

מה הגישה שלי בעבודת ה'?

כל אחד מאיתנו מתחבר אל הקב"ה בדרך שונה... יש מי שאוהב לשיר, יש מי שאוהב להתפלל, יש מי שאוהב ללמוד תורה, יש מי שאוהב לדבר אודותיו. ★ תעצרו רגע ותחשבו, מה הדרך בה אתם מתחברים לקב"ה, לדת בכלל?

בספרו של הרב סולובייצ'יק 'עבודה שבלב' הוא מביא מספר גישות לעבודת ה':

א. השכל: היהדות רואה, ברמה אינטלקטואלית זו, את לימוד התורה כאופן הנעלה ביותר של עבודת הא-לוהים, כדרך לפגוש בו, לפרוץ מבעד למחסום המפריד בין המוחלט (הקב"ה) לבין המקרי והיחסי (האדם). העיסוק השכלי האנושי בחקירת דברי הא-לוהים, מחשבתו וחוקיו, הוא חוויה דתית נפלאה, פעילות הגובלת במופלא, גשר פרדוכסלי הנמתח מעל לתהום המפרידה בין עולם ההבל החולף לבין האינסופיות.

ב. הרגש: האדם יכול להתקרב אל הא-לוהים גם דרך אהבתו אותו באורח נלהב ונפלא, באמצעות חוויה אכסטטית המאפשרת ליצור הסופי להתעלות מעל לגבול הסופיות, להתרומם אל מעל למוגבל וליחסי ולהגיע אל גובהי השלמות המוחלטת והאינסופיות האדם- כך טענו הרבה פילוסופים ומיסטיקאים יהודים- יכול להגיע אל הא-לוהים לא רק דרך שכלו אלא גם באמצעות הלב, אותה נפש טהורה וצחה, תמימה ופשוטה ככל שתהיה. ... האדם יכול להגיע עדי האל-לוהים גם כשהוא בור וחסר תבונה, כל עוד הוא איש אמת ורגשותיו כנים וישרים.

ג. הרצון: בבסיסו של דבר היהדות היא תורה וולונטריסטית (התנדבותית). היא העניקה מקום של בכורה לרצון (ואנו מתכוונים כמובן לרצון הטוב, הנכון). היהדות הצהירה על האדם שהוא יצור שניחן בראש ובראשונה בכח הרצון, ושבעקבות זאת הוא מסוגל להתמיד ברדיפתו אחר היעדים שקבע הרצון, להמשיך ולצפות בהתמדה להגשמתם. ... המעשה הוא העיקר, לא התיאוריה. והמעשה הוא שמביא לידי ביטוי רב עוצמה את הרצון המוסרי הנמרץ...

ד. הדיאלוג: האמצעי הרביעי שדרכו ניתן להגיע למיצוי הקשר בין אדם וא-לוהים הוא הדו-שיח, הדיאלוג. ... בתפילה... הא-לוהים הוא המאזין והאדם הוא המדבר... הבקשה היא הצורה העיקרית של תפילת האדם. ... במזמוריו פונה דוד ללא הרף אל דרך התחינה והבקשה. ... הסיבה למעמד המרכזי שהעניקה היהדות ליסוד הבקשה שבתפילה נעוצה בפילוסופיה של התפילה. 'עבודה שבלב'... תחושת התלות הבלתי מוגבלת. את חווית התלות השלמה, המוחלטת והבלתי מותנית שלו בא-לוהים מבטא דוד בפסוקים נפלאים: "אם לא שויתי ודוממתי נפשי כגמל עלי אמו, כגמל עלי נפשי, יחל ישראל אל ה' מעתה ועד עולם" (תהילים קלא, ב-ג)

(עבודה שבלב, עמודים 28-34)

★ איזה דרך מתאימה לכם? האם אתם מתחברים לה' דרך השכל, הרגש, הרצון או השיח יותר?

תנסו בזמן הקרוב להתחבר לה' בדרך שאינה הדרך 'הטבעית' שלכם. תראו אם זה משנה בכם משהו, נותן לכם קרבה נוספת לה'...

איך אני עומד מול הקב"ה בתפילה?

יש מגוון של דרכים בהן אנחנו יכולים לעמוד בפני הקב"ה כשאנחנו מתפללים... אנחנו יכולים לעמוד כעבד בפני מלך, כבן לפני אב (או אם), כאוהב בפני אהוב, כעומד למשפט מול בעל הדין, כיצירה בפני אמן... ובדרכים רבות נוספות.

★ איך אתם עומדים בתפילה? איזה יחס של קרבה יש לכם אל הקב"ה? ננסה כעת לבחון את התפילה כמעמד משפטי, בו אנחנו שופטים את עצמינו, והקב"ה צופה בנו.

הרש"ר הירש כותב בספרו חורב על גישה זו:

הפעל 'התפלל' אשר ממנו נגזר השם 'תפילה' מובנו על פי מקור הוראתו 'לבחון את עצמינו ולשפוט את עצמינו' או כפי אשר יורה לרוב הבנין 'התפעל' להתחרות פנימית: להחליט בקרב לבבנו ולחרוץ משפט, משפט אמת וצדק, על אודות עצמינו. ... המתפלל יוצא הוא מחוג החיים הפועלים ומשתמט מהם, למען יחרוץ משפט אמת וצדק על עצמו על אודות 'האני' שלו... גם לדעת ולהכיר את משפט ה' והתבל על אודותיו. ובכוח משפט כזה יחדור בקרב הלב והרוח לפעול... למען יוכל להמסר מחדש אל החיים הפועלים.

(רש"ר הירש, חורב, עמוד 447-446)

על פי הדברים של הרש"ר הירש התפילה נותנת לנו פסק זמן מ-'החיים הפועלים' כדי לבחון את עצמינו ולחשוב איך הקב"ה והעולם בוחנים אותנו, כדי לחזור אל העולם ולעבוד נכון יותר.

★ עצרו רגע, נסו להיות בתחושה כזאת 10 דקות. מה תוצאת המשפט? במה אתם רוצים להשתפר?

★ נסו להתפלל כך, פעמיים או שלוש, בשבוע הקרוב. תספרו אחד לשני על המחשבות העולות בזמן התפילה הזאת...

מה התפילה האהובה עלי?

כל אחד בצוות צריך לחשוב על תפילה שאהובה עליו. (התפילה יכולה להיות מתפילת יום חול/ שבת/ חג). כל אחד מקריא את התפילה שלו ומסביר מה גרם לו לבחור בתפילה הזאת.

הצוות יעלה לדיון את השאלה הבאה:

★ אם כל אחד מאיתנו מתחבר לתפילה שונה, למה אנחנו מחוייבים להתפלל את אותה התפילה?

הצעות לפתרונות:

אמנם התפילה היא קבועה, אבל אנחנו יכולים לבחור להתרכז בחלק מסוים שלה שנוגע אלינו. אנחנו צריכים להשתדל ללמוד ולהבין את התפילה הקבועה, ודבר זה יקל עלינו להתפלל אותה.

הרב עמיטל כתב על הרעיון הזה:

הקשר שבין התפילה לאישיותו של אדם נוגע גם ליכולת של האדם להגיע לפתיחות כלפי עצמו. לא פעם הבריות חושבות על פלוני שאיו הוא פתוח כלפי זולתו, אך לא פחות מכך חשובה היכולת להיות פתוח כלפי עצמו. לעתים תכופות, הורים ומחנכים שואלים את בניהם ותלמידיהם מה נשמע?, והתשובה הכמעט אחידה היא "הכל בסדר". קיימת תחושה שהבנים או התלמידים 'סגורים' לא רק כלפי זולתם אלא גם כלפי עצמם. כדי 'להפתח' בפני הקב"ה, יש צורך שאדם 'יפתח' תחילה כלפי עצמו. שלא יסתפק רק באמירת התפילה שבסידור, אלא יוסיף להן בקשה משלו, ולו בלבו פנימה.

(הרב יהודה עמיטל, ואני תפילה- הזכות שברעיון התפילה מתוך והארץ נתן לבני אדם, עמוד 2)

איך אפשר להחזיר את התפילה לתחנונים?

מדברים על כך רבות שאחת הבעיות הקשות של התפילה היא שהיא תפילה קבועה... איך אנחנו יכולים לעזור לעצמינו להפוך את תפילות הקבע לתחנונים?

הרמב"ם פסק להלכה דבר שיכול לעזור לנו:

'המתפלל עם הציבור לא יאריך תפילתו יותר מדי אבל בינו לבין עצמו הרשות בידו, ואם בא לו לומר אחר תפילתו אפילו כסדר וידוי יום הכיפורים אומר, וכן אם רצה להוסיף בכל ברכה וברכה מן האמצעיות מעין הברכה מוסיף. כיצד? היה לו חולה, מבקש עליו רחמים בברכת חולים כפי צחות לשונו. היה צריך לפרנסה מוסיף תחנה ובקשה בברכת השנים. ועל דרך זה בכל אחת מהן, ואם רצה לשאול כל צרכיו בשומע תפילה, שואל. אבל לא ישאל לא בשלוש ראשונות ולא בשלוש אחרונות.
(רמב"ם, הלכות תפילה פרק ו, ב-ג)

★ מהי עצתו של הרמב"ם? איזה בקשה הייתם מוסיפים היום בתפילה שלכם?

בספר חסידים יש עצה נוספת להתמודדות עם תפילת הקבע...

וכשתתפלל תוסיף על כל ברכה וברכה מענינה לצרכיך כי ביותר הם מכינים את הלב ואם לא תוכל להוסיף לפני שהקהל סיימו קודם תוסיף באחת או בשתיים כדי שלא תצטרך למהר בברכה אחרת... ואם לא תוכל להוסיף, חקור לך אחר ניגונים וכשתתפלל אמור אותן באותו ניגון שנעים ומתוק בעיניך. באותו ניגון אמור תפלתך ותתפלל תפלתך בכוונה וימשוך לבך אחר מוצא פִּיך.

(ספר חסידים, קנ"ח)

★ מהי העצה שניתנה לנו כאן? האם היא יכולה לעזור?

תפילת הקבע יכולה להיות קשה-

אבל עלינו מוטלת המלאכה לעשות אותה תחנונים!

מה קשה לנו בקבע?

אמר לו שאמר רבי יוחנן בשמו של רבי שמעון בר יוחאי: מאי דכתיב 'ואני תפילתי לך ה' עת רצון' (תהילים סט, יד), אימתי עת רצון? בשעה שהצבור מתפללין.
(מסכת ברכות דף ז, עמוד ב)

★ לפי הכתוב פה בגמרא, התפילה בציבור היא הכי טובה, האם זה נכון במציאות?
איזה בעיות יש לנו בתפילה שלנו?

אחד הקשיים של התפילה בכלל, ובציבור בפרט היא תפילת הקבע.
כתוב במשנה:

ר' אליעזר אומר העושה תפילתו קבע, אין תפילתו תחנונים.
(מסכת ברכות פרק ב, משנה ד)

★ למה קשה לנו תפילת הקבע?

הרמב"ם אומר על המשנה הזאת ש'כוונתנו כאן באומרו קבע, שעושה תפילתו כמי שמתעסק בעבודה המוטלת עליו כדי שיתפטר ממנה ליפרוק מעליו עול'. (פירוש הרמב"ם למשניות)
רבי נחמן מציע פירוש אחר לביטוי תפילת קבע:

כְּשֶׁאֲתָהּ מִתְפַּלֵּל אֶל תַּעֲשֶׂה תְּפִלְתְּךָ קִבְעָא אֶלָּא רַחֲמִים וְתַחֲנוּנִים וְכוּ (אָבוֹת פָּרָק ב) כִּי אָסוּר לְאָדָם לַעֲמֵד עֲצָמוֹ עַל שׁוֹם דְּבָר הֵינּוּ שְׂאָסוּר לְהִתְעַקֵּשׁ בְּתַפְלָתוֹ שֶׁהַקְדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא יַעֲשֶׂה לוֹ דְּוָקָא אֶת בְּקִשְׁתּוֹ כִּי זֶה הוּא כְּמוֹ לֹקֵחַ דְּבָר בְּחִזְקָה, בְּגִזְלָה רַק צָרִיךְ לְהִתְפַּלֵּל וְלִהְיוֹת לְפָנֵי הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ בְּרַחֲמִים וְתַחֲנוּנִים אִם יִמְנוּ הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ יִמְנוּ וְאִם לֹא לֹא כְּמוֹבָא בְּמָקוֹם אַחֵר [בַּהֲתוּרָה ט תִּיקוּנֵי סִי כ] וְזֶה: אֵל תַּעֲשֶׂה תְּפִלְתְּךָ קִבְעָא מִלְּשׁוֹן גִּזְלָה כְּמוֹ שְׂכָתוֹב (מִשְׁלִי כ"ב): "וְקִבְעָא אֶת קִבְעֵיהֶם נִפְשֵׁי" הֵינּוּ שְׂכָל מַה שֶּׁהוּא מְבַקֵּשׁ, הֵן פְּרִנְסָה אוֹ בָּנִים אוֹ שְׂאָר צָרְכִים אָסוּר לְהִתְעַקֵּשׁ וְלַעֲמֵד עֲצָמוֹ בְּתַפְלָתוֹ שֶׁדְּוָקָא יַעֲשֶׂה הַקְדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא אֶת תְּפִלְתּוֹ כִּי זֶה הוּא תְּפִלַת קִבְעָא שֶׁלֹּקֵחַ הַדְּבָר בְּחִזְקָה בְּגִזְלָה רַק יִתְפַּלֵּל רַחֲמִים וְתַחֲנוּנִים כְּנ"ל

★ האם אנחנו מתפללים כך?