בס"ד

הכנה לתפילה

**1. הקדמה לנושא:**

**א. ספר החינוך פרשת בא מצוה טז 'שלא לשבור עצם מכל עצמות הפסח':**

משרשי המצוה, לזכור ניסי מצרים... וגם זה גזעו מן השורש הנזכר, שאין כבוד לבני מלכים ויועצי ארץ לגרר העצמות ולשברם ככלבים, לא יאות לעשות ככה כי אם לעניי העם הרעבים. ועל כן בתחלת בואנו להיות סגולת כל העמים ממלכת כהנים ועם קדוש, ובכל שנה ושנה באותו הזמן, ראוי לנו לעשות מעשים המראים בנו המעלה הגדולה שעלינו לה באותה שעה. ומתוך המעשה והדמיון שאנחנו עושין נקבע בנפשותינו הדבר לעולם.

ואפילו רשע גמור בלבבו וכל יצר מחשבות לבו רק רע כל היום, אם יערה רוחו וישים השתדלותו ועסקו בהתמדה בתורה ובמצוות, ואפילו שלא לשם שמים, מיד ינטה אל הטוב, ובכח מעשיו ימית היצר הרע, כי אחרי הפעולות נמשכים הלבבות.

**ב. תלמוד בבלי מסכת תענית דף ב עמוד א:**

דתניא: לאהבה את ה' אלהיכם ולעבדו בכל לבבכם, איזו היא עבודה שהיא בלב - הוי אומר זו תפלה.

**2.חיי עולם וחיי שעה:**

**א. תלמוד בבלי מסכת שבת דף י עמוד א:**

רבא חזייה לרב המנונא דקא מאריך בצלותיה, אמר: מניחין חיי עולם ועוסקים בחיי שעה?!

**ב. הקדמה לעולת ראיה תפילה ותורה פסקה א:**

התפלה משמשת להכניס את כל התורה וכל העבודה, כל החכמה וכל ההופעה, בתכונה טבעית, ומעמד נפשי קבוע, והיא חיי השעה, כלומר, שמחיה את השעה, להיות עומדת ישר מול יניקת שפע חיי עולם.

**3.תפילה-עבודה שבלב:**

**א. תורה אור(האדמו"ר הזקן) פרשת משפטים ד"ה שש שנים:**

אך פירוש וענין יעבוד היא לשון עבוד עורות, שע"י העבוד משתנים הרבה למעליותא כך בענין לבושים הנ"ל צריך להיות עבוד שצריך לנקותן מכל פסולת הנופל בהן ולרחוץ ולכבס אותן. וכמשל הלבוש הגשמי שרוחצים ומכבסין אותו במים טהורים אזי יהיה צח ונקי. משא"כ אם לא יכבסו אותן לא יהיו נקיים ויפים. וזהו ההפרש בן עובד אלקים לאשר לא עבדו. ועבוד וכבוס זה הוא ע"י התהפכות המדות מחשוכא לנהורא וממרירו למיתקו. והתהפכות המדות הוא ע"י מי הדעת שהדעת היא פנימיות המידות... וזהו ע"י התפילה שאז הוא שעת הכושר להיות גילוי הדעת בהתבוננות כו' כמו שאנו אומרים בש"ע אתה חונן לאדם דעת כו' עי"ז נזדככו הלבושים.

**ב. הקדמה לעולת ראיה תפילה ותורה פסקה ב:**

התפלה היא מלמטה למעלה. כיצד, מתוך אותו המעין, המלא קדושה טבעית, שבלבנו, הרינו דולים, מוציאים את הרגשותיו העדינות מן הכח אל הפעל, מכוונים לרוממן ולשגבן, לטהרן ולקדשן בקדושת הטהרה העליונה, הכוללת כל הקדושות וכל הטהרות, כל החכמות וכל הדעות, כל הבינות וכל המחשבות, והננו עולים, וכמה שיגדל שכלנו, כמה שיזדככו מדותינו, כמה שיהיה האופי של הדבקות האלהית יותר חזק בחיים, ברעיון וברצון, במזג ובטבע, בתולדה ובתכונה, - ככה זורחים יותר האורות המתגלים בנו ע"י הבעותינו התפלתיות.

 **ג. הקדמה למוסר אביך:**

כל זמן שלא ילמד לעצמו שתתברר לו מעלת נשמת האדם ומעלת ישראל ומעלת הארץ הקדושה וההשתוקקות הראויה לכל איש ישראל לבנין המקדש וגדולת ישראל והתרוממותם בעולם, כמעט שאי-אפשר לטעום טעם עבודה. שהרי כיון שחז"ל אמרו על פסוק "ולעבדו בכל לבבכם" : "עבודה בלב זו תפלה", אם כן התפלה היא בחינת העבודה ואינו ראוי לעבודה כ"א כשיהיה במצב דעת יראת ד' כ"כ עד שיהיו עניני התפלה קרובים אל לבבו... והנה התפלה היא בדיקה גדולה לאדם אם הוא מטהר נפשו באמת כרצון יוצרו ית' ואם הוא קרוב רצונו כרצון קונו.

**בניית קשר נפשי לתפילה. [לא נעסוק בשיעור, ניתן לצורך עיון].**

**א. נתיבות עולם נתיב העבודה פרק ה:**

וכך אמרו בגמרא (סוטה כ"ב ע"א) שיש ללכת אל בית הכנסת שהוא יותר רחוק מן האדם מפני שהוא נוטל שכר פסיעות. וזה כי השם יתברך מצוי בבית הכנסת כמו שאמרו ז"ל (מגילה כ"ט ע"א) כי בית הכנסת הוא מקדש מעט ולכך השם יתברך מצוי בבית הכנסת, ולפיכך כאשר הולך לבית הכנסת הוא נמשך אל השם יתברך להיות לו דביקות בו יתברך. וידוע כי המתנועע אל דבר הוא דביקות גמור עם המתנועע יותר ממי שהוא קרוב לו כבר, כי המתנועע אל דבר הרי אינו עמו ועם כל זה הוא הולך אליו וזהו דביקות וחבור גמור.

**ב.ויקרא רבה (מרגליות) פרשת בחוקותי פרשה לה:**

'חישבתי דרכי ואשיב רגלי אל עדותיך' (תהלים קיט, נט). אמר דוד לפני הקדוש ברוך הוא רבון העולמים בכל יום ויום הייתי מחשב ואומר למקום פלוני אני הולך, לבית דירה פלונית אני הולך, והיו רגליי מביאות אותי לבתי כניסיות ולבתי מדרשות, הה"ד 'ואשיבה רגלי אל עדותיך'.

 **שולחן ערוך אורח חיים הלכות תפלה סימן צ: ג.**

מצוה לרוץ כשהולך לבית הכנסת וכן לכל דבר מצוה.

 **ד. שולחן ערוך אורח חיים הלכות תפלה סימן צב סע' ד:**

צריך לרחוץ ידיו במים, אם יש לו; ואם אין לו, צריך לחזור אחריהם עד פרסה.

**ה. שולחן ערוך אורח חיים הלכות תפלה סימן צא סע' ו:**

דרך החכמים ותלמידיהם שלא יתפללו אלא כשהם עטופים. הג"ה-ובעת שלום יש להתקשט בבגדים נאים להתפלל.

**ו. שולחן ערוך אורח חיים הלכות תפלה סימן צג סע' א:**

ישהה שעה אחת קודם שיקום להתפלל, כדי שיכוין לבו למקום; ושעה אחת אחר התפלה, שלא תהא נראית עליו כמשאוי שממהר לצאת ממנה.