

מצוות צריכות כוונה

א"יז סימן ס'

לפני עשיית המצוה ראוי לומר או לחשוב:

הריני מכוין לקיים מצות _____ כאשר ציוה השם

(לחזור המצוה)

המצוה האופן המעשי של המצוה:

חסד

לעשות מעשי חסד עם הזולת, במיוחד עם הילדים / הבעל / האשה, להאכיל את הילדים, להחליף טיטול לתינוק, לפנות את הזבל מהבית, לנקות את הבית ולהפוך אותו למקום נעים למשפחה, לבשל אוכל, לכבס בגדים, להשתעשע עם הילדים, לעזור לשכנים או לחברים, להשאיל את הטלפון הנייד, לערוך קניות עבור המשפחה, להחזיר ספרים למקומם בביהמ"ד.

תפילה

להתפלל את התפילות הקבועות, לבקש בקשות מיוחדות מהשי"ת, לומר תהילים.

כיבוד אב ואם

להראות הערכה להורים, להיענות לבקשתם בפעם הראשונה ולא להתווכח עימם, לעשות מעשים שגורמים להם נחת רוח, לעזור בבית ובסידורים, להגיש להם אוכל או שתיה, לעמוד בפניהם כשנכנסים לחדר, לשמור עמהם קשר תמיד, לעשות כל מה שגורם להם נחת.

תלמוד תורה

ללמוד תורה, לשמוע שיעור.

קריאת שמע

לקרוא קריאת שמע, [יש לכוון גם לקבל עול מלכות שמים].

ברכת המזון

לברך ברכת המזון.

צדקה

לתת צדקה.

ונשמרתם מאד

לשמור על הגוף, לאכול מזון בריא, להיזהר מאכילת יתר, לעשות התעמלות, לקחת תרופות, ויטמינים, ושאר דברים המחזקים את הגוף, לצמצם שיניים, ללכת לישון, לבקר אצל רופא, לחגור חגורה ברכב, לנהוג בזהירות, לחצות את הכביש בזהירות.

חינוך הילדים

לחנך למידות טובות ליראת שמים ולקיום המצוות, לשמור על קשר עם המלמדים, ללמוד עם הילדים, למלא דף קשר, לשכור מורה פרטי, לשלם שכר לימוד.

הפרשת חלה

להפריש חלה מן העיסה.

השתדלות*

לילך לעסקיו [יש לכוון גם: אני מפרנס את משפחתי כדי שנוכל לעבוד את ה' בצורה הראויה]

הלכת בדרך

לנהוג במידות טובות, כגון להימנע מכעס, לוותר, להתנהג בסבלנות, בענווה, להכיר טובה.

לדון לכף זכות

לדון לכף זכות את החברים, בני המשפחה וכל הסובבים, בכל מה שרואים או שומעים עליהם.

שמירת הלשון

להימנע מלדבר, לשמוע או לכתוב לשון הרע. [בהרבה מקרים העצה הנכונה להימנע מדיבור רע הוא לחשוב לפני שמוציאים מהפה: האם הייתי מדבר כך בפני אותו אדם?]

ביומו תתן שכרו

לשלם לעובד עבור עבודה שביצע, כגון: טכנאי, איש תחזוקה, בייבי-סיטר, ספר, נהג מונית, מורה פרטי, תופרת, פאניתי, רופא שיניים וכו'

צניעות

להתלבש בצורה ראויה ומכובדת המתאימה לבני ולבנות מלכים, [לנשואות - לכסות את השער]

כבוד שבת

לכבד את השבת על ידי קניית והכנת אוכל, לנקות ולסדר את הבית לכבוד שבת, ללבוש בגדים נאים לכבוד שבת, להדליק נרות שבת, לערוך את השולחן, להתרחץ, לגוּזו צפרניים, להסתפר, לקנות פרחים ודברים מיוחדים לכבוד שבת, לטעום ממאכלי השבת כדי לוודא שהם מתובלים כראוי וכו'.

קידוש היום

לקדש או לשמוע קידוש בליל שבת.

סעודות שבת

לאכול שלש סעודות של שבת טעימות ודשנות.

בעשיית המצוה ראוי לחשוב:

*חובות הלבבות שער הבטחון פרק ג'

על ידי מצוה זו הנני מתקרב להקב"ה

"שישתדל לדבק בו... והם הם המצוות" (פסלי ישרים פרק א')

כתב החפץ חיים: "יש נפקא מינה רבה בין העושה הפעולה שלא לשם מצוה, ובין העושה לשם מצוה,

שאו מניע גודל התיקון הנעשית מהמצוה למעלה מעלה" (ואהבת הסדר" ח"ב פכ"ג בהג"ה)

להבנה מורחבת בנושא "מצוות צריכות כוונה" וליישום בצורה מעשית ראה ספר "כאשר צוה ה"

להשיג נא ליצור קשר 058-324-1532 613kavana@gmail

כוונה במצוות

בשולחן ערוך (אורח חיים סימן ס סעיף ד) נפסקה ההלכה

”מצוות צריכות כוונה”

כלומר, אדם הבא לקיים מצוה ממצוות השם, צריך לכוין לפני עשייתה, שהוא עומד לקיים אחת ממצוות השם. אופן הכוונה, הוא בין בדיבור ובין במחשבה, בין בלשון הקודש ובין בשאר לשונות. תוכן הכוונה הוא: ”הריני מכוין לקיים מצות _____ כאשר ציוה השם“.

רוב האנשים הורגלו לעשיית המצוות מקטנותם, וחונכו לכך מגיל צעיר. הם גדלו בקהילות ובסביבה שעשיית המצוות היא חלק מהחיים, עד שעשייה זו נקבעה בליבם ונעשית להם 'טבע שני'. ההיכרות וההתרגלות במצוות אמנם מקלת על עשייתן, אך ב'מצוות אנשים מלומדה' זו יש אתגור שכן, מצוי מאוד שמקיימים את המצוות מתוך הרגל, ללא כוונה, למרות הרצון שיהיה אחרת. כיצד אפשר לתת את תשומת הלב, ולהקדיש את המחשבה הראויה, בשעה שאנו מקיימים את המצוות? היאך אפשר להרגיש את החשיבות וההזדמנות המיוחדת של קיום המצוות, ולהשתמש בהן כדי להגיע לקרבת השם יתברך?

כדי לעזור ולסייע במשימה זו, הוצאנו לאור כרטיס זה. בכרטיס נמצאות דוגמאות מהחיים, שבהן אפשר להרגיש את ההזדמנות המיוחדת במצוות הסובבות אותנו במעשי יום יום. בעזרת הכרטיס נוכל לקיים את ההלכה שנפסקה בשולחן ערוך – ”מצוות צריכות כוונה” – כתיקונה. כאשר את התועלת והתוצאות מכך, יהיה אפשר לראותן בהמשך.

לדוגמה: כאשר אשה מכינה אוכל ומזון לבני משפחתה, היא עוסקת במצות חסד – האכלת ילדים רעבים. במחשבה קטנה, היא יכולה להפוך מעשה יום יומי ועסק גשמי, למעשה רוחני. כל מה שהיא צריכה לעשות, הוא לומר או לחשוב לפני מעשיה: ”הריני מכוונת לקיים מצות חסד, כאשר ציוה השם“. ואז, כל עבודתה במטבח, כמו קילוף וחיתוך ירקות, בישול והגשת המאכלים – כולם הופכים לעבודת השם. דבר זה מקרב ומקשר אותה להשם יתברך.

דוגמה נוספת: בסוף כל סעודה, יש הזדמנות מיוחדת להתחבר ולהתקשר לבורא עולם. אפילו אם אוכלים לחם רק פעם אחת ביום, ושלוש פעמים בשבת, יש יותר מארבע מאות פעמים בשנה שאדם יכול לקיים את מצות ”ברכת המזון“ כתיקונה. במשך החיים, מספר זה יעלה ליותר מעשרת אלפים פעמים! ומה השם שואל מאתנו? רק לומר או לכוין קודם: ”הריני מכוין לקיים מצות ברכת המזון, כאשר ציוה השם“.

ודאי הוא, שיש מצוות רבות יותר מאלו הנכתבות בכרטיס זה. אכן, עדיף לנו להתחיל במצוות מסוימות ולהתמקד בהן, עד אשר האמירה או המחשבה הזו תהיה קלה לבצע. וכך, אחרי תקופה נוכל להמשיך ולנהוג כן במצוות נוספות, עד שנכוין בכל מצוה ומצוה המזדמנת לנו במשך היום. וככל שנכוין יותר, נרגיש יותר את קרבת השם שתעשיר לנו את החיים.

כמובן, שטוב לבקש מאת השם יתברך שיעזור לנו להצליח לכוין בעשיית המצוות.

אנו מקווים, שכרטיס זה יעזור לך לכוין במצוות לפני עשייתן. כל אחד יכול לנצל רגעים תדירים ומצויים בחיים, ולהפוך אותם לנצחיים – בהוספת כמה מילים.