

## יחידה מספר 11 - ואני תפילתי



# "איזו היא עבודה שהיא

# בלב? ... אז תפילה."

(בבלי, תענית ב ע"א)

5 4 3 2 1

9. אני מאמין

10. הלכה למעשה

11. ואני תפילתי

12. לא בשמיים היא

כתיבה והפקה:



ניהול חינוכי: הדר סופר  
צוות היגוי: רוחמה ווגל, אהרון סולטן  
ריכוז: חני מנצורה  
כתיבה: רועי זמיר ואליסף תל-אור  
עיצוב גרפי: נעמה כץ



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

11

מטרות:

1. בירור מטרת התפילה ומשמעותה בעבור התלמידים
2. בחינת היחסים שבין התפילה האישית לתפילת הקבע אצל התלמידים
3. העצמת התפילה האישית אצל התלמידים
4. העצמת תפילת הקבע אצל התלמידים

### שלבי הפעילות:

- חלק א' - פתיחה (7 דקות)
- חלק ב' - התפילה האישית ותפילת הקבע (10 דקות)
- חלק ג' - מעצימים את התפילה האישית (8 דקות)
- חלק ד' - מעצימים את תפילת הקבע (15 דקות)
- חלק ה' - יישום (5 דקות)

### עזרים:

- כרטיסיות מטרות התפילה



התפילה היא אחד המרכיבים המרכזיים ביותר ביהדות. התפילה מבטאת את מערכת היחסים האישית והקרובה ביותר שבין האדם היחיד לאלוקיו, מצד אחד, ואת העמידה של האדם לפני אלוקים כחלק מקהל וכחוליה בשרשרת הדורות של עם ישראל.

ביחידה זו נתמקד בהיבטים השונים של התפילה: בתפילה האישית, ולצדה - בתפילה הקבועה והציבורית. חשוב להדגיש לפני התלמידים ששני סוגי התפילה מתקיימים זה לצד זה, ואין קיומו של האחד, פוטר את האדם מקיומו של האחר. ועל כן, מוטלת עלינו החובה לחזק את שני סוגי התפילה גם יחד.



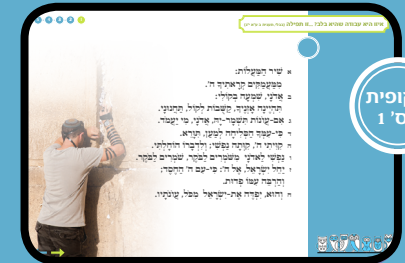


5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## חלק א - פתיחה:

בפתיחת המפגש, נודיע לתלמידים שהיחידה שנעסוק בה היום מוקדשת לנושא התפילה. לפני שנתחיל, נצל את ההזדמנות להתפלל מכל הלב לרפואתו של \_\_\_\_\_ (בוחרים שם של חולה, פצוע או כל אדם שזקוק לרחמי שמים, עדיף מישהו שהילדים מכירים או ששמעו עליו). לרפואתו, נגיד כולנו בכוונה את "שיר המעלות, ממעמקים קראתיך ה'". (תהילים ק"ל)



א שִׁיר הַמַּעֲלוֹת:  
מִמַּעַמְקִים קָרָאתִיךָ ה'.  
ב אֲדֹנִי, שְׁמַעָה בְּקוֹלִי:  
תִּהְיֶינָה אָזְנוֹיךָ, קְשׁוּבוֹת לְקוֹל, תִּתְחַנְּנֵנִי.  
ג אִם-עֲוֹנוֹת תִּשְׁמָר-יְהוָה, אֲדֹנִי, מִי־עַמֹּד.  
ד כִּי-עַמְּךָ הִפְלִיחָה לְמַעַן, תִּתְרָא.  
ה קִוִּיתִי ה', קִוְיָה נַפְשִׁי; וְלִדְבָרוֹ הוֹחֵלְתִּי.  
ו נַפְשִׁי לֹאדֹנִי מִשְׁמָרִים לְבַקֵּר, שְׁמָרִים לְבַקֵּר.  
ז יַחַל יִשְׂרָאֵל, אֵל ה': כִּי-עַם ה' תִּתְחַסֵּד; וְהִרְבָּה עַמּוֹ פְּדוּת.  
ח וְהוּא, יַפְדֶּה אֶת-יִשְׂרָאֵל מִכָּל, עֲוֹנֹתָיו.

נקרין את המזמור במצגת, נמנה תלמיד אחד לתפקיד חזן, ונאמר את המזמור יחד. אחרי שנסיים, נודה לתלמידים ונפתח ביחידה. הפתיחה נועדה ליצור אווירה שיש בה רצינות, ובד בבד, לפתוח את הלבבות - שתי הפעולות נחוצות לעיסוק בנושא החשוב: התפילה. מעבר לכך, בהמשך היחידה, כשנעסוק בתפילת הקבע ובנוסחה הקבוע, נוכל להראות לתלמידים באמצעות התפילה שהתפללנו כעת, שגם המילים הקבועות והלא-פשוטות של התפילה - יכולות להיות משמעותיות. חשוב שהתלמידים יבינו שמדובר בתפילה אמיתית, ולא יחשבו, חלילה, שהתפילה שאמרנו הייתה 'רק תרגיל' ויגיעו למסקנה המוטעית שהשתמשנו בתפילה כ'קרדום לחפור בה'. מסיבה זו, חשוב מאוד שהתפילה תיאמר למען אדם מוכר / משהו אקטואלי ואמתי.



5

4

3

2

1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

נצפה עם התלמידים בסרטון המתעד אמירת סליחות בכותל המערבי.



### שאלות לדיון

- ? מה הרגשתם בעקבות הצפייה בסרטון?
- ? מי לדעתך הגיע לתפילה הזאת? מדוע הם באו?
- ? למי נועדה התפילה? לאדם? לקב"ה?



לאחר מכן נציג לפני התלמידים אנשים שונים שמספרים מדוע הם מתפללים: "עם ישראל מדברים על תפילה".



### שאלות לדיון

- ? מדוע אתם מתפללים?
- ? האם זכורה לכם חווית תפילה מיוחדת? מה היה ייחודה?



שקופית  
מס' 2

**סיכום:** תפילה היא עניין אישי שכל אחד מתחבר אליו בדרכים ובזמנים שונים. ביחידה הקרובה נדבר על התפילה, שהיא הדרך שלנו ליצירת קשר עם ה', ונסה למצוא דרכים להתחזק בה.





5

4

3

2

1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## חלק ב - התפילה האישית ותפילת הקבע

### אפשרות א':

נבקש מכל התלמידים לעמוד, זה אחר זה, בטור. נקרא לפניהם בקול שישה משפטים, ולפני שנקרא אותם, נבקשם לפעול לפי ההוראות האלה: אחרי כל משפט תהיה הפסקה. בזמן זה - מי שמסכים לאמור במשפט - יצעד צעד אחד ימינה, ומי שאינו מסכים לאמור בו - יישאר במקומו.

לאחר מכן, נקרא לפניהם סדרה של שישה משפטים נוספים. גם הפעם נבקשם לפעול לפי הוראות, אלא שהכיוון שנבקשם לצעוד - יתהפך: מי שיסכים לאמור במשפט - יצעד צעד אחד שמאלה, ומי שלא יסכים - יישאר במקומו.

← למדריך: המשפטים מחולקים לקבוצות: ששת המשפטים הראשונים מבטאים עמדה שמזדהה ומרגישה בנוח עם התפילה הקבועה (המתקיימת במניין / בציבור, בבית כנסת וכדומה), ואילו ששת המשפטים האחרונים מבטאים עמדה שמזדהה דווקא עם התפילה האישית. מטרת הפעילות היא לשקף לתלמידים היכן הם עומדים (תרתי משמע) ביחס לשני סוגי התפילה.



שקופית  
מס' 3

### ששת המשפטים הראשונים (ימינה):

אם חכמים לא היו קובעים זמנים קבועים להתפלל, לא הייתי מקפיד על תפילה.

אני מצליח/ה להתרכז בתפילה רק כשיש עוד אנשים, ובמיוחד באווירה של בית הכנסת.

אני אוהב/ת את המנגינות ואת סגנון התפילה של בית הכנסת שלנו.

לתפילה אישית אין באמת כוח להשפיע על העולם. רק לתפילה של ציבור יש כוח.

כשחברים מסביבי מקפידים להתפלל, זה מדרבן גם אותי להתפלל.

המחשבה שאת המילים שאני אומר/ת בתפילה, אותן בדיוק, אמרו גם לפני מאה, חמש מאות ואלף שנה - יש בה עצמה מיוחדת.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## ששת המשפטים הנוספים (שמאלה):

לתפילה אישית יש לדעתי ערך רב יותר מאשר לתפילות הקבועות.

אני מצליח להתרכז בתפילה רק כשאני לבד ולא במניין או בקבוצה.

תפילה ללא כוונה לא שווה כלום.

אני מעדיף/ה להתפלל במילים שלי ולהגיד לה' מה באמת אני מרגיש/ה.

תפילה צריכה להיקבע על פי הרגש: כשמרגישים צורך - מתפללים.

איך אפשר להגיד בכל יום אותן המילים בתפילה? חייבים בכל יום לחדש משהו.

כשנסיים לקרוא את המשפטים, נבקש מהתלמידים להסתכל על הנקודה שהם עומדים ביחס למקום שבו עמדו בהתחלה.



## שאלות לדיון

- ? האם הם נמצאים באותו מקום? (אם הם עומדים באותו מקום, סימן שהיחס שלהם לתפילה האישית ולתפילה בציבור זהה)
- ? האם הם נמצאים מימין לנקודת המוצא? (אם הם נוטים לצד ימין, סימן שהתפילה בציבור משמעותית יותר בעיניהם וקרובה יותר ללבם)
- ? האם הם נמצאים משמאל לנקודת המוצא? (אם הם נוטים לצד שמאל, סימן שהתפילה האישית משמעותית יותר בעיניהם וקרובה יותר ללבם)



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

### אפשרות ב':

המדריך יחלק את הכיתה לכמה קבוצות ולכל קבוצה ייתן ערכה הכוללת קלפים. על הקלפים כתובות מטרות התפילה (על כל קלף - מטרה אחת):



בקשת צרכים

קשר עם ה'

זיכור וטיהור  
האדם

דבקות הנשמה  
בה'

שבח והודיה לה'

על כל קבוצה לדרג את המטרות לפי סדר חשיבותן, ולסדר את הקלפים בטור שיבטא את המדרג הנכון לדעתם. ככל שמטרה חשובה יותר לדעתם, הקלף שהיא כתובה עליו, יונח במקום קדמי יותר בטור הקלפים. המדריך יתבונן בטורים שסידרו הקבוצות השונות וגם התלמידים יתבוננו בטורים שסידרו חבריהם, וביחד ינסו לברר איזו מטרה היא החשובה מכולן בעיני רוב התלמידים (חשוב להדגיש שכל המטרות שהוצגו הן מטרות של התפילה על פי דעות שונות של חכמים).  
כדאי להשאיר את הכרטיסיות לנגד התלמידים במהלך הפעילות הבאה.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

## איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

אחר כך נציג לפני התלמידים את התמונות הבאות (לכיתת בנות כדאי להציג את השקופית עם תמונות הנשים ולכיתות הבנים את השקופית עם תמונות הגברים).



שימו לב: בצד אחד מופיעות התמונות שמייצגות תפילה זורמת מכל הלב ובצד שני את התפילה מהסידור בבית כנסת. נשאל את התלמידים כיצד לתחושתם יגיעו אל המטרות שצוינו בקלפים? איזה סוג של תפילה יוביל אותם, כל אחד ואחד מהם לפי תחושתו האישית, להשגת המטרות הללו? בתשובות של התלמידים יינתן ביטוי לעמדות שונות. חלק מהתלמידים מתחברים יותר לתפילה האישית, וחלק מעדיפים את התפילה הקבועה.

### שאלות לדיון

- ? נשאל את התלמידים מדוע בחרו את התמונה שבחרו.
- ? נבקש מהתלמידים שמעדיפים את התפילה האישית, לפרט את נקודות הקושי שהם חשים בתפילה הקבועה.
- ? נבקש מהתלמידים שמעדיפים את התפילה הקבועה, להגיד מדוע התפילה האישית קשה להם. ונציג מכל קבוצה יכתוב את הדברים על הלוח.



שקופית  
מס' 6



שקופית  
מס' 7

### ! הערה למדריך: בהמשך

היחידה נתמודד עם 2 סוגי התפילה שעלו במשחק: התפילה האישית והתפילה הקבועה.

בהתאם לעמדות תלמידיכם, ייתכן שהעיסוק בשני הסוגים לא יהיה באותו ההיקף, ותחושו צורך להקדיש לאחד החלקים זמן רב יותר מאשר לחלק האחר.

מכל מקום, כפי שנאמר בראש היחידה, חשוב להדגיש לפני התלמידים ששתי צורות התפילה חשובות, ואין האחת יכולה לבוא על חשבון רעותה.





5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## חלק ג': מעצימים את התפילה האישית

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

נקרין במצגת את הסיסמה המובילה של היחידה.

נדגיש לפני התלמידים שהתפילה מיוחדת ושונה מיתר המצוות. ייחודה טמון בעובדה שהיא נעשית בלב. אמנם אנו משתמשים גם באיברי הגוף שלנו בתפילה: בעמידה, בחיתוך השפתיים, בפסיעות, בהשתחויה וכדומה - אך עיקרה נעשה בלב. נקרין לתלמידים סרטון המציג סיפור תפילה אישי (להלן מוצעים 2 סרטונים. בחרו אחד מהם):

בסרטון השני נפגוש את הרב חיים סבתו, המתאר את הרגעים הקשים שחווה במלחמת יום הכיפורים, ובתוכם התפילה ברגעי האימה הגדולים ביותר, תפילה העולה ובוקעת מן הלב, שמאז לא חווה כמותה.



בסרטון הראשון נוכל לצפות בסצנה הלקוחה מתוך הסרט "אושפיזין". אמנם הסצנה מבויתת, ובכל זאת, היא בוודאי משקפת תפילה אישית.



### שאלות לדיון

- ? מתי אדם מתפלל תפילה ספונטנית מהלב?
- ? מהם היתרונות של תפילה כזו?
- ? מהם החסרונות שלה?
- ? כיצד אנו יוצרים תפילה שתנבע באמת מלבנו, ולא תישאר כמילים דוממות החתומות בסידור?



שקופית  
מס' 8

**הערה למדריך: יש פעולות שונות שעשייתן עשויה לעזור להגביר את המקום האישי והמשמעותי בתפילה: ניתן להוסיף לתפילה תפילות אישיות (כפי שנראה בהמשך, שהציעו חכמים); אפשר ללמוד את פירושי המילים ומתוך שניטב להבין אותן, למצוא את קטעי התפילה המשמעותיים עבורנו; אפשר לחשוב לפני התפילה על דברים מסוימים שאנו רוצים להתפלל עליהם במיוחד באותו יום, ורק אחר כך להתחיל להתפלל.**

**אפשר לבקש מהתלמידים לשתף במקרה שבו התפללו תפילה אמיתית מכל הלב. מה הביא אותם להתפלל כך? כיצד הרגישו?**



5 - 4 - 3 - 2 - 1

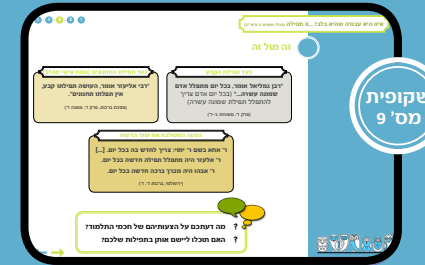
איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## העשרה תורנית:



גם בדברי חכמי המשנה אנו מוצאים ביטוי למתח שבין התפילה הקבועה לבין התפילה האישית. המשנה במסכת ברכות מביאה את עמדתו של רבן גמליאל, ראש הסנהדרין:

**"רבן גמליאל אומר, בכל יום מתפלל אדם שמונה עשרה..."** (בכל יום אדם צריך להתפלל תפילת שמונה עשרה)  
(פרק ד', משניות ג'-ד')



לעומת עמדתו זו, ניצבת עמדתו של רבי אליעזר, שמזהיר מפני תפילת הקבע:

**"רבי אליעזר אומר, העושה תפילתו קבע, אין תפלתו תחנונים."**  
(מסכת ברכות, פרק ד', משנה ד')

## שאלות לדיון

? כיצד אתם מבינים את דבריו של רבי אליעזר?

למדריך: ישנן אפשרויות שונות להבין את אמירתו של רבי אליעזר: אפשר להבין שהוא מדבר על תפילה הקבועה בזמן; אפשר להבין שהוא מדבר על תפילה הקבועה בנוסח, ואפשר להבין גם שהוא מדבר על תפילה הקבועה בנפש, כלומר שהיא מקובעת ונעשית רק מתוך שגרה.

? מה דעתכם על אמרתו של רבי אליעזר? האם אתם מסכימים עמו?

? מדוע לדעתכם קבע רבן גמליאל שכל יום חייבים להגיד תפילת שמונה עשרה?



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

חכמי התלמוד, שהיו ערים למתח בין החובה להתפלל תפילה קבועה לבין הרצון לומר תפילה אישית שיש בה תחנון מכל הלב, ניסו למצוא פתרונות לעניין: רבי אחא בשם רבי יוסי, הציע שבכל יום צריך לחדש דבר מה בתפילה, וחכמים שונים מצאו בעצתו דרך, וכל אחד מהם בחר חידוש משלו:

ר' אחא בשם ר' יוסי: צריך לחדש בה בכל יום. [...]  
ר' אלעזר היה מתפלל תפילה חדשה בכל יום.  
ר' אבהו היה מבכר ברכה חדשה בכל יום.  
(ירושלמי, ברכות ד', ד')

### שאלות לדיון

- ? מה דעתכם על הצעותיהם של חכמי התלמוד?
- ? האם תוכלו ליישם אותן בתפילות שלכם?

← **סיכום:** התפילה האישית חשובה מאוד. אנו נוטים להתפלל תפילה כזו בכוונה גדולה בעת שצרה או קושי פוקדים אותנו, חס וחלילה, וגם ברגעי שמחה ורצון עמוק להביע הודיה או בזמן שאנו חשים התפעלות גדולה מכוחו ומגדולתו של ה'.  
חכמים מציעים שכדי שבכל יום נוכל להתפלל תפילה מכל הלב ובכל הכוונה, כדאי לנסות ולחדש בכל יום פרט מסוים בתפילה: ברכה, בקשה או הודיה, ואת החידוש שנחדש - לצרף לתפילה הקבועה.



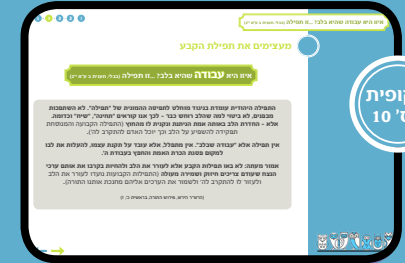
5 - 4 - 3 - 2 - 1

## איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

### חלק ד': מעצימים את תפילת הקבע



העשרה תורנית:



## איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

נקרין במצגת את הסיסמה המובילה של היחידה.

נדגיש לפני התלמידים שבמסורת היהודית, התפילה אינה "הלב" בלבד - הרגשות שמתעוררים בנו באופן ספונטני, אלא היא גם עבודה.

### שאלות לדיון

? נשאל אותם מה לדעתם משמעות האמירה הזאת: באיזה מובן התפילה היא "עבודה"?

וכתשובה לשאלה זו נקרא יחד קטע מדבריו של הרש"ר הירש על התפילה:

התפילה היהודית עומדת בניגוד מוחלט לתפיסה ההמונית של "תפילה". לא השתפכות מבפנים, לא ביטוי למה שהלב רוחש כבר - לכך אנו קוראים "תחינה", "שיח" וכדומה. אלא - החדרת הלב באותה אמת הניתנת ונקנית לו מהחוץ (התפילה הקבועה והמנוסחת תפקידה להשפיע על הלב וכך יוכל האדם להתקרב לה).

אין תפילה אלא "עבודה שבלב". אין מתפלל, אלא עובד על תקנת עצמו, להעלות את לבו למקום פסגת הכרת האמת והחפץ בעבודת ה'.

אמור מעתה: לא באו תפילות הקבע אלא לעורר את הלב ולהחיות בקרבו את אותם ערכי הנצח שעודם צריכים חיזוק ושמירה מעולה (התפילות הקבועות נועדו לעורר את הלב ולעזור לו להתקרב לה' ולשמור את הערכים אליהם מחנכת אותנו התורה).

(הרש"ר הירש, פירוש התורה, בראשית כ', ז)

**!** למדריך: הרש"ר הירש חי בגרמניה לפני למעלה ממאה וחמישים שנה ונחשב לאחד מההוגים החשובים ביותר בהגות היהודית האורתודוקסית. בקטע שלפנינו, מצליח הרש"ר הירש להטעים את התפילה הקבועה בהסבר נפלא, שלפיו התפילה אינה אלא שיעור חינוך יומיומי לאדם. בניגוד לתפיסה המקובלת, הרואה בתפילה ביטוי נפשי ורגשי, הבוקע מפנימיות האדם החוצה, הרש"ר הירש מתאר את התפילה כפעולה שכיוונה הפוך: היא פועלת מהחוץ פנימה. האדם המשוין בכל יום את מילות התפילה, משפיע על נפשו ומעצב את עולמו הערכי.



5

4

3

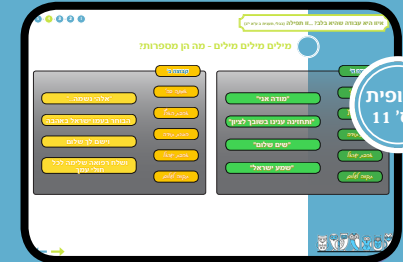
2

1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## מילים מילים מילים - מה הן מספרות?

השלב הראשון בעבודת התפילה הוא היכרות עם מילות התפילה ומציאת ערכים ומשמעויות במילים העתיקות. הערכים והמשמעויות נוצקו לתוך המילים הללו. הסיבה שאנו מתקשים לשמוע אותם מבעד למילים - היא חוסר ההבנה שלנו שנובע מריחוק. נערוך בכיתה תחרות בין שתי קבוצות, וניעזר במצגת.



שקופית מס' 11

”מודה אני”

”ותחזינה ענינו בשובך לציון”

”שים שלום”

”שמע ישראל”

אחונה בה'

אהבה האל'

הכנה גודה

אהבה ישאל'

גקווה אללום

קבוצה א'

”אלהי נשמה...”

הבוחר בעמו ישראל באהבה

וישם לך שלום

ושלח רפואה שלימה לכל  
חולי עמך

אחונה בה'

אהבה האל'

הכנה גודה

אהבה ישאל'

גקווה אללום

קבוצה ב'



5

4

3

2

1

## איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

כל קבוצה צריכה לשייך את המובאות מהתפילה המופיעות תחת שם הקבוצה שלה לערכים המתאימים בצד ימין. המדריך ימדוד את הזמן שנדרש לכל קבוצה כדי להשלים את המשימה. הקבוצה שביצעה את המשימה בזמן קצר יותר מחברתה - היא המנצחת בתחרות.

### תשובון למדריך:

להלן קטעי התפילה השייכים לכל אחד מן הערכים:

הכרת תודה - "מודה אני", "אלהי נשמה...", "אמונה בה" - "שמע ישראל"

אהבת הארץ - "ותחזינה עינינו בשובך לציון"

אהבת ישראל - "הבוחר בעמו ישראל באהבה", "ושלח רפואה שלימה לכל חולי עמך"

תקווה לשלום - "שים שלום", "וישם לך שלום",

← **למדריך:** מהמשחק הזה ניתן ללמוד שמילות התפילה מבטאות ערכים רבים שאנו מנסים להנחיל לעצמנו ולהרגיל את עצמנו להתנהג לפיהם. אם נדע למצוא את המשמעות הערכית שבחלקי התפילה השונים, גם תפילת הקבע שלנו תוכל להיות משמעותית לא פחות מהתפילה האישית, הספונטנית.



### לסיכום - ניזכר בתפילה

שבה פתחנו את היחידה. התפילה הזאת, אף על פי שנאמרה במילים שלא אנחנו ניסחנו, ולא כל המילים היו ברורות לנו - בכל זאת, כשרצינו למצוא בהן משמעות - הצלחנו.

ומכאן אנו למדים שהעבודה המרכזית של התפילה היא ללמוד ולהכיר אותה, לקרוא בתשומת לב, להקשיב למה שאנחנו אומרים, ולא רק למלמל כדי לצאת ידי חובה. כך גם התפילות, הקבועות במילים ובזמן, יכולות להפוך למשמעותיות בעבורנו.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

## חיבור למסורת אבות, חיבור לכלל ישראל

יתרון נוסף שיש להקפדה על תפילה בנוסח הקבוע המשותף לכולנו מזה דורות, הוא החיבור למשהו גדול יותר: לכלל ישראל, היום ולאורך הדורות.

על החיבור הזה אפשר ללמוד מהדמויות המתוארות בסרטון שנראה עתה.

צפו בדקות הראשונות (עד דקה 3:20) של הפרק העוסק בבית כנסת 'אבוהב', מתוך הסדרה: "מקדש מעט":



שקופית  
מס' 12

### שאלות לדיון

- ? מה גורם לאדם לצאת מביתו בכל יום לפנות בוקר וללכת ברגל במשך חצי שעה לבית הכנסת?
- ? מה מחבר את האנשים האלה לבית הכנסת? ולתפילה?
- ? מהו מקום התפילה שאתם מעדיפים?

חיבור למשפחה /  
לדורות עברו

חיבור לבית  
הכנסת

חיבור לקהל  
המתפללים

האם במקום התפילה הזה אתם מוצאים אחד מהחיבורים האלה:

ועל כן, עלינו, כל אחד בהתאם למקום שבו הוא נמצא, לעבוד על התפילה שלנו ולחזק אותה.



5 - 4 - 3 - 2 - 1

איזו היא עבודה שהיא בלב? ...זו תפילה (בבלי, תענית ב ע"א י"ג)

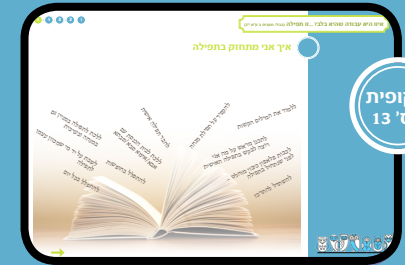
## חלק ה': יישום

בחרו דבר אחד שתוכלו לקבל על עצמכם כדי להתחזק בתפילה. כתבו אותו לעצמכם על פתק והכניסו לסידור התפילה - כך שתזכרו בו בכל פעם שתגיעו אל התפילה:



### לסיכום -

לאורך היחידה ראינו שהן לתפילה האישית הן לתפילת הקבע יש יתרונות וחסרונות. הבנו שלשתיהן יש מקום ביהדות. על כל אחד לבחון את המקום שבו הוא נמצא. אחרי שיאתר את נקודות החולשה שלו, יוכל לפעול לחזק את הצדדים הזקוקים לחיזוק, וכך תפילתו תשתבח והוא יצליח להתקרב לאבינו שבשמים.



שקופית  
מס' 13

### ! למדריך: התלמידים

יכולים להוסיף הצעות משלהם. ההיבט החשוב הוא שהבחירה שלהם תתאים לרמתם הרוחנית. כל אחד יציע הצעה שתגביר אותו ב'מדרגה' אחת או תקדם אותו ב'צעד' אחד.