

Kavana in Tefilla- Part One

I. The Requirement for Kavana

1. ישעיהו פרק כט

(יג) וַיֹּאמֶר אֲדֹנָי יְעֶזְכֵּל כִּי נִגַּשׁ הָעָם הַזֶּה בְּפִי וּבִשְׁפָתָיו כְּבָדוֹנִי וְלִבּוֹ רַחֵק מִמֶּנִּי וְתִהְיֶה יְרֵאָתָם אֹתִי מִצֹּת אֲנָשִׁים מִלְמָדָה:

2. משנה מסכת אבות פרק ב

משנה יג- רבי שמעון אומר הוי זהיר בקרית שמע ובתפלה וכשאתה מתפלל אל תעש תפלתך קבע אלא רחמים ותחנונים לפני המקום ברוך הוא שנאמר (יואל ב') "כי אל חנון ורחום הוא ארך אפים ורב חסד ונחם על הרעה"...

3. מדרש שמואל שם

ואפשר שמה שאמר אל תעש תפלתך קבע הכוונה להזהיר לאדם על שיתפלל בכונה ובהיות שהתפלה שהאדם אומר דרך קבע זמנין תלתא ביומא תהיה כל כך שגור בפיו עד שהוא ידבר ולבו בל עמו...

4. משנה מסכת ברכות פרק ד

משנה ד- רבי אליעזר אומר העושה תפלתו קבע אין תפלתו תחנונים...

5. תלמוד ירושלמי (וילנא) מסכת ברכות פרק ד

ר' אבהו בשם ר"א ובלבד שלא יהא כקורא באיגרת

6. תלמוד בבלי מסכת ברכות דף לא עמוד א (פרק ה - אין עומדין)

תנו רבנן: המתפלל צריך שיכוין את לבו לשמים...אמר רב המנונא: כמה הלכתא גברוותא איכא למשמע מהני קראי דחנה: "וחנה היא מדברת על לבה" - מכאן למתפלל צריך שיכוין לבו...

7. תלמוד בבלי מסכת תענית דף ב עמוד א (פרק א - מאימתי)

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

8. רמב"ם הלכות תפילה ונשיאת כפים פרק ד

הלכה א- חמשה דברים מעכבין את התפלה אע"פ שהגיע זמנה, טהרת ידיים, וכיסוי הערוה, וטהרת מקום תפלה, ודברים החופזים אותו, וכוונת הלב

II. Importance of Kavana

9. ספר חובות הלבבות שער ח - שער חשבון הנפש פרק ג

ודע, כי המלות תהיינה בלשון והעיון בלב והמלות כגוף לתפלה והעיון כרוח. וכשיתפלל המתפלל בלשון, ולבו טרוד בזולת ענין התפלה, תהיה תפלתו גוף בלא רוח וקליפה בלא לב, מפני שגופו נמצא ולבו בל עמו עת תפלתו, ובכמותו אמר הכתוב: יען כי נגש העם הזה בפיו ובשפתיו כבדוני ולבו רחוק ממני. ומשלו זה עוד לעבד, שבא אדוניו לביתו וצוה אשתו ובני ביתו לכבדו ולעשות כל אודותיו, והלך לו הוא והתעסק בשמחה ובשחוק ונמנע מעבד אותו בעצמו ומהשתדל בכבודו ולעשות מה שהיה ראוי לו, ובני ביתו לא יכלו למלא מקצת מצרכיו, מפני היותו רחוק מהם, וקצף עליו אדוניו ולא קבל כבודו ועבודתו והשיב הכל בפניו. וכן המתפלל, כשיהיה לבו ומצפון ריק מענין התפלה, לא יקבל האל ממנו תפלת אבריו ותנועת לשונו.

הלא תראה מה שאנו אומרים בסוף תפלתנו: יהיו לרצון אמרי פי והגיון לבי לפניך וגו'. וכשיהיה האדם חושב בשום דבר מדברי העולם במותר או באסור, ואח"כ יחתם תפלתו ויאמר: והגיון לבי לפניך, הלא זה גנאי גדול, שיטען שדבר עם אלהיו בלבו ובמצפון ולבו בל עמו, ושאל ממנו אחר כך לקבל אותה ולרצות בה ממנו...

10. אורחות חיים לרא"ש ליום ב

לו. כוון בתפלתך כי התפלה היא עבודת הלב ואם בנך ידבר לך ולא מלבו הלא יחר לך ומה תעשה טפה סרוחה לפני מלכו של עולם ולא תהי' כעבד שמסרו לו מלאכה נכבדת לטובתו וחבלה ואיך יעמוד לפני המלך ומה טוב לבקש סליחה על אמרך סלח לנו בלא כונה

11. רבי צדוק הכהן מלובלין, צדקת הצדיק, רכ"ג

וכל תפילה ותפילה הוא יריית חץ נגדו ואותם שבכוונה היינו שכיוון אל המטרה שהוא נקודת החויה שבעומק הלב שהוא מרכז הגוף כמו שעושין יורי החיצים מטרה באמצע עגול אחד לכיון חיציהם אליהם. וזהו כוונת הלב שבתפילה שצריך אחר דברי תורה וקריאת שמע וסיפור שבחיו של מקום:

12. ספר הכוזרי מאמר ב

כג. אמר הכוזרי: אני רואה, שהשתחיתך וכריעתך נגדה חונף, או מנהג מבלתי כונה, וכבר היו אבותיכם הראשונים בוחרים לדור בה יותר מכל מקומות מולדתם, ובחרים הגרות בה יותר משהיו אזרחים במקומותם. כל זה עם שלא היתה בעת ההיא נראית השכינה בה, אבל היתה מלאה זמה וע"ז, ועם כל זה לא היתה להם תאוה אלא לעמוד בה, ושלא לצאת ממנה בעתות הרעב אלא במצות האלהים, והיו מבקשים לנשוא עצמותם אליה.

כד. אמר החבר: הובשתני מלך כוזר, והעון הזה הוא אשר מנענו מהשלמת מה שיעדנו בו האלהים בבית שני... כי הענין האלהי איננו חל על האיש אלא כפי הזדמנותו לו אם מעט מעט ואם הרבה הרבה. ואילו היינו מזדמנים לקראת אלהי אבותינו בלבב שלם ובנפש חפצה, היינו פוגעים ממנו מה שפגעו אבותינו במצרים. ואין דבורנו: השתחוה להר קדשו, והשתחוה להדום רגליו, והמחזיר שכינתו לציון וזולת זה, אלא כצפצוף הזרזיר, שאין אנחנו חושבים על מה שנאמר בזה וזולתו, כאשר אמרת מלך כוזר.

13. פנים יפות דברים פרק ג (פרשת דברים - ואתחנן)

עוד יש לפרש מלת לאמר על דרך שאמר ישעיה הנביא בסימן כ"ט [יג] "ויאמר ה' יען כי נגש העם הזה בפיו ובשפתיו כבדוני ולבו רחוק ממני ותהי' יראתם אותי מצות אנשים מלומדה", "י"ל ע"ד שאחז"ל [ברכות כט ב] כל העושה תפלתו קבע אין תפלתו תחנונים, מה קבע שדומה עליו כמשא מפני שהמחשבה הוא העיקר בתפלה כמ"ש [תענית ב א] איזה עבודה שהיא בלב זו היא תפלה ונאמר [איכה ב, יח] "צעק לבם אל ה'", והוא המחיה את הדבור כמו נשמה

המחיה את הגוף, ולפי גודל מצות המחשבה, הדיבור הוא דיבור אלהים חיים, ויש בו כח לעלות למעלה בהיכל ה', אבל הדבורים שהם בלי מחשבה הם כמשא כגוף בלא נשמה, וכפי המחשבה הוא החיות בדיבור, כי החי נושא את עצמו, וז"ש שדומה עליו כמשא

14. רב יוסף צבי רימון תפילה - פרקי לימוד למשפחה עמ' 70

אדם שיש בו חיים, נושא את עצמו. כשאין חיים - הגוף כבר יותר. כך גם התפילה. אם יש בה חיים, היא 'קלה' יותר, ואילו אם היא נעשית ללא כוונה, ללא חיות, היא 'כבדה'. תפילה בלא כוונה מקשה על המתפלל למשא עליו.

תפילה שנאמרת מן השפה ולחוץ, ללא כוונת הלב - קשה לנו ומכבידה עלינו. כשאנחנו לא חווים את חוויית המפגש אנחנו עלולים להתעייף מאמירת המלים פעם אחר פעם. לעומת זאת, כאשר אנחנו מצליחים להתכוון, הכוונה מעניקה לנו חוויה נעימה וטובה, היא מחייה אותנו ומקלה עלינו את היכולת להתפלל.

III. The Universal Challenge of Kavana

15. תלמוד ירושלמי מסכת ברכות פרק ב, הלכה ד

א"ר חייא רובא אנא מן יומי לא כיונית אלא חד זמן בעי מכוונה והרהרית בלבי ואמרית מאן עליל קומי מלכא קדמי ארקבסה אי ריש גלותא שמואל אמר אנא מנית אפרוחיא רבי בון בר חייא אמר אנא מנית דימוסיא א"ר מתניה אנא מחזק טיבו לראשי דכד הוה מטי מודים הוא כרע מגרמיה

The great Rebbi Ḥiyya said: I never managed to pray with intent, but one time I made an effort to concentrate and I started to think and said to myself, who enters first before the king, the ἀρχαττης or the *Resh Galuta*? Samuel said: I counted chicks. Rebbi Abun bar Ḥiyya said: I counted stone rows. Rebbi Mattaniah said: I am thankful to my head that when I come to *modim* it bends down by itself.

16. תלמוד בבלי מסכת בבא בתרא דף קסד עמוד ב (פרק י - גט פשוט)

אמר רב עמרם אמר רב, שלש עבירות אין אדם ניצול מהן בכל יום: הרהור עבירה, ועיון תפלה, ולשון הרע

17. חדושי הרשב"א מסכת בבא בתרא דף קסד עמוד ב

ועיון תפלה. פי' כאן שאינו מעיין ומכוין בתפלתו וזהו שאין אדם ניצל מהם בכל יום ואפי' גדולי החכמים וכדאמרין בירושלמי במסכת ברכות...

18. תלמוד בבלי מסכת שבת דף קכז עמוד א (פרק יח - מפנין)

אמר רב יהודה בר שילא אמר רבי אסי אמר רבי יוחנן: ששה דברים אדם אוכל פירותיהן בעולם הזה, והקרן קיימת לו לעולם הבא. ואלו הן: הכנסת אורחין, וביקור חולים, ועיון תפלה, והשכמת בית המדרש, והמגדל בנין לתלמוד תורה, והדן את חברו לכף זכות.

רש"י שם

ועיון תפלה - לכוין בתפלתו.

19. תלמוד בבלי מסכת שבת דף קיח עמוד ב (פרק טז - כל כתבי)

אמר רב נחמן: תיתי לי דקיימית שלש סעודות בשבת. אמר רב יהודה: תיתי לי דקיימית עיון תפלה. אמר רב הונא בריה דרב יהושע: תיתי לי דלא סגינא ארבע אמות בגילוי הראש. אמר רב ששת: תיתי לי דקיימית מצות תפילין. ואמר רב נחמן: תיתי לי דקיימית מצות ציצית.

20. תוספות מסכת שבת דף קיח עמוד ב

עיון תפלה - פי' בכוונת הלב וכן ההיא דאלו דברים שאוכל מפירותיהן בעולם הזה (לקמן דף קכז.) דחשיב עיון תפלה...

IV. Does Tefilla without Kavana have value?

21. שו"ת הרשב"א חלק א סימן תכג

ועל ענין התפלה שאמרת כי בלתי הכוונה נחשבת כמאומה לעובד באמת כי הכונה יסוד הכל. אבל הכוונות רבות ונחלקות למדרגות רבות זו לפניו מזו כפי רבוי הידיעות והשגות. מן הקטן שבאישים ועד משה רבינו עליו השלום. ולפי השגת כל אחד ואחד ימצא חן. והמדרגה הראשונה שבכוונות שכל ישראל עומדים עליה היא שהכל יודעים ומודים שיש אלוה יתברך מחייב המציאות חדש העולם ברצונו כאשר רצה. ושנתן תורה לעמו ישראל בסיני תורת אמת וחקים ומשפטים צדיקים. ולו אנחנו ולפניו נעבוד. והוא שצונו למסור נפשותינו אליו בקראינו השם. ואליו נודה ולפניו נתפלל כי מאתו נמצא הכל. והוא המשגיח והמשקיף על מעשינו לגמול ולשלם שכר. ועל הכונה הזאת יתפלל כל מתפלל בישראל.

22. ספר הכוזרי מאמר ג

והסדר הזה מהנפש כסדר המזון מהגוף, מתפלל לנפשו ונזון לגופו, ומתמדת עליו ברכת התפלה עד עת תפלה אחרת, כהתמדת כח סעודת היום עד שיסעוד בלילה, וכל אשר תרחק עת התפלה מהנפש היא הולכת וקודרת במה שפוגע אותה מעסקי העולם...

23. פניני הלכה תפילה א:ח

ולא יאמר אדם, אם אינני מכוון מוטב אולי שלא אתפלל. מפני שבעצם זה שבא לעמוד לפני ה' בתפילה, כבר הביע את הדבר העמוק ביותר, את עצם רצונו להיות קשור לה', ולהתפלל לפניו. וכל אדם נמדד לפי אופיו, ולעיתים מעלתו של מי שקשה לו להתרכז, ולמרות זאת התאמץ והצליח לכוון במספר ברכות, גבוהה ממעלתו של מי שמצליח בקלות לכוון בכל התפילה...

בשם האר"י הקדוש אמרו, שהכוונה היא כנפיים, שעל ידה התפילה עולה ומתקבלת. וכשהתפלל אדם בלא כוונה, הרי שאין לתפילה כנפיים לעלות, והיא ממתנה עד אשר יתפלל בכוונה. וכשיתפלל בכוונה, יחד עם אותה תפילה יעלו לפני ה' יתברך כל התפילות שאמר בלא כוונה. והטעם לכך ברור, הרי בעצם זה שאדם בא להתפלל, הביע את רצונו להתקשר לה' ולשבחו ולבקש ממנו את צרכיו, אלא שלא הצליח לכוון, וכאשר כיוון, פתח את השער לכל תפילותיו לעלות.

Rav Yossi Goldin
OU Israel/Kehilat Nitzanim
October/Tishrei 2025