכוח כי "חכם עדיף מנביא", ולחפש דרך זו במסגרת ההלכה.

2. הגרי"ד סולוביצ'יק, **איש האמונה הבודד**, עמ' 9 בהוצאת מוסד הרב קוק.

3. עיין **טושע** סימן ס-סד בנוגע לחשיבות הדקדוק והכוונה בקריאת שמע.

4. הקדמת הרמח"ל ל**מסילת ישרים**.

פנימית, וממילא יתרחבו אצלו הדברים שמביאים לאותה הכרה, עד שיעלה בידו להעניק מטוב ידיעתו גם לזולתו⁵.

אני רואה חובה לציין את העובדה הבאה, שאין מאמר זה מתיימר לפסוק הלכה נחרצת וסופית. יחד עם זאת, זהו מאמרו של איש הלכה, הרוצה למצוא את דרך חיבורו לקב"ה במסגרת ההלכה ועל פי הדרכה. אשר על כן, על הקורא לראות מובאות הלכתיות כבאות להדגיש ולחזק את הנטען, ולא כבקשה לפסיקת הלכה.

כולי תקווה כי מאמר זה יפתח צוהר לדרכי חיבור חדשות, אישיות וחזקות לתפילה, ומתוך כך לקב"ה.

א. השיטה המיסטית והשיטה הראציונלית

סוגיות חיוב התפילה ומטרתה, נלמדו ונותחו רבות. ברצוני להציג זווית ראייה שונה להתבוננות בסוגיות אלו, דרך פסקה של הראי"ה זצ"ל, בה מציג הרב שתי התבוננויות על התפילה:

"שתי שיטות הן לערכה של התפילה, השיטה המיסטית, והשיטה הרציונלית. הראשונה מבארת את קשר העולם עם האדם ועם תנועותיו כולן, ומראה בעליל, שהבעת הרצון הנפשי של האדם, בהתדבקו באלהים, הרי היא פועלת ויוצרת... השיטה הרציונלית אינה מכרת את הסתרים הנפלאים הללו, והיא מכנסת את התפילה כולה לתוך המערכה המוסרית, הפסיכית, הפיזית. האדם יתרומם על ידי ציורי תפילתו, נפשו תזדכך, מדותיו יתעלו"
(שמונ"ק, קובץ א', רפב).

ראוי להתעכב על חילוק זה, ולבאר את שתי השיטות. השיטה הראשונה מניחה כי פעולת התפילה היא מעבר להבנתו הפשוטה של האדם, "מיסטית" כלשון הרב. האדם אינו יכול להבין את הדברים שיוצאים מתפלתו, ואינו מודע למה שתפילתו גורמת. ניתן להניח שלא רק המנגנון שבו התפילה משפיעה יהיה עלום מהמתפלל, כי אם גם עצם מילות התפילה וכוונותיה יקפלו בתוכן משמעויות רבות שאינן נגישות לתפיסתו האישית המצומצמת. השיטה השנייה, "הרציונלית", כשמה כן היא, רציונלית. התפילה משפיעה בראש ובראשונה על המתפלל עצמו, על נפשו ומוסריותו. תוצאות התפילה נתפסות בשכל המתפלל, אך לא רק אלו, כי אם גם טעמה וכוונותיה.

נראה לומר, כי השיטה השנייה, "נוחה" לאדם. האדם המתפלל עושה זאת משום שליכו חפץ בתפילה, משום שזוהי דרך בה הוא מתקשר לקב"ה, ואין היא "הנחתה" מלמעלה, שאינה מאפשרת לנפשו להתחבר אליה. עוד הוא יכול להבין מה גורמת תפילתו, מה התפילה הוציאה ממנו, ואין זו עוד מצווה הנובעת ממקור חיצוני לו.

נראה, שניתן למצוא מקור קדום לשתי התפיסות השונות הללו ביחס לתפילה. בגמרא במסכת ברכות, נחלקים ר' יוסי בר חנינא ורבי יהושע בן לוי (להלן ריב"ל) כנגד מה תוקנה התפילה:

5. מוסר אביך א, א.

“איתמר, רבי יוסי ברבי חנינא אמר: תפלות אבות תקנום; רבי יהושע בן לוי אמר: תפלות כנגד תמידין תקנום” (כו, ב).

יוצא מדברי הגמרא, שישנם שני לימודים למקור התפילה. כנגד שלושת האבות, או כנגד קורבנות התמיד. חילוק זה, דומה לחילוק שחילק הרב זצ”ל. בהסתכלות על ההקבלה לקורבנות כשיטת ריב”ל, ניתן לראות את השיטה המיסטית. הקורבנות אינם ברורים לאדם, לא דיניהם ולא פעולתם, והם באים כצווי מלמעלה שאינו נובע מנפש האדם.

סברת ר’ יוסי ברבי חנינא, היא המקבילה ל”שיטה הרציונלית”, שהרי כשם שהאבות ראו צורך נפשי עמוק “לשוח בשדה” לפני בוראם, כן כל אדם מישראל ראוי להרגיש, ולשפוך שיחו לפני בוראו. כמובן שסברה זו נתפשת בעיני האדם יותר מסברת הקורבנות, משום שהיא נוגעת לליבו. שהרי לא אחת אדם מרגיש צורך לשפוך את ליבו לפני הקב”ה ולבקש את אשר ירצה, פעולה שתחילתה בנפש האדם, ולא בציווי אלקי.

בפרק הבא נבקש לתלות שתי שיטות אלו במחלוקת הרמב”ם והרמב”ן, בדבר מְנִיַת חובת התפילה כמצווה מדאורייתא.

ב. תפילה מדאורייתא בשיטות הרמב”ם והרמב”ן

בכל יום, כל יהודי קורא קריאת שמע, אשר בה מוזכר פסוק שחז”ל פרשוהו על עבודת התפילה: “והיה אם שמוע תשמעו אל מצותי אשר אנכי מצוה אתכם היום לאהבה את ה’ אלקיכם ולעבדו, בכל לבבכם ובכל נפשכם”. וברש”י שם: “עבודה שהיא בלב וזו היא התפילה, שהתפילה קרויה עבודה...”. ונכפל ציווי זה בספר שמות: “ועבדתם את ה’ אלקיכם וברך את לחמך ואת מימך והסירותי מחלה מקרבך” (כג, כה). מהפסוק בשמות למד הרמב”ם שישנה מצות תפילה מדאורייתא:

“הוא שצונו לעבוד, וכבר נכפל זה הציווי פעמים באומרו ועבדתם את ה’ אלקיכם, ואמר ואותו תעבדו. ואע”פ שזה הציווי הוא גם כן מהציוויים הכוללים כמו שביארנו בשורש ה’, הנה יש בו יחוד אחר שהוא ציווי לתפלה” (ספר המצוות, עשין ה).

וזה לשונו בהלכות תפילה:

“מצות עשה להתפלל בכל יום שנאמר ‘ועבדתם את ה’ אלקיכם’. מפי השמועה למדו שעבודה זו היא תפילה שנאמר ולעבדו בכל לבבכם. אמרו חכמים אי זו היא עבודה שבלב? זו תפילה. ואין מנין התפילות מן התורה. ואין משנה התפילה (= לשון התפילה מ.ש.) הזאת מן התורה. ואין לתפילה זמן קבוע מן התורה” (הלכות תפילה א, א).

מדברי הרמב”ם עולה כי התפילה היא מצווה מדאורייתא. הרמב”ם מתייחס לציווי התורה כאל ציווי מיוחד: כחלק ממצוות עבודת ה’ הכללית, ישנו צווי פרטי להתפלל. אם נתבונן בדברי הרמב”ם לאור המחלוקת שבגמרא וחילוק הרב זצ”ל, הרמב”ם נוקט ב”שיטה המיסטית”. תפילות עומדות כנגד

תמידין, וכשם שהתמידין הן חיוב דאורייתא, כן גם התפילה היא חיוב דאורייתא. האדם נצטווה לעבוד את ה' ע"י התפילה, ואין הצורך בתפילה נובע ממעמקי נפשו.

הרמב"ן משיג על דברי הרמב"ם, ומציג את המצווה באור שונה. הרמב"ן לא מונה מצווה זו כפי שמנה אותה הרמב"ם, אלא מפרש הפסוקים הנ"ל בצורה אחרת:

"ועיקר הכתוב 'ולעבדו בכל לבבכם', מצוות עשה שתהיה כל עבודתינו לאל יתעלה בכל לבבנו כלומר בכוונה רצויה שלמה לשמו ובאין הרהור רע, לא שנעשה המצוות בלי כונה או על הספק אולי יש בהן תועלת, כענין 'ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאדך', שהמצוה היא לאהוב את ה' בכל לב ולב ושנסתכן בנפשנו ובממונו" (השגות הרמב"ן עשין ה).

הרמב"ן לומד את הפסוק אותו דרש הרמב"ם בצורה שונה, כדרשה למצווה אחרת. לפי דברי הרמב"ן, "ולעבדו בכל לבבכם", מתייחס ל"לאהבה" ו"לעבדו". זאת אומרת, שהמצווה הנלמדת מהפסוק היא מצוות אהבת ה', אשר נמנתה כבר. בהמשך, מציג הרמב"ן את תפיסתו על התפילה:

"ומה שדרשו בספרי 'ולעבדו זה התלמוד, ד"א זו תפלה', אסמכתא היא. או לומר שמכלל העבודה שנלמוד תורה ושנתפלל אליו בעת הצרות ותהיינה עינינו ולבנו אליו לבדו כענין עבדים אל יד אדוניהם. וזה כענין שכתוב 'וכי תבאו מלחמה בארצכם על הצר הצורר אתכם והרעותם בחצוצרות ונזכרתם לפני ה' אלקיכם' והיא מצוה על כל צרה וצרה שתבא על הצבור לצעוק לפניו בתפלה ובתרועה... ואם אולי יהיה מדרשם בתפילה שהיא עיקר מן התורה, נמנה אותו במנינו של הרב, ונאמר שהיא מצוה לעת הצרות, שנאמין בו שהוא יתברך שומע שתפילה והוא המציל מן הצרות בתפילה וזעקה, והבן זה" (שם).

מדברי הרמב"ן עולה, כי חיוב המצווה מדאורייתא אינו להתפלל אל ה' אחת ליום כדברי הרמב"ם, אלא המצווה היא לצעוק אל ה' בעת צרה. נראה שניתן להקביל את דברי הרמב"ן ל"שיטה הרציונלית" שבה אין האדם מחויב ממצוה דאורייתא להתפלל, אלא זוהי דרך בעבודת ה'. אם כן, מהי מטרת התפילה ומהותה, אם לא כציווי מאת ה'? על שאלה זו עונה הרמב"ן:

"אלא ודאי כל ענין התפלה אינו חובה כלל אבל הוא ממדות חסד הבורא יתברך עלינו, ששומע ועונה בכל קראינו אליו" (שם).

נראה מדברי הרמב"ן כי התפילה אינה חובה אותה קבעה התורה, המטילה על האדם להתפלל בכל יום, אלא חסד שגמל עמנו הקב"ה, ואפשר לנו להתחבר אליו. אמנם, מאוחר יותר גיבשו חכמים מסגרת הלכתית מחייבת, ובכך קבעו את התפילה כחובה בכל יום, ולא רק בעתות צרה. לעומת הרמב"ן, לדעת הרמב"ם על האדם להתפלל משום שכך צווה אותו הקב"ה. האדם הרוצה להתחבר לקב"ה, יעשה זאת על ידי קיום מצוות התורה, אשר אחת מהן היא התפילה.

ישנן נפקא מינות רבות הנובעות ממחלוקת זו של הרמב"ן והרמב"ם, להלן יוצגו שתיים מהן. נפקא מינה ראשונה, בספק תפילה. אם נסבור כרמב"ם שתפילה היא מדאורייתא בכל יום, יצטרך אדם לחזור כשהוא מסופק אם התפלל. אך אם נסבור כרמב"ן, לא יחויב לחזור. נפקא מינה שניה היא, במידה ויש מצווה דאורייתא אחרת ש"מתנגשת" עם מצוות תפילה, מה יצטרך האדם לעשות.

ג. מהי הכוונה הנדרשת בתפילה?

מתוך החילוק שעשינו, נראה את התייחסות האחרונים ביחס הפרקטי לכוונה בתפילה. הסתכלות זו חשובה, משום שע"י כך אנו רואים נקודות נוספות באור מחלוקת הרמב"ם והרמב"ן, כגון מהי עבודת התפילה, מה גורמת התפילה לאדם ועוד.

נראה את דברי נפש החיים הסובר כי מטרת התפילה היא דיבוק האדם ב"למעלה", והשפעתו על העליונים וז"ל:

"אלא העיקר בעבודת התפילה, שבעת שהאדם מוציא מפיו כל תיבה מהתפילה, יציר לו אז במחשבתו אותה התיבה באותיותיה כצורתה ולכון להוסיף על ידה כח הקדושה שיעשה פרי למעלה להרבות קדושתם ואורם" (שער ב' פרק יג).

לאחר מכן, מסביר בעל נפש החיים את דבריו ע"י הקבלת התפילה לקורבנות:

"וכמו שעניין הקורבן היה להעלות נפש הבהמה למעלה, ולכן עיקר הכפרה היה תלוי בזריקת הדם הוא הנפש, וכן הקטרת האימורים עיקרם היה לכונת העלאת הנפש, כן עקר ענין התפילה הוא, להעלות ולמסור ולדבק נפשו למעלה..." (שם יד).

דברי נפש החיים מציגים את התפילה כפי שראה אותה ריב"ל, שתפלה נלמדה מהקורבנות וכשם שהקורבנות מטרטן הייתה העלאת הנפש, כך היא מטרטה של תפלה. ובאמת דברים אלו הן כ"שיטה המיסטית", בה אין האדם מבין את השפעת התפילה וערכה.

כיוון שונה ביחס לתפילה עולה מדברי הרב זצ"ל באורות התפילה, שם הוא מציג נקודת מבט שונה מזו שראינו בנפש החיים:

"התפילה כביטוי של משאלות הלב, הבאה מלב כל יצור לעומת יוצרו, היא התכונה של מילוי המשאלים, של רווי החיים, להשלמת מחסוריהם הרבים..." (א, ד).

וכן בדברי ר' צדוק הכהן מלובלין:

"מי שהוא חסר ומבקש השלמה אי אפשר שהקב"ה לא יענהו, וכמו שכתוב קרוב ה' לנשברי לב ואת דכאי רוח יושיע... והש"י מכון לעזור לנשברי לב ומיד יבוא אשר שאל" (צדקת הצדיק, ריג).

מדברי הרב זצ"ל ור' צדוק, אנו רואים כי התפילה היא מעין "חסד הבורא יתברך עלינו", כפי שסבר הרמב"ן. התפילה היא ביטוי משאלות הלב של האדם, "השיטה הרציונלית".

לסיכום, ראינו כי ישנן שתי שיטות להבנת מהות התפילה: הרציונלית והמיסטית. שיטות אלו מתקשרות לדברי הגמרא בברכות בדבר מקור התפילה, האם התפילות תוקנו כנגד התמידין או כנגד האבות. מהשתלשלות הדברים ראינו את מחלוקת הרמב"ם ורמב"ן בדבר חיוב התפילה מדאורייתא, והנפקא מינות היוצאות ממחלוקת זו. על פי שיטות אלו בחנו את יחסנו לתפילה, ואת הבנתנו את תוצאותיה ופעולותיה.

ד. חובת כוונה בתפילה

לאחר עיון בסוגיות מטרת התפילה וחיובה, נבחן את שאלת חיוב הכוונה בתפילה, אשר לדעתי עולה מאליה לאחר העיון הנ"ל. שהרי ראינו שתפילת האבות ביטאה צורך נפשי עמוק לשפוך שיחם לפי ה', וממילא בנפשו של כל יהודי קיים צורך זה.

אני רואה את החובה לציין בשנית, כי אין מטרתי לקבוע בצורה גורפת מהי הדרך לכוונה ולתפילה מחברת. הדברים מובאים בכדי להראות את התייחסות רבותינו לתפילה. גם בפרק זה, על הקורא לראות את הדברים "כנסיון צנוע הנעשה על ידי איש האמונה לפרש את הכריותיו ורגשותיו..."⁶.

עניין חשיבותה של כוונה בתפילה מוזכר במשנה בברכות, אשר קבעה כי "העושה תפילתו קבע, אין תפילתו תחנונים", ובגמרא שם נתבאר מהי 'תפילת קבע':

"העושה תפילתו קבע, אין תפילתו תחנונים'. מאי קבע? אמר ר' יעקב בר אידי כל שתפילתו דומה עליו כמשוי. ורבנן אמרי כל מי שאינו אומרה בלשון תחנונים. רבה ורב יוסף דאמרי תרוויהו כל שאינו יכול לחדש בה דבר... המתפלל צריך שיכוין ליבו לשמים" (ברכות כט, א; לא, ב).

הרמב"ם בהלכות תפילה, פוסק שישנה חובת כוונה בתפילה, מתנה את כשרותה של תפילה בכוונתה, ואף פוסק כי מי שאינו מכוון בתפילה צריך לחזור. בנוסף, הרמב"ם מסביר כיצד מכוונים ומה עושים בכדי לכוון, וז"ל:

"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 שתישב דעתו... כיצד היא הכוונה שיפנה את ליבו מכל המחשבות ויראה עצמו כאילו הוא עומד לפני השכינה. לפיכך צריך ליישב מעט קודם התפילה כדי לכוון ליבו ואחר כך יתפלל בנחת ובתחנונים ולא יעשה תפילתו כמי שהיה נושא משוי ומשליכו והולך לו..." (ד, טו-טז).

הטור מסביר לאיזה דרגה של כוונה על האדם להגיע בתפילתו:

6. איש האמונה הבודד, עמ' 13.

“המתפלל צריך שיכוין לבו שנאמר תכין לבם”. פירוש שיכוין פירוש המלות שמוציא בשפתיו, ויחשוב כאילו שכינה כנגדו שנאמר שויתי ה' לנגדי תמיד. ויעיר הכוונה ויסיר כל המחשבות הטורדות אותו עד שתשאר מחשבתו וכוונתו זכה בתפלתו” (או”ח צח, א).

בהמשך, קובע הטור הלכות אשר מטרתן לאפשר רמת כוונה כזו: “ולא יתפלל לא במקום שיש בו דבר שמבטל כוונתו ולא בשעה המבטלת כוונתו, דאמר ר' חייא בר אשי אמר רב כל שאין דעתו מיושבת עליו אל יתפלל”. הטור קובע כי ישנה תביעה מהמתפלל לפנות את כל מחשבותיו בשביל להתרכז בתפילה. על המתפלל לכוון בכל מילה שמוציא מפיו.

הב”ח שם מגדיל לעשות, ומסיק שאם אדם לא כיוון בתפילתו עליו לחזור ולהתפלל. וזה לשונו בתמיהתו על הטור כיצד לא פסק כך:

“...ולפי זה אם לא אמרה בלשון תחנונים אפילו דיעבד לא הויא תפילה וצריך לחזור ולהתפלל, ותימה למה לא כתב כך רבינו”.

המגיד מישרים אינו מסייג את הזהירות מכוונות זרות בתפילה למחשבות חולין, אלא מזהיר אפילו ממחשבות של קדושה כלימוד תורה: “ליזהר מלחשוב בשעת התפילה מחשבה, אפילו של תורה ומצוות, כי אם בתיבות התפילה עצמם” (אזהרה ב’).

נפש החיים מציע דרך לכוון בתפילה:

“אלא העיקר בעבודת התפילה, שבעת שהאדם מוציא מפיו כל תיבה מהתפילה, יציר לו אז במחשבתו אותה התיבה באותיותיה כצורתה”.

על ידי ההתעמקות בכל מילה ומילה מן התפילה, יצליח המתפלל להגיע לכוונה בתפילה. כמו כן, על המתפלל להתאמץ קודם התפילה ובעת התפילה בשביל להגיע לזכות מחשבה. תאור דומה מופיע בדברי ר' נחמן מברסלב, הדורש שהתפילה תנבע מבפנים, והגעה לכוונה תעשה על ידי התקשרות למילות התפילה:

“עיקר התפילה תלוי בלב, שישים כל ליבו עליה, דהיינו שיקשר מחשבות הלב היטב לדיבורי התפילה, שלא יהיה ליבו רחוק מהדיבורים, רק שישמע היטב מה שהוא מדבר...” (ליקוטי מוהר”ן קמא, תורה מט).

לסיכום הטענות, נראה פסקה בדברי ר' צדוק, בה הוא מחייב כל אדם שאינו מצליח לכוון להתפלל תפילה קצרה:

“אין להתפלל במקום שאפשר להתבלבל באמצע אלא תפילה קצרה שלא יתבלבל בה. כי טוב מעט בכוונה מהרבות בלא כונה, וכן בכל עניין וזמן כשאין יכול לכוון כל התפילה,

ועוברי דרכים, דרך המלך של עולם, חלל שמאלי שבלב יפסיקוהו מעבודתו, יתפלל תפילה קצרה על כל פנים בכוונה "צה"צ לא).

בגישתנו לתפילה, עלינו לנסות ולזכך את מחשבתנו, בכדי שנוכל להתרכז בתפילה בצורה מיטבית, ורבות הדרכים להשגת יעד זה. אך לא תמיד יוכל האדם לכוון מפני טרדות היום, ואם כן מה עליו לעשות? לדברי ר' צדוק עליו להתפלל תפילה קצרה בכוונה. כמובן שאל לנו לקבוע נוהל זה לקבע. עלינו להתאמץ להגיע לריכוז בתפילה, אך במידה ואיננו מצליחים, מדוע לא להתפלל תפילה קצרה, אשר אמנם היא תמציתית - אך מאידך חזקה ומרוממת?