

לחלוצות חסידיה

מגזין להעצמת עבודת השם בדרך חסידות חב"ד

ברוך השם • ערב שבת קודש פרשת 'שמות' • כ' טבת ה'תשפ"ו (09/01/2026) • מגזין מספר 220

• נא לשמור על קדושת המגזין •

מהפיכה בהנגשה

לראשונה בהיסטוריה מאה מרבני חב"ד מדריכים בצורה מעשית כיצד 'להתפלל' בשלושה ספרים גדושים

פרטים מלאים בעמוד האחרון



עבודה שמעניקה נשמה

מה קורה לנפש כשמתחילים לעבוד כפי שחסידות מחנכת?

אצלו מקום גדול יותר מהתפילה, אם הוא יודע להסביר מה זה 'ביטול', אבל לא מצליח לבטל תאוה קטנה - העיקר חסר. 'עבודת התפילה' איננה זיכרון היסטורי, שהאדם יעשה 'כאילו' הוא מתפלל, בכדי שהציור' של ליובאוויטש יישאר.. היא עצם מהותו של חסיד!

יש רגעים שבהם חסיד ה'עובד' עומד מול קבוצת תמימים וחסידים, מדבר על חשיבותה של 'עבודת התפילה', ורואה בעיניים שלהם את השאלה המרחפת באוויר: למה אתה דורש מאיתנו דברים שכבר לא מתאימים לדור שלנו?..

כשיהודי עומד ומתפלל באריכות, מתבונן באמת אלוקית עד שהיא חודרת ללב, משהו בו משתנה. המידות מתעדנות. הגאווה נמסה. הוא נהיה אדם אחר - לא כי אמרו לו להיות חסיד, אלא כי הוא עבד להיות חסיד.

הם אומרים זאת בפה מלא: פעם, בעיירה בליובאוויטש בין העצים, כשהעולם היה רחוק והנפש הייתה פנויה - אז היה אפשר להתפלל באריכות, לעבוד על המידות, להתייגע ב'אתכפיא'. אבל היום? היום הכול מהיר, לחוץ, מלא הסחות. היום - כך הם טוענים - חסידות נראית אחרת..



ו'אתכפיא'? זו לא מילה ישנה. זו נשימה של חסיד. לוותר על משהו קטן - עוד כפית גלידה, עוד מילה מיותרת, עוד מחשבה של גאווה - זה מה שבונה את האדם מבפנים.

היום, הם אומרים, העיקר הוא להיות 'מקושר'. ללמוד חסידות, לחזור על המאמרים של הרבי, לעשות 'מבצעים', לדעת לדבר חסידות. ואם בחור יושב במסעדה ואוכל מאכלי מותרות ותאוה - זה לא נורא. זה דור אחר. אל תדרוש ממנו 'קונטרס העבודה' ו'קונטרס התפילה'. זה כבר לא שייך חלילה.

ו'קריאת שמע שעל המיטה', עם חשבון נפש אמיתי, היא המראה שמחזירה לאדם את דמותו האמיתית. הדור שלנו לא צריך פחות 'עבודה'. הוא צריך יותר אמת. יותר עדינות. יותר חסידות שחודרת ללב ולא רק למוח. כי חסיד אמיתי לא נמדד בכמה 'מאמרים' הוא יודע - אלא בכמה הלב שלו השתנה.

אבל עמוק בפנים - הם יודעים את האמת. כל אחד מרגיש את זה עמוק בנפשו פנימה, שמהו פנימי ואמיתי חסר. שבנפש פנימה הוא חסר. כי חסידות בלי 'עבודה' היא כגוף בלי נשמה. ללמוד חסידות זה נפלא, 'מבצעים' זה קדוש, התקשרות לרבי היא יסוד החיים. אבל אם האדם נשאר מגושם, אם האוכל תופס

זכינו שרבותינו נשיאנו העניקו לנו את הדרך לכך. להתבונן בחסידות, להתפלל באריכות, להתוועד יחד, 'אתכפיא', חשבון נפש וכדומה. כי הם חיינו - ובלעדיהם למה לנו חיים?..

מבזקים // תקציר הכתבות והעדכונים מאתר 'חב"ד לייב'

מעורר מחשבה

דברים חריפים של הרבי הרי"צ על אדישות בתפילה, וחומרת דיבורים בטלים בבית הכנסת <<



ניגון לבבי

הניגון ותוכנו: ניגון חב"ד 'מאירקע מיין קינד', שנוגן במסורת על ידי רבי לוי יצחק מברדיטשוב <<



וידאו בלעדי

הוידאו המלא מהכנס ההיסטורי שנערך ב-770 בהשתתפות אלפי חסידים וגדולי המשפיעים <<



התוועדות מעוררת

הרב זלמן גפין בהתוועדות חסידית על מהותו של יום השבת קודש לפי תורת החסידות <<



וידאו נוסטלגי

הרב זושא פיוזנר ע"ה בראיון נוסטלגי לעיתונות, בנוגע לחשיבות תיקון חוק 'מיהו יהודי' <<



לאתר 'חב"ד לייב' סקרו את הברקוד

מחלקת המדיה של הארגון מכנילה אתר חסידות מרתק עם שתי כתבות תוכן איכותיות וחומר היסטורי איכותי בשילוב שיפורים והתוועדות. נטני חב"ד, חדשות הארגון ועוד

• ליצירת קשר •
LGCH770@GMAIL.COM
CHABADLIVE.ORG
+9725.4683.2770

יוצא לאור על ידי אגף ההוצאה לאור של ארגון 'לחלוצות גאולתית'
• ראשי הוועד הרוחני של הארגון •
הרב יוסף יצחק אופן והרב נחמן שפירא





הגה"ח הרב מאיר צבי גרוזמן ע"ה

ראש ישיבת 'תומכי תמימים ליובאוויטש'
כפר חב"ד, ארץ הקודש

התוועדות חסידיה //

הדבר היקר והחשוב ביותר

שמעתי פעם מהחסיד ר' אברהם דרייזין ('מאיר') ע"ה, שכאשר הגיע ילד לישיבת 'תומכי תמימים' בליובאוויטש, הדבר ש'תפס' אותו בישיבה היה המקרה הבא: ליד הז'אל' שבו היו בחורים שישבו ולמדו, היה גם 'זאל' קטן, ששם היו בחורים שהתפללו באריכות. בחורים היו מתפללים ביום רגיל ארבע, חמש, שש שעות... אז הוא נכנס ל'חדר שני', בעוד הבחורים בעיצומה של העבודה וההתבוננות בתפילה.

הוא ראה שכל אחד מתפלל בצורה נפלאה, אך הבחין באחד שנראה שהוא כמו 'נרדם' על האף.. הוא תמה על כך: מה הוא ישן פה?! ובכלל, עם תפילין אסור לישון.. לאחר מכן הוא הבין שאותו בחור כמובן שלא ישן, אלא התעמק מאוד במחשבתו בתפילה, ולשם כך עצם את עיניו..

בכלל, כשהיו מגיעים לבקר בליובאוויטש, תמיד המרכז היה הנושא של 'עבודת התפילה'. חסידות נוסדה על עניין התפילה. בלי 'עבודת התפילה' אינני יודע איך יכולים להתחיל.. בלי 'להתפלל' לא יכול כלום להיות! ללא תפילה באריכות, אי אפשר שתהיה כוונה ואהבה ויראה לקדוש ברוך הוא, שזה יסוד התורה והמצוות.

ללמוד כל החיים - בלי להבין מאומה..

משום מה נהייתה מין 'הנחה' שאפשר להיות חסידים וללמוד חסידות ולא להתעסק עם עצמו. כזה דבר מופרך מן היסוד! לא ייתכן! הפשט של זה הוא, שאפשר ללמוד כל החיים חסידות, ולא להבין בכלל מה כתוב שם! יש



לקט מדברי נשיא דורנו
בענייני עבודת השם

דבר הנשיא //

האם יש בעיה להתבונן בחסידות לפני 'יוצר'?

'מה שכותב שבין 'ישתבח' ל'יוצר' מעיין בדא"ח באיזה ספר, הנה איני רואה בזה מקום לחשש, כיון שזהו הכנה לחלקי התפילה הבאים אחרי זה. כי בטח הרי זה רק שמעיין במחשבה ולא בדיבור. והרי ידוע המובא באחרונים אשר בשנים קדמוניות היו באים לבית הכנסת או על כל פנים מתחילים תפילה בציבור מברכות 'יוצר' ואילך.'

ספר 'אגרות קודש' כרך ח', אגרת ב'שמא

עדיף להתבונן במילים או בתוכן של ה'מאמר'?

'ובמה שכותב אודות מחשבת דא"ח קודם התפילה, כבר מילתי אמורה בכגון דא שלאחר הלימוד בפנים, טוב יותר לחזור על העניינים ולא התיבות והמילות בדיוק, מלבד אם נצרכים לזה כדי שלא לאבד נקודת ההשכלה ונקודת התמצית, וכנראה במוחש אשר להרגש הלב באים בקל יותר מהתבוננות בהעניין מאשר הדיוק בהתיבות.'

ספר 'אגרות קודש' חלק י"ג, עמוד קטא

אנשים שגם לומדים 'קבלה' ולא מבינים. יכולים להגיד פלפול, קושיא מפה ומשם ויכולים לפלפל בהרבה דברים, אבל לא מבינים. לא מבינים! הרבה פעמים לומדים על 'חודא עילאה', 'חודא תתאה'. זה שם, זה 'מלכות', הארה, הארה דהארה, ואומרים את כל המילים, אבל כל זמן שלא חיים את זה - אז זה אומר כמעט כלום! הרבי הרש"ב מאוד התרעם על אלו שלומדים חסידות ואינם מתפללים באריכות.

אז אמנם פעם זו הייתה האווירה הכללית, וכולם התבטלו באווירה נפלאה זו. אך עניין זה של האריכות בתפילה נדרש במיוחד היום. כמו שכתוב במשניות של 'אבות' ש'במקום שאין אנשים השתדל להיות איש', ואפשר לומר שהפירוש בזה הוא, שהיכן שישנם כבר אנשים - אזי להיות 'איש' זה דבר 'רגיל' ולא דבר מיוחד. אבל במקום שאין אנשים, שם זקוקים להשתדלות מיוחדת בכדי להיות 'איש'..



מוכרח למצוא את הזמן

בשנת תשכ"ז הייתה לי כיתה שלימדתי אותם ב'נגלה', ועוררתי אותם להתעסק ב'עבודת התפילה', ואכן הם התחילו להתפלל באריכות. והיו אברכים שטענו בפני: אתם דורשים יותר מדאי, זהו דבר שלא יכולים לעמוד בו! אי אפשר כבר להגיע בזמננו לדבר כזה. פעם היו דברים כאלה, ליובאוויטש היה מקום סגור, שאף אחד לא היה. היו מנותקים מהעולם, ישבו רק בין העצים.. אבל היום, כך טענו, אי אפשר.

(היה מי שאמר לי אז ש'היום זה סוג אחר של חסידות, בחור צריך שיהיה חסיד כמו החסיד (...)). הוא חסיד; אומר את החסידות של הרבי, חוזר על המאמרים של הרבי עוד יותר טוב מהרבי עצמו, כי מהרבי הוא לא מבין כל כך טוב, וממנו יותר... וממילא הוא הרי חסיד. והוא יושב בחתונות בין אנשים ויכול לאכול גלידה, וממילא זה לא נורא! ואם תחנכו בדרך הזאת תצליחו. אבל איך שאתם מנהלים את העסק עם 'אתכפיא' ו'עבודה' זה לא ילך.. אני לא רוצה להגיד מי זה היה, שאמר לי אז ש'קונטרס העבודה וקונטרס התפילה היום זה לא שייך'..

באותה תקופה נכנסתי אל הרבי ל'יחידות'. הנוסח של השאלה שכתבתי היה: 'היות שנמצאים אצלי בחורים צעירים [בני 16-17] ואני לומד איתם ומתוועד איתם ומקרבם קצת לעבודה פנימית, והחשש הוא שהם קצת נתפסים לזה ואז הלימוד נחלש - וזה מובן מאליו שהלימוד אכן קצת נחלש - והרי אחרי זה לא כולם ממשיכים בעבודה פנימית כפי שיכול וצריך להיות, ואז נשארים קרחים מכאן ומכאן. אז כיצד צריך לנהוג?'

אני לא יודע איך בדיוק לתאר איך הרבי דיבר ב'יחידות'.. לפני שנכנסתי ליחידות ושמעתי תיאורים איך הרבי מדבר בפנים, אף פעם לא תיארתי לעצמי כיצד באמת חשים שם.. הרבי מורא'דיק. מאויים'דיק.. והרבי אמר כך: 'תומכי תמימים אן עבודה פנימית קען ניט זיין, אזוי ווי ס'איז מבואר אין די קונטרסים [= 'תומכי תמימים' ללא עבודה פנימית לא יכול להיות, כפי שמבואר בקונטרסים].'



ה'קאך' של הרבי

כלומר, הרבי הרש"ב יסד את הישיבה על 'עבודת התפילה' באריכות. אלא מאי, יש טענות שמפריע ללימוד, מפריע לסדרי הלימוד? אז הרבי המשיך: 'איי, זה מפריע לסדרים ב'נגלה' - הרי ישנם שבת, יום טוב, שאין סדרים ב'נגלה', יש ערב שבת, ערב יום טוב, יש יומא דפגרא, יש 'בין הזמנים', ובכלל שני וחמישי, ובכלל כשמרגישים שצריך'.

זאת אומרת, ה'קאך' של הרבי היה חזק כל כך שזהו עניין הכרחי להתפלל באריכות. איי, זה שיש הפרעות - צריך להכניס את זה למצב הקיים, איפה שאפשר לדחוף את זה צריך לדחוף. והרבי לא השאיר כלום... שני, חמישי, יומא דפגרא, ובין הזמנים, וכשמורגש שצריך'.



מי שינסה - יצליח

יסוד התפילה הוא שמדברים עם הקדוש ברוך הוא! נעמדים לפני הרבנו של עולם ואומרים לו: 'ברוך אתה השם'. מי שלא מקשיב ומכוון בתפילה, זה פשוט לא אנושי! נתנו לך זכות שאתה יכול לעמוד לפני הרבנו של עולם, ולהמשיך את הקדוש ברוך הוא כאן למטה, ואתה מלמל טקסטים לא ברורים.. ובלשון אדמו"ר הזקן: 'תפילה בלא כוונה אינה כלום'. ס'גארנישט. זה כלום, כך הוא כותב.

אך בשביל להתפלל שעה בצורה כזו שהתפילה תהיה 'תפילה', ולהיות שקועים בכל מילה לגמרי - מוכרחים להתבונן בחסידות לפני התפילה. אחרת זה לא ילך. אחרי שמתבוננים בעניין בחסידות, אז כל התפילה מקבלת חיות פנימית. העיקר הוא להיות ומחפשים ורוצים, אז ה' יעזור שאכן יצליחו להתפלל באמת, ונזכה לגאולה ומלכנו משיחנו בראשנו.

אז כבר לא נשאר עוד זמן.. בכל אופן, הרבי הודיע כאן תשובה ברורה לאלה שאמרו ש'קונטרס העבודה' ו'קונטרס התפילה' לא שייכים להיום.. את הרבי לא שאלתי על כך, אבל הרבי מעצמו אמר 'תומכי תמימים אן עבודה פנימית קען ניט זיין, אזוי ווי ס'איז מבואר אין די קונטרסים'.

ממילא צריך פשוט להתייגע לקיים את מה שלומדים בתורת החסידות. כפשוטו. לא לחשוב שזה הולך על דורות קודמים או שייך למישהו אחר. זה שייך לאותו יהודי שלומד זאת. היות וההשגחה העליונה כיוונה שאנו נלמד זאת - זה שייך אלינו. אחרת ההשגחה הייתה מראה אחרת, דברים אחרים.

לא כדאי לפספס כזה תענוג..

אני זוכר את המשפיע הנודע ר' שלמה חיים קסלמן ע"ה, הוא היה מתפלל באריכות בכל יום ויום! והוא יכול היה להפיח בנו רוח חיים שנתפלל. הוא עצמו התפלל, וזה היה 'חי'. הוא הרי התפלל בסביבתנו. לא תמיד בחורים יכלו לראות אותו מתפלל ב'עבודה', הרבה פעמים היה מתפלל בחדר.

היו זמנים בישיבה בתל אביב שהיה בכלל מתפלל בבית כנסת אחר. ובאמת, כשאף אחד לא היה ליד - הוא התפלל לגמרי אחרת ממה שהתפלל כשהיה בין אנשים. בשבת הוא כן התפלל ב'זאל' בדרך כלל. אבל הוא היה 'מתפלל' כל יום. גם המשפיע המפורסם ר' ניסן נמנוב ע"ה היה מתפלל באריכות בכל יום. כשהייתי ילד הייתה תקופה שהקפדתי לשמוע כיצד הוא שופך את נפשו בתפילה בכל יום שעות ארוכות..

נו אז בצורה מעשית, איך באמת שייכים אלינו העניינים של 'עבודה'? בתור התחלה שיהודי יעמוד להתפלל - לא שש שעות - אבל שעה וחצי! שעה וחצי להתפלל זה מינימום. אבל אפילו שעה. שעה שתהיה כל כולך, שתהיה לגמרי בתפילה. שהתיבות יהיו מלאות חיות.

ואם אכן האדם יתרגל להתפלל לכל הפחות שעה, וכך תעבור עליו חצי שנה-שנה שמתפלל במשך שעה ויהיה מונח בזה, אז במילא יפריעו לו כל תאוות העולם הזה, כי הוא יודע שאם יתיישב וינגוס קצת את ה'ביס' יותר ממה שצריך, אזי למחרת לא יוכל להתפלל כמו שצריך, ו'להתפלל' אצלו זה הדבר הכי יקר בעולם! ובשבילי זו החיות הכי

מרחיבים את הצלחת הענק של ארגון 'לחלוחית גאולתית'

רוצה להיות שותף במהפיכה האדירה?

עכשיו זה אפשרי בקליק אחד!
חפשו באתר 'חב"ד לייב' אפשרות לתרומות

ארגון 'לחלוחית גאולתית'
לנגישת עבודת השם בדרך חסידות חב"ד

לחלוחית גאולתית
היבט נפשי ורוחני בדרך חסידות חב"ד

סיוע חלום:

- חוב בודד באשורא / חשולים
- הוצאת קבע באשורא / דואר חסידות
- הוצאת קבע בנקאות / (9857)
- חשולים ב-bit
- העברה בנקאות בקרק

סרקו את הברקוד

אפשרויות מגוונות >>
גברה בנקאית/כרטיס אשראי/ביט/הוצאת קבע
תרומות מוכרות לצורכי מס - סעיף 46



לקט מדברי רבותינו נשיאנו
בענייני עבודת השם

חיים וקיימים //

יש להתרגל להשתכחות הנפש באריכות התפילה

'תפילה הוא עניין שנתבע בדרך ממילא. רק מה, צריכים להרגיל את עצמו בזה. תפילה היא השתכחות הנפש.. צריכים להרגיל עצמו בשפיות הנפש. כל עניין של השגה, כשבאה דרך הצינור של תפילה, היא לגמרי באופן אחר.. העלם והסתגר גדול, זה שלא מאריכים בתפילה.

לבד זאת שבהעדר אריכות בתפילה, הרי חסר העבודה בפועל במידות כו', הנה הנפש הבהמית, השטן, לא נותנים לאדם להנות מההנאה של אלוקות שיש בתפילה. הגעגועים האלו, התשווקה באלוקות.. ככה בתפילה שעניינה היא הגעגועים והתשווקה לאלוקות, שזהו תענוג גדול. משתמטים מתפילה באריכות. אבל לא יכולים להשתמט מזה'..

ספר השיחות תש"א, עמודים 53-48

'אחר שלובשים הטלית ותפילין טוב לחשוב קודם התפילה איזה עניין בדא"ח כחצי שעה או יותר.. ולפעמים טוב לעשות כזה גם קודם ברכת 'יוצר'.

'קונטרס התפילה' אות י"א

שאו מרום עיניכם
תוכנית הידאו של חב"ד

הרב אליעזר מישלובין

התפילה באריכות - ביטוי לאהבה ולבביות

הזמן הכי חשוב במהלך היום..

ההכנה לתפילה חשובה מאוד בשביל תפילה טובה ואיכותית. עיקר ההכנה זה לימוד חסידות 'אליבא דנפשיה', והתבוננות בעניין בחסידות לפני תפילה. כמובן שכגודל אריכות ההעמקה וההתבוננות, כך ההרגשה של הקדוש ברוך הוא בתפילה תהיה חזקה ומורגשת יותר. וכפי שכתוב בספר ה'תניא', שניתן להגיע לחיבור כה חזק בהתבוננות, עד כדי כך שהוא ממש כמו 'רואה' אלוקות. כל אחד לפי יכולתו.

חשוב לשים לב גם כפשוט, לא לעשות 'הפסק' בין הלימוד וההתבוננות לתפילה, עם דיבורים בטלים וכדומה, אלא לגשת בהמשך ישיר לעבודת התפילה. הניגון באריכות התפילה מעניק תשומת לב והתמקדות כפולה ומכופלת לתוכן המילים, וכן נותן אפשרות להתבוננות בהעמקת תוכן מילות התפילה לפי החסידות. זה מרומם ומעצים את התפילה למקום נעלה יותר. צריך להפנים ששעת התפילה, היא הזמן הכי חשוב ביום.

לראשונה בהיסטוריה!

המדריך המעשי לתפילה בתקופתנו

עכשיו זה פשוט ונגיש

3 ספרים איכותיים
100 רבנים מדורכים
1000 עמודים גדושים

סדרת הספרים
'עבודת התפילה כבוד השביעי'
מחווה מדריך מעשי להנגשת הרכיבים לגשת לתפילה, במשנת חסידות חב"ד ליובאוויטש, בצורה מותאמת עבור תקופה זו

הספר גורש בהרבות מטובי הרבנים והמשפיעים מרחבי תבל, שמבארים את סדר השלבים לתקופת המוסלם והתפילה, בטוהב קולית שזה לכל נפש, מתובל בלקט מדברי רבותינו נשיאנו

לצמיח המשו ברשת
תוכנית הידאו של חב"ד
שאו מרום עיניכם

לחצו על התקשרו
קו הטלפון של חב"ד
073.3183.588

שלוחה 2

עולם החסידות בעידן חדש.

אתר תוכן איכותי בעיצוב חדשני
ובנישנות מירבית לעבודת השם
בדרך תורת חסידות חב"ד

יחי אדוננו מורנו ורבינו מלך המשיח ועד לעולם ועד

להלכות חסידות
 מטה להקצת עבודת השם כבוד השפיות חב"ד
 למחלקת המודעות
LZMH20@GMAIL.COM

מעוניין להיות שותף בהפצת המגזין?
 דרושים פעילים ברחבי הארץ ובעולם - שלחו הדעה במייל
LZMH20@GMAIL.COM
 לתרומות והקדשות
 שלחו הודעת 'וואצפ' למספר +9725.4683.2770 או לאימייל
L6CH170@GMAIL.COM

