

הלבבות תפלה פרק ה

א. שמונה דברים, צריך המתפלל להזהר בהן ולעשותן; ואם היה דחוק, או נאנס, או שעבר ולא עשה אותן אינן מעכבין. ואלו הן עמידה, ונכח המקדש, ותקון הגוף, ותקון המלבוש, ותקון המקום, והשוית הקול, והפריעה, והשתחויה.

ב. עמידה כיצד: אין מתפללין אלא מעומד. היה יושב בספינה או בעגלה אם יכול לעמד, יעמד; ואם לאו, ישב במקומו ויתפלל. חולה מתפלל, אפלו שוכב על צדו והוא שיכול לכוון את דעתו. וכן הצמא והרעב, הרי הן בכלל חולים אם יש בו יכולת לכוון את דעתו, יתפלל; ואם לאו, אל יתפלל עד שיאכל וישתה. היה רוכב על הבהמה אף על פי שיש לו מי שיאחז בהמתו, לא ירד, אלא ישב במקומו ומתפלל, כדי שתהא דעתו מישבת עליו.

ג. נכח המקדש כיצד: היה עומד בחוצה לארץ, מחזיר פניו נכח ארץ ישראל ומתפלל; היה עומד בארץ, מכוון פניו כנגד ירושלים; היה עומד בירושלים, מכוון פניו כנגד המקדש; היה עומד במקדש, מכוון פניו כנגד בית קדש הקדשים. סומה, ומי שאינו יכול לכוון את הרוחות, והמהלך בספינה יכוון את לבו כנגד השכינה, ויתפלל.

ד. תקון הגוף כיצד: כשהוא עומד בתפלה, צריך לכוון את רגליו זו בצד זו; ונותן עיניו למטה, כאלו הוא מביט לארץ; ויהיה לבו פנוי למעלה, כאלו הוא עומד בשמים; ומניח ידיו על לבו כפותין, הימנית על השמאלית. ועומד כעבד לפני רבו, באימה ויראה ופחד. ולא יניח ידיו, על חלציו.

ה. תקון המלבוש כיצד: מתקן מלבושיו תחלה, ומצין עצמו ומהדר, שנאמר "השתחו לו", בהדרת-קדש" (דברי הימים א טז, כט; תהילים כט, ב; תהילים צו, ט). ולא יעמד לתפלה באפנדותו, ולא בראש מגלה. ולא ברגלים מגלות, אם דרך אנשי המקום שלא יעמדו לפני גדולים אלא בבית הרגלים. ובכל מקום, לא יאחז תפלין בידו או ספר תורה בזרועו, מפני שלבו טרוד בהן; ולא יאחז מעות וכלים בידו. אבל מתפלל הוא בלולב בידו בימות החג, מפני שהיא מצות היום.

ו. היה משאוי על ראשו, והגיע זמן התפלה אם היה פחות מארבעת קבין מפשילו לאחוריו, ומתפלל; היה ארבעת קבין מניחו על גבי קרקע, ואחר כך יתפלל. דרך כל החכמים ותלמידיהם, שלא יתפללו אלא כשהן עטופין.

ז. תקון המקום כיצד: יעמד במקום נמוך, ויחזיר פניו לפותל. וצריך לפתח חלונות או פתחים, כנגד ירושלים, כדי להתפלל כנגדן, שנאמר "וכוין פתיחין לה בעליתה, נגד ירושלים" (ראה דניאל ו, יא). וקובע מקום לתפלתו, תמיד. ואין מתפללין, בחרכה; ולא לאחורי בית הכנסת, אלא אם פן החזיר פניו לבית הכנסת. ואסור לישוב בצד העומד בתפלה, או לעבר לפניו עד שירחיק ממנו ארבע אמות.

ח. לא יעמד במקום גבוה שלושה טפחים או יתר, ויתפלל; ולא על גבי מטה, ולא על גבי ספסל, ולא על גבי כסא. היה בננין גבוה אם יש בו ארבע אמות על ארבע אמות, שהוא שעור

הַבִּית הָרִי הוּא כְּעֵלֶיהָ, וּמִתֵּר לְהַתְּפַלֵּל בּוֹ. וְכֵן אִם הָיָה מִקֶּרֶךְ
מִחֲצָה מִכָּל רוּחוֹתָיו אָף עַל פִּי שְׁאִין בּוֹ אַרְבַּע אַמּוֹת, מִתֵּר
לְהַתְּפַלֵּל בּוֹ, מִפְּנֵי שְׁאִין גְּבָהוּ נֹכַר, שֶׁהָרִי חָלַק רִשּׁוֹת לַעֲצָמוֹ.

ז. הָאֲמִנִּין שֶׁהָיוּ עוֹשִׂין בְּרֹאשׁ הַכּוֹתֵל אוֹ בְּרֹאשׁ הָאֵילָן, וְהִגִּיעַ
זְמַן תְּפִלָּה יוֹרְדִין לַמָּטָה וּמִתְּפַלְּלִין, וְחוֹזְרִין לַמְּלָאכָתָן; וְאִם
הָיוּ בְּרֹאשׁ הַזֵּית אוֹ בְּרֹאשׁ הַתְּאֵנָה מִתְּפַלְּלִין בְּמִקְוָמָן, מִפְּנֵי
שֶׁטָּרְחָן מְרֻבָּה. וְיָמָּה הֵן מִתְּפַלְּלִין אִם הָיוּ עוֹשִׂין בְּסֻעֻדָּתָן
בְּלִבָּד, מִתְּפַלְּלִין שְׁלוֹשׁ תְּפִלוֹת שְׁלֹשָׁה עֲשָׂרָה בְּרֻכּוֹת; הָיוּ
עוֹשִׂין בְּשִׁכְרָן, מִתְּפַלְּלִין הִבִּינָנוּ. וּבֵין כֶּךָּ וּבֵין כֶּךָּ, אֵין יוֹרְדִין
לִפְנֵי הַתֵּבָה, וְאֵין נוֹשְׂאִין אֶת כַּפֵּיהֶן.

י. הַשְּׁוִית הַקּוֹל כִּיצַד: לֹא יִגְבִּיָּה קוֹלוֹ בְּתַפְּלָתוֹ, וְלֹא יִתְּפַלֵּל
בְּלִבּוֹ אֶלָּא מִחֲתָךְ הַדְּבָרִים בְּשִׁפְתָיו, וּמִשְׁמִיעַ לְאָזְנוֹ בְּלִחָשׁ.
וְלֹא יִשְׁמִיעַ קוֹלוֹ, אֶלָּא אִם כֵּן הָיָה חוֹלָה; אוֹ שְׁאִינוֹ יָכוֹל לִכְוֹן
אֶת לִבּוֹ, עַד שִׁישְׁמִיעַ קוֹלוֹ הָרִי זֶה מִתֵּר: וּבְלִבָּד שְׁלֹא יִהְיֶה
בַּצָּבוֹר, כְּדֵי שְׁלֹא תִטָּרֵף דַּעְתָּן מִקּוֹלוֹ.

יא. כְּרִיעָה כִּיצַד: הַמִּתְּפַלֵּל כּוֹרֵעַ חֲמֵשׁ כְּרִיעוֹת בְּכָל תְּפִלָּה
וּתְפִלָּה בְּכֻרְכָּה רִאשׁוֹנָה בְּתַחֲלָה וּבִסּוֹף, וּבִהְיוֹדְיָה בְּתַחֲלָה וּבִסּוֹף.
וְכִשְׁגֻּמֵּר הַתְּפִלָּה, כּוֹרֵעַ וּפּוֹסֵעַ שְׁלוֹשׁ פְּסִיעוֹת לְאַחֲרָיו כְּשֶׁהוּא
כוֹרֵעַ; וְנוֹתֵן שְׁלוֹם מִשְׁמָאל עֲצָמוֹ, וְאַחֵר כֶּךָּ מִיָּמִין עֲצָמוֹ, וְאַחֵר
כֶּךָּ מִגְּבִיָּה רִאשׁוֹ מִן הַכְּרִיעָה. וְכִשְׁהוּא כּוֹרֵעַ בְּאַרְבַּע הַכְּרִיעוֹת,
כוֹרֵעַ בְּכָרוֹךְ; וְכִשְׁהוּא זוֹקֵף, זוֹקֵף בִּשְׁם. בְּמָה דְּבָרִים אֲמוּרִים,
בְּהִדְיוּט. אֲבָל כּוֹהֵן גָּדוֹל כּוֹרֵעַ בְּתַחֲלַת כָּל בְּרֻכָּה, וּבִסּוֹף כָּל
בְּרֻכָּה; וְהַמֶּלֶךְ כִּיּוֹן שִׁשְׁחָה בְּרִאשׁוֹנָה, אֵינוֹ מִגְּבִיָּה רִאשׁוֹ עַד
שְׁגֻמֵּר תְּפִלָּתוֹ.

יב. וְלָמָּה נוֹתֵן שְׁלוֹם לְשִׁמְאֵלוֹ תַּחֲלָה, מִפְּנֵי שֶׁשְׁמָאלוֹ הִיא
יָמִין שְׁכַנְגָד פָּנָיו: כְּלוּמַר שֶׁהוּא עוֹמֵד לִפְנֵי הַמֶּלֶךְ, נוֹתֵן שְׁלוֹם
לְיָמִין הַמֶּלֶךְ וְאַחֵר כֶּךָּ לְשִׁמְאֵל הַמֶּלֶךְ; וְקִבְּעוֹ שִׁיפְטֵר מִן
הַתְּפִלָּה, כִּמוֹ שֶׁיְהִיוּ נִפְטָרִין מִלִּפְנֵי הַמֶּלֶךְ.

יג. כָּל הַכְּרִיעוֹת הָאֵלוֹ צָרִיךְ שִׁיכְרַע בָּהֶן עַד שִׁיתְּפַקְּפוּ כָּל
חֲלִיּוֹת שְׁבִשְׁדָּרָה, וַיַּעֲשֶׂה כְּקֶשֶׁת; וְאִם שָׁחָה מְעַט וַצָּעַר עֲצָמוֹ,
וְנִרְאָה כְּכוֹרֵעַ בְּכָל כּוֹחוֹ אֵינוֹ חוֹשֵׁשׁ.

יד. הַשְּׁתַּחֲוִיָּה כִּיצַד: אַחֵר שֶׁמִּגְּבִיָּה רִאשׁוֹ מִכְּרִיעָה חֲמִישִׁית,
יוֹשֵׁב לְאַרְץ, וְנוֹפֵל עַל פָּנָיו אֲרָצָה, וּמִתְּחַנֵּן בְּכָל תַּחֲנוּנִים
שִׁירָצָה. כְּרִיעָה הָאֲמוּרָה בְּכָל מָקוֹם, עַל בְּרָפִים; קִדָּה, עַל
אֲפִים; הַשְּׁתַּחֲוִיָּה זֶה פֶּשׁוּט יָדַים וְרַגְלִים, עַד שֶׁנִּמְצָא מִטָּל עַל
פָּנָיו עַל הָאֲרֶץ.

טו. כְּשֶׁהוּא עוֹשֶׂה נְפִילַת פָּנִים אַחֵר תְּפִלָּה, יֵשׁ מִי שֶׁהוּא
עוֹשֶׂה קִדָּה, וַיֵּשׁ מִי שֶׁהוּא עוֹשֶׂה הַשְּׁתַּחֲוִיָּה; וְאִסּוּר לַעֲשׂוֹת
הַשְּׁתַּחֲוִיָּה עַל הָאֲבָנִים אֶלָּא בְּמִקְדָּשׁ, כִּמוֹ שֶׁבְּאַרְנוֹ בְּהִלְכוֹת
עֲבוּדָה זָרָה. וְאֵין אָדָם חָשׁוֹב רָשָׁאי לִפְלֵעַל פָּנָיו, אֶלָּא אִם כֵּן
הוּא יוֹדֵעַ בְּעֲצָמוֹ שֶׁהוּא צָדִיק כִּיהוֹשׁוּעַ; אֲבָל מָטָה הוּא פָּנָיו
מְעַט, וְאֵינוֹ כּוֹבֵשׁ אוֹתוֹ בְּקִרְקַע. וּמִתֵּר לְאָדָם לְהַתְּפַלֵּל בְּמָקוֹם
זֶה, וְלִנְפֹּל עַל פָּנָיו בְּמָקוֹם אַחֵר.

טז. מִנְהַג פֶּשׁוּט בְּכָל יִשְׂרָאֵל, שְׁאִין נְפִילַת פָּנִים בְּשַׁבָּתוֹת
וּבְמוֹעֲדוֹת, וְלֹא בְּרֹאשׁ הַשָּׁנָה, וְלֹא בְּרֹאשֵׁי חֳדָשִׁים וּבַחֲנֻכָּה
וּפּוּרִים, וְלֹא בְּמִנְחָה שְׁלֹעֲרֵבִי שַׁבָּתוֹת וַיָּמִים טוֹבִים, וְלֹא

בְּעֶרְבִית שְׂבָכָל יוֹם. וַיֵּשׁ יְחִידִים שְׁנוּפְלִין עַל פְּנֵיהֶם, בְּעֶרְבִית.
וּבְיוֹם הַכַּפּוּרִים בְּלֶבֶד, נוֹפְלִין עַל פְּנֵיהֶם בְּכָל תְּפִלָּה וְתַפְלָה,
מִפְּנֵי שֶׁהוּא יוֹם תַּחֲנָה וּבִקְשָׁה וְתַעֲנִית.