

## שלחן ערוך סימן צח - הקדמה

**יסוד ושורש העבודה שער ה' פרק א' (נולד ב-תצ"ט):** וראוי לאדם לעיין לפרקים עכ"פ פעם א' בכל שבוע בשלחן ערוך סי' צ"ח מענין כוונת התפלה שכולם הם מדינא דגמרא הקדושה כדי לעורר לבבו לכל הנזכר שם ואיך צריך האדם להיזהר ממחשבה זרה ומבלבול הדעת ח"ו בתפלה.

**דבש לפי אות ת' אות כ"ה (נולד ב-תפ"ד):** תפילה - כתב הרב ספר חרדים ז"ל דהמבחן לאדם אם זך וישר פעלו הוא התפלה שאם יכול לכוין בכל העמידה שמתפלל י"ח ברכות בלי מחשבה אחרת אז ידע כי הוא צדיק וז"ש מְצַרְף לְקֶסֶף וְכֹוֹר לְזָהָב וְאִישׁ לְפִי מְהַלְלוֹ דְהֵיִינוּ תַפְלֵתוֹ וְעַל זֶה יְדוּוּ כָל הַדּוּוּיִם.

**פסקי תשובות אורח חיים סימן צח אות ד :** ובמשנ"ב (סק"ב) מביא עצה בשם ספר הגן לבטל מחשבה רעה, לומר פי פי פי (שהוא ר"ת פלטי יוסף, שהתגברו על היצה"ר) ולרוק ג"פ מעט בנחת בין השפתיים.

ובשם קיצור של"ה להעביר ג"פ יד ימינו על מצחו ולומר לב טהור ברא לי אלקים ורוח נכון חדש בקרבי, ועוד מובא<sup>44</sup> בשם השל"ה (שער אותיות ל') בשם הרמ"ק בשם זקן אחד (והוא אליהו הנביא זל"ט) לומר הרבה פעמים הפסוק אש תמיד תוקד על המזבח לא תכבה, ומוסיף השל"ה מדיליה שנכון לומר גם בהתעוררות גדולה 'סעפים שנאתי ותורתך אהבתי'.

ועוד מובא בספר חסידים (כ"ח, קע"ג, קע"ה) לבטל הרהור רע ומחשבה חיצונה ינעוץ אצבעות רגליו ואגודליו בארץ ויתלה גופו עליהם ואל יסמוך ידיו בכותל, ועוד מובא<sup>45</sup> שיצבוט עצמו ולמחוא כפיים, ולאחוז<sup>46</sup> בד' כנפות הציצית, ולישא<sup>47</sup> עיניו למרום להסתכל ברקיע.

## שלחן ערוך סימן צח

**סעיף א:** המתפלל צריך שיכוין בלבו פירוש המלות שמוציא בשפתיו; ויחשוב כאלו שכינה כנגדו; ויסיר כל המחשבות הטורדות אותו עד שתשאר מחשבתו וכוונתו זכה בתפלתו; ויחשוב כאלו היה מדבר לפני מלך בשר ודם היה מסדר דבריו ומכוין בהם יפה לבל יכשל, קל וחומר לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא שהוא חוקר כל המחשבות.

וכך היו עושים חסידים ואנשי מעשה, שהיו מתבודדים ומכוונים בתפלתם עד שהיו מגיעים להתפשטות הגשמות ולהתגברות כח השכלי, עד שהיו מגיעים קרוב למעלת הנבואה.

ואם תבוא לו מחשבה אחרת בתוך התפלה, ישתוק עד שתבטל המחשבה. וצריך שיחשוב בדברים המכניעים הלב ומכוונים אותו לאביו שבשמים, ולא יחשוב בדברים שיש בהם קלות ראש.

44 . כה"ח סק"ח ועיי"ש בסק"ט וי' עוד עצות ופסוקים וסגולות לבטל מחשבות זרות בתפלה.

45 . ס' תהלת חיים ח"א על סי' זה בשם הגה"ק משינאוא זי"ע.

46 . מקו"ח לחו"י סק"א.

47 . עיין סי' צ' אות ד'.