

**לחיות במכוון**  
**Living Intentionally**  
 הרב מואיז נבון

**שמות פרק לה, לג - לעשות בכל מלאכת מחשבת:**

**רש"ר הירש שמות פרשת ויקהל פרק לה פסוק לג**

(לג) מלאכת מחשבת, כמשמעה: מלאכה שיש בה משום מחשבה. הרי זה הביטוי המיוחד הנותן סימן במהותו העיקרית של מיכלול העשייה שבאה לכלל אומנות התקנתו של המשכן, ולפיכך הוא קובע גם את מושג המלאכות האסורות שבת שמשפטן, כידוע, כמשפט מלאכת המשכן (עיי פיי לעיל לה, א - ב). בכך נקבעת מלאכת האדם, במלוא משמעותה, כהגשמתה הייצרנית המודעת של המחשבה על ידי מיומנות אדם.

*Thereby human melacha in its highest power is described as the conscious creative realization of a thought, by human skill.*

גבי מושג המלאכה בדיני שבת נובע מכך, ש"מתעסק" (בלא ידיעה) אינו בכלל "מלאכת מחשבת", וכן "דבר שאינו מתכוין" (ללא כוונה), "מלאכה שאינה צריכה לגופה" (ללא כוונה לגבי התוצר העיקרי), "כלאחר יד" (שלא בדרך העשייה הרגילה), ו"מקלקל" (פעולה הרסנית ולא יצרנית) - כל אלה אינם כלולים במשמעותו המלאה של מושג המלאכות האסורות בשבת (עיי חורב, פרק כא).

**An Intentional Life, Leo Babauta**

Many of us go through our days awake, but following patterns we've developed over the years. We are going through the motions, doing things at home, online, at work without much forethought. Contrast this with the idea of an Intentional Life: everything you do is done with consciousness, fulfilling one of your core values (compassion, for example). Everything is done with a conscious intent.

It's true that many things we do have some kind of intent — I'm washing the dishes because I don't want a messy house or bugs in my kitchen; I'm driving to work because I need to make a living; ... What if you washed the dishes, but first said you are doing this as a service to your family, to make them happy, and as a form of meditation for yourself, to practice mindfulness? Doing the dishes would suddenly take on much more importance, and would cease to be boring. The only difference is intention.

What if driving to work was done after mentally declaring an intention to help others at work, to make people happy, to find satisfaction through work? The drive might be much happier, and you might be less likely to get irate when someone inevitably cuts you off in traffic.

*This is the Intentional Life.*

**משנה מסכת אבות פרק ב רבי יוסי אומר... וכל מעשיך יהיו לשם שמים:**

**רבי מתתיהו היצהרי [ספרד, 1400] על אבות פרק ב משנה יב**

שכל מעשיו יהיו לשם שמים... ומה שנראה מדברי הרמב"ם ז"ל (שמונה פרקים ...) הוא שכל הפעלים צריך האדם לעשותם לתכלית מה. והתכלית ההוא צריך שיהיה נכבד וחשוב, ואז תהיה הפעולה נכבדת, תביא האדם אל השלימות. על דרך משל, אוכל ואשתה כדי שאהיה בריא לעשות מצות התורה וביאורה. וכן אישן מעט לנוח מיגיעותי. וכן במשגל, לקיים פריה ורביה, ויהיו לו בנים עוסקים בתורה ובמצות... כתב הרמב"ן... (דברים ו, יג), אמרו בבראשית רבה (ט, ח): והנה "טוב מאוד" (בראשית א, לא) זו שינה, וכי שינה טוב היא, מתוך שאדם ישן קימעה הוא עומד ועוסק בתורה. נתכוון בכל צרכי הגוף למקרא שכתוב אהללה את ה' בחיי אזמרה לאלהי בעודי (תהלים קמו, ב), ע"כ. כלומר שתכלית האדם הוא לכוין כל מעשיו ומחשבותיו בהלל ה', וזה בשישתדל לעיין בנפלאותיו. וישתדל בפעולות הכלל כי הוא חפצו, כמו שאמר הנביא (עשה) חסד (ו) משפט וצדקה בארץ כי באלה חפצתי (ירמיהו ט, כג) וגו'.

**פירוש רבינו יונה על אבות פרק ב משנה יב**

וכל מעשיך יהיו לשם שמים - אפי' דברים של רשות כמו האכילה והשתיה והשיבה והקימה וההליכה והשכיבה והתשמיש והשיחה וכל צרכי גופך יהיו כולם לעבודת בוראך או לדבר הגורם עבודתו...

~ לחיות בכוונה ... בפועל ~

## שמות פרק לט

(א) ... ויעשו את בגדי הקדש אשר לאהרו **כאשר צוה יקוק את משה** : פ

### אור החיים שמות פרק לט פסוק א

שהיו אומרים בשעת המלאכה "הרי אנו עושים דבר זה 'כאשר צוה ה' את משה'."

### מנחת אשר, משות ס"ח, כוונה ודיבור במצוות

... הנה מבואר בדברי האור החיים שלא רק מחשבת לשמה חשבו עושי המשכן אלא אף אמרו בפייהם... ויש לעיין מצד איזה מגדרי הכוונה נהגו כן אם מצד כוונת המצוה שהיא "מצוות צריכות כוונה", או מצד דין לשמה, דהלא מבואר ברמב"ם פ"א מבית הבחירה דצריך לעשות כלי המקדש לשם המקדש...  
... וביאור הדבר נראה, דשאני גדר לשמה מגדר כוונת המצוה, דגדר לשמה בחפצא הוא, דצריך שיהיה [החפצא] מיוחד ומזומן לשם המצוה, וייוחד זה אפשר דאין בו די במחשבה אלא צריך דיבור, אבל כוונת המצוה חובת הגברא היא בינו לבין קונו ובמחשבה סגי ליה.

### שפתי חכמים דברים פרשת כי תבוא פרק כו פסוק יג אות ט

... ברכות על המצות אינו אלא מדרבנן :

~ לשם מצוות ... ~

### ציצית: שולחן ערוך אורח חיים הלכות ציצית סימן יא

החוטין, צריך שיהיו טוויין לשמן... שיאמר בתחלת הטווייה שהוא עושה כן לשם ציצית, או שיאמר לאשה: טווי לי ציצית לטלית; ואם לא היו טוויין לשמן, פסולים.

### סת"ם: שולחן ערוך אורח חיים הלכות תפילין סימן לב

סעיף ח - צריך הקלף להיות מעובד בעפצים או בסיד, וצריך שיהיה מעובד לשמו. טוב להוציא בשפתיו בתחלת העיבוד, שהוא מעבדו לשם תפילין או לשם ספר תורה. אבל אם עיבדה לשם מזוזה, פסול.  
סעיף יט - בתחלת הכתיבה יאמר בפיו: אני כותב לשם קדושת תפילין. מלבד זה, בכל פעם שכותב אזכרה, צריך לומר שכותב לשם קדושת השם. הגה: וי"א דסגי כשמחשב שכותב האזכרות לשמן, הואיל והוציא בתחלת הכתיבה בפיו, סגי בהכי (הרא"ש הי"ת וס"ת וטור יורה דעה וא"ח). ויש להקל בדיעבד. וכשבא לנמנם לא יכתוב, דאינו כותב אז בכוונה (א"ז).  
**שולחן ערוך יורה דעה הלכות ספר תורה סימן רעא סעיף א**  
... וצריך שיהו העורות מעובדין על ידי ישראל לשם ספר תורה, שיאמר בתחילת העיבוד כשמשים אותם לתוך הסיד: עורות אלו אני מעבד לשם ספר תורה...  
**שולחן ערוך יורה דעה הלכות ספר תורה סימן רעד סעיף א**  
צריך שיאמר הסופר כשיתחיל לכתוב: ספר זה אני כותב לשם קדושת ספר תורה. ומספיק לכל הספר.

### מצה: שולחן ערוך אורח חיים הלכות פסח סימן תנו סעיף א

... הגה: ולא ידחק הקמח במדה, דא"כ לא ילוש יפה. וטוב לומר בשעת נתינת הקמח למדה, שעושה לשם מצוה (מהר"ל). **פרי מגדים (אשל אברהם ס"ק ד)** מה שכתב הר"ב טוב לומר וכו', כן כתב במטה משה סימן תקע"ז הן בשאיבת המים והנתינה לקמח וכל עסקיה לומר לשם מצות מצוה,

### שופר: שולחן ערוך אורח חיים הלכות ראש השנה סימן תקפט סעיף ח

המתעסק בתקיעת שופר להתלמד, לא יצא ידי חובתו; וכן השומע מן המתעסק, לא יצא; וכן התוקע לשורר ולא נתכוון לתקיעת מצוה, לא יצא. נתכוון שומע לצאת ידי חובתו, ולא נתכוון התוקע להוציאו; או שנתכוון התוקע להוציאו ולא נתכוון השומע לצאת, לא יצא ידי חובתו עד שיתכוון שומע ומשמיע.

ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם אשר קדשנו במצותיו וצונו לשמוע קול שופר:

### סוכה: שולחן ערוך אורח חיים הלכות סוכה סימן תרלה

סוכה, אף על פי שלא נעשית לשם מצוה, כשרה; והוא שתהיה עשויה לצל,

ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם. אשר קדשנו במצותיו. וצונו לישב בסוכה:

**לולב:** ברוך אתה ה' אלוהינו מלך העולם אשר קדשנו במצותיו וצונו על נטילת לולב:

### משלי פרק ג (ו) בְּכֹל דְרָכֶיךָ דַּעְהוּ וְהוּא יְיָשֵׁר אַרְחֶתֶיךָ:

**מצות דוד משלי פרק ג פסוק ו** (ו) בכל דרכיך - בכל ענייניך דע את ה' ר"ל תן דעתך לחשוב לעשות מעשיך למען יבוא בדבר תועלת לקיים דבר ה' ואז הוא יוליכך באורח מישור ותצליח בה: