

Prayer in Jewish Thought and Human Experience

שמות כג

(כה) וְעַבַּדְתֶּם אֶת יְקֹנֶק אֱלֹהֵיכֶם וּבִרְדָּה אֶת־לְחֶמְךָ וְאֶת־מִימֶיךָ וְהִסְרֹתִי מִקֶּלְךָ מִקֶּרְבְּךָ:

דברים ו

(יג) אֶת־יְקֹנֶק אֱלֹהֶיךָ תִירָא וְאֹתוֹ תַעֲבֹד וּבִשְׂמוֹ תִשְׁבַּע:

דברים י

(כ) אֶת־יְקֹנֶק אֱלֹהֶיךָ תִירָא אֹתוֹ תַעֲבֹד וְבוֹ תִדְבֹק וּבִשְׂמוֹ תִשְׁבַּע:

דברים יא

(יג) וְהָיָה אִם־שָׁמַע תִּשְׁמְעוּ אֶל־מִצְוֹתַי אֲשֶׁר אֲנֹכִי מֵצַוֶּה אֶתְכֶם הַיּוֹם לְאַהֲבָה אֶת־יְקֹנֶק אֱלֹהֵיכֶם וּלְעַבְדוֹ בְּכָל־לִבְבְּכֶם וּבְכָל־נַפְשְׁכֶם:

ספר התנ"ך פ' עקב

מצות תפלה

(א) לעבוד את השם, שנאמר [דברים י', כ'], אותו תעבוד, ונכפלה זאת המצוה כמה פעמים, שנאמר [שמות כ"ג, כ"ה], ועבדתם את ה' אלהיכם, ובמקום אחר אומר [דברים י"ג, ה'], ואותו תעבודו, ובמקום אחר ולעבדו בכל לבבכם [שם י"א, י"ג]. וכתב הרמב"ם ז"ל [בספר המצוות], אף על פי שמצוה זו היא מהמצוות הכוללות, כלומר שכוללות כל התורה, כי עבודת האל תכלול כל המצוות, יש בזו כמו כן פרט, והוא שיצונו האל להתפלל אליו, וכמו שאמרו בספרי [פיסקא דוהיה אם שמוע], ולעבדו בכל לבבכם, אי זו היא עבודה שבלב, זו תפלה. ובמשנתו של רבי אליעזר בנו של רבי יוסי הגלילי אמרו, מנין לעיקר תפלה בתוך המצוות, מהכא, את ה' אלהיך תירא ואותו תעבוד. משרשי המצוה מה שהקדמתי הרבה פעמים כי הטובות והברכות יחולו על בני אדם כפי פעולותם וטוב לבבם וכושר מחשבותם, ואדון הכל שבראם חפץ בטובתם והדריכם והצליחם במצוותיו היקרות שיזכו בהן, והודיעם גם כן ופתח להם פתח באשר ישיגו כל משאלותיהם לטוב, והוא שיבקשו ממנו ברוך הוא אשר בידו ההסתפקות והיכולת כל חסרונם, כי הוא יענה את השמים לכל אשר יקראוהו באמת. ומלבד ההודעה להם בזאת המדה ציום שישתמשו בה ויבקשו ממנו תמיד כל צרכיהם וכל חפצת לבם, ומלבד השגת חפצי לבנו יש לנו זכות בדבר בהתעורר רוחנו וקבענו כל מחשבתנו כי הוא האדון הטוב והמטיב לנו, וכי עינינו פקוחות על כל דרכינו. ובכל עת ובכל רגע ישמעזעקתנו אליו לא ינום ולא יישן שומר ישראל, והאמיננו במלכותו ויכלתו מבלי שום צד פקפוק, וכי אין לפנינו מונע ומעכב בכל אשר יחפוץ.

ספר המצוות להרמב"ם

והמצוה החמישית היא שצונו לעבדו יתעלה וכבר נכפל צווי זה פעמים, אמר (משפטים כג כה) ועבדתם את י"י אלהיכם ואמר (ראה יג ה) ואותו תעבודו ואמר (ואתחנן ו יג) ואותו תעבוד ואמר (ס"פ עקב) ולעבדו. ואעפ"י שזה הצווי הוא גם כן מן הציוויים הכוללים כמו שביארנו בשרש הרביעי הנה יש בו יחוד שהוא צוה בתפילה. ולשון ספרי ולעבדו זו תפילה. ואמרו גם כן ולעבדו זה תלמוד. ובמשנתו של רבי אליעזר בנו של רבי יוסי הגלילי (פרש' יב עמ' רכח) אמרו מנין לעיקר תפילה בתוך המצוות מהכא את י"י אלהיך תירא ואותו תעבוד. ואמרו (מדרשתנאים ממדרש הגדול פ' ראה) עבדהו בתורתו עבדהו במקדשו. כלומר ללכת שם להתפלל בו ונגדו כמו שבאר שלמה עליו השלום (מ"א ח דה"ב ו):

השגות הרמב"ן מצות עשה ה

כתב הרב המצוה החמשית שנצטוינו בעבודתו שנ' ועבדתם את י"י אלהיכם וגו' ואומר ולעבדו בכל לבבכם. אמר ז"ל ואע"פ שמצוה זו מן המצוות הכוללות כלומר שאינן נמנות כמו שבארנו בעיקר הרביעי יש בו גם כן פרט והוא מצוה בתפלה ולשון ספרי ולעבדו זו תפלה ובמשנתו של ר' אליעזר בנו של ר' יוסי הגלילי אמרו מניין לעיקר תפלה בתוך המצוות מהכא את י"י אלהיך תירא ואותו תעבוד ואמרו עבדו בתורתו עבדו במקדשו כלומר ללכת שם להתפלל בו כמו שביאר שלמה. כל אלה דברי הרב. ואין הסכמה בזה. שכבר בארו החכמים בגמרא תפלה דרבנן. . . אלא ודאי כל ענין התפלה אינו חובה כלל אבל הוא ממדות חסד הבורא ית' עלינו ששומע ועונה בכל קראינו אליו. ועיקר הכתוב ולעבדו בכל לבבכם מצות עשה שתהיה כל עבודתינו לאל ית' בכל לבבנו כלומר בכוונה רצויה שלימה לשמו ובאין הרהור רע, לא שנעשה המצוות בלא כונה או על הספק אולי יש בהם תועלת. כענין ואהבת את י"י אלהיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאדך שהמצוה היא לאהוב את השם בכל לב ולב ושנסתכן באהבתו בנפשנו ובמוננו. ומה שדרשו בספרי (עקב) ולעבדו זה התלמוד ד"אזו תפלה אסמכתא היא או לומר שמכלל העבודה שנלמוד תורה ושנתפלל אליו בעת הצרות ותהיינה עינינו ולבנו אליו לבדו כעיני עבדים אל יד אדוניהם. וזה כענין שכתוב (בהעלותך י) וכי תבאו מלחמה בארצכם על הצר הצורר אתכם והרעותם בחוצרות ונזכרתם לפני י"י אלהיכם והיא מצוה על כל צרה וצרה שתבא על הצבור לצעוק לפניו בתפלה ובתרועה. . .

יבמות סד.

א"ר יצחק: מפני מה היו אבותינו עקורים? מפני שהקב"ה מתאוה לתפלתן של צדיקים.

בראשית רבה פרשה מז

א"ר"ל האבות הן הן המרכבה שנא' ויעל אלהים מעל אברהם, ויעל מעליו אלהים (בראשית כח) והנה ה' נצב עליו.

נתיבות עולם נתיב העבודה פרק ב' למהר"ל

ויש שואלין על התפלה, אם ראוי האדם שיתן ה' ית' אליו הדבר שהוא מתפלל למה לא יתן אליו בלא תפלה, ואם אין ראוי אליו אם כן אף אם יתפלל ויבקש וכי בשביל תפלתו יתן אליו. ועוד הקשו כי למה צריך להתפלל בדבור והרי ה' ית' יודע מחשבות בני אדם. . . אבל דבר זה כי התפלה היא להשלים את האדם מה שהוא חסר ואז ה' יתברך שומע תפלתו ובקשתו, כאשר האדם הוא חסר וצריך אל השלמה. והאדם הוא נחשב אדם מצד הדבור ובזולת זה אינו אדם, וכאשר אין אדם מתפלל ומבקש בדבור אין כאן מקבל כי כל מקבל מבקש לקבל מה שהוא חסר, ולכן צריך שיהיה מבקש חסרונו בדבור ואז הוא מבקש חסרונו במה שהוא אדם חסר.

Prayer, Spirituality and Psychology

© 2009 by Randy Glasbergen.
www.glasbergen.com



**“Wireless communication is nothing new.
I’ve been praying for 75 years!”**

1. Prayer as a vehicle of change.

As suggested by the last source up above that perhaps we make change in ourselves and are actually deserving of a different result.

2. Psychological effects of prayer survey of the research

a: self control b: decreases aggression, c: increases forgiveness d: offsets stress e: increases and fosters gratitude optimism and hope, f: decreases anxiety and increases confidence.

3. Efficacy of prayer

Prayer studies in hospitals

4. Psychoneuroimmunology/Health

a: Prayer in IVF, in cancer

5. Gratitude

6. Reintroduction of Spirituality

a: why was there a decline in psychology focus on religion and spirituality?

b: Philosophical Counseling: Pargament

c: religious matching of patient and therapist -Worthington

7. Mindfulness/influence Buddhist / jewish origins