

Tachanun

Two Conceptual Models and their Halakhic Implications

R. Yonatan Cohen, CBI

1. Maimonides, *Mishneh Torah, Hilkhos Tefilah* 5:13-14

Halacha 1

A person who prays must be careful to tend to [the following] eight matters. [However,] if he is pressured, confronted by circumstances beyond his control, or transgresses and does not attend to one them, they are not of absolute necessity. They are: 1) standing; 2) facing the Temple; 3) preparation of his body; 4) proper clothing; 5) proper place; 6) control of his voice; 7) bowing; and 8) prostration [*hishtachavaya*].

Halacha 13

Prostration, what is implied?

After one lifts his head from the fifth bow, he sits on the ground, falls with his face towards the earth, and utters all the supplications that he desires.

"Kneeling" always refers to [falling to] one's knees; "bowing," to bending over on one's face; and "prostration," to stretching out on one's hands and feet until he is flat with his face on the ground.

Halacha 14

When uttering the supplication after the *Amidah*, there are those who bow and there are those who prostrate themselves.

It is forbidden to prostrate oneself on stones except in the Holy Temple, as we have explained in *Hilchos Avodat Kochavim*.

An important person is not permitted to fall on his face unless he is certain that he is as righteous as Yehoshua. Rather, he should tilt his face slightly, but not press it to the ground.

One may pray in one place and offer this supplication in another 011215. It is an accepted custom among the entire Jewish people not to utter the supplication on Sabbaths or festivals. Nor [does one utter it] on Rosh Hashanah, Rosh Chodesh, Chanukah or Purim or in Minchah on the eve of Sabbaths or holidays, nor in the Evening Prayer of any day. There are [however,] individuals who do utter the supplication in the Evening Prayer.

On Yom Kippur only, one utters the supplication prayer in every prayer, since it is a day of supplication, requests, and fasting.

רמב"ם הלכות תפילה ונשיאת כפים פרק ה

הלכה א

שמונה דברים צריך המתפלל להזהר בהן ולעשותן, ואם היה דחוק או נאנס או שעבר ולא עשה אותן אין מעכבין, ואלו הן: עמידה, ונוכח המקדש, ותקון הגוף, ותקון המלבושים, ותקון המקום, והשוויית הקול, והכריעה, והשתחויה.

הלכה יג

השתחויה כיצד אחר שמגביה ראשו מכריעה חמישית ישב לארץ ונופל על פניו ארצה ומתחנן בכל התחנונים שירצה, כריעה האמורה בכל מקום על ברכים, קידה על אפים, השתחויה זה פישוט ידים ורגלים עד שנמצא מוטל על פניו ארצה.

הלכה יד

כשהוא עושה נפילת פנים אחר תפלה יש מי שהוא עושה קידה ויש מי שהוא עושה השתחויה ואסור לעשות השתחויה על האבנים אלא במקדש כמו שבארנו בהל' עבודת כוכבים ואין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו אלא א"כ הוא יודע ק בעצמו שהוא צדיק כיהושע אבל ב מטה פניו מעט ואינו כובש אותן בקרקע, ומותר לאדם להתפלל במקום זה וליפול על פניו במקום אחר/+. השגת הראב"ד/ ואין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו אלא אם כן יודע בעצמו שהוא צדיק כיהושע. א"א בירושלמי ובלבד יחיד על הציבור ואית דגרסי ובלבד יחיד בציבור עכ"ל +.

2. משנה מסכת תמיד פרק ז

משנה ג

בזמן שכהן גדול רוצה להקטיר היה עולה בכבש והסגן בימינו הגיע למחצית הכבש אחז הסגן בימינו והעלהו הושיט לו הראשון הראש והרגל וסמך עליהם וזרקן הושיט השני לראשון שתי הידים נותנן לכהן גדול וסמך עליהם וזרקן נשמת השני והלך לו וכך היו מושיטין לו שאר כל האיברין והוא סומך עליהן וזורקן ובזמן שהוא רוצה הוא סומך ואחרים זורקין בא לו להקיף את המזבחה מהיכן הוא מתחיל מקרן דרומית מזרחית מזרחית צפונית מערבית מערבית דרומית נתנו לו יין לנסך הסגן עומד על הקרן והסודרים בידו ושני כהנים עומדים על שלחן החלבים ושתי חצוצרות של כסף בידם תקעו והריעו ותקעו באו ועמדו אצל בן ארזא אחד מימינו ואחד משמאלו שחה לנסך והניף הסגן בסודרין והקיש בן ארזא בצלצל ודברו הלויים בשיר הגיעו לפרק תקעו והשתחוו העם על כל פרק תקיעה ועל כל תקיעה השתחויה זה הוא סדר התמיד לעבודת בית אלהינו יהי רצון שיבנה במהרה בימינו אמן :

ד"א ואתחנן זה שאמר הכתוב (דניאל ב) והוא מהשנא עדניא וזמניא וגו' אמר רבי אבין למה הדבר דומה למלך שהיה לו אהוב והוא ממנה דוכסי' ואיפרכין ואיסטרטליטין לאחר ימים ראו אותו שהיה מבקש מן השוער ליכנס לפלטיין ואינו מניח לו היו הכל תמהין ואומרין אתמול היה ממנה דוכסין ואיפרכין ואסטרטליטין ועכשיו הוא מבקש מן השוער ליכנס לפלטיין ואינו מניח לו אמרו לו שעתא עברת, כך משה גזור על הקב"ה והוא מקיים קומה ה' שובה ה' ואם בריאה יברא ה' אם נברא לה פה מששת ימי בראשית הרי מוטב ואם לאו יברא ה' ועכשיו מתחנן ומתחבט ליכנס לארץ ישראל ואינו מתקבל שעתא עברת בעת ההיא לאמר .

4. Barbara Gali, *The Sub-themes of Revelation*, Notes Responding to Rosenzweig

But even in the severest of suffering, even in the direst need to speak, the would-be spontaneity of speaking to God can just as suddenly become a muteness of hesitation, a sudden fear: How do “I,” a puny “I”, approach “him”? The need to utter a fervent prayer in all spontaneity can dissolve into desperately deliberating the propriety of initiating speech with God. Experience testifies, therefore, that the question of who begins divine-human conversations is not at all theoretical. “Rather,” as Rosenzweig writes in the note to “Heimkehr” (“Homecoming”), “it is a real question of the real heart of the human... The real question emerges because the human always senses his own lack of power whenever he stands before God, and thus necessarily must await and request the first step from God. And yet at the same time he hears that which he cannot help but hear: that God demands the first step from him, from the human” (180/49).

5. R. Daniel Landes, *My People’s Prayer Book*, p. 19

The Rov (R. Joseph Soloveitchik, 1903-1993) did *n’filat apayim* even without them (i.e. the presence of the Holy ark and a Torah), relying upon Maimonides, who sees *Tachanun* as the concluding prayer of the *Amidah* and, therefore, obligatory, regardless of the presence or absence of sacred articles, which Maimonides never mentions in connection with the prayer.

6. Tur, OH 131

The prayer leader says, “We know not what to do, etc.” The reason for this is that we prayed in every possible mode of prayer—sitting, standing, and prostrating, just as Moses had done. As it says: “And I sat atop the mountain for forty days and forty night” (Deut. 9:9), “And I stood atop the mountain, as I did the first time, forty days and forty night” (Deut. 10:10), “When I lay prostrate before the Lord those forty days and forty night” (Deut. 9:25). Since we prayed in every possible way, we say “We know not what to do.”

טור אורח חיים סימן קלא

ואומר ש"צ ואנחנו לא נדע וגו' והטעם לפי שהתפללנו בכל ענין שיוכל אדם להתפלל בישיבה ובעמידה ובנפילת אפים כאשר עשה משה רבינו דכתיב ואשב בהר וכתוב ואנכי עמדתי בהר וגו' ואתנפל לפני ה' ומאחר שאין בנו כח להתפלל בענין אחר אנו אומרים ואנחנו לא נדע.

7. Kolbo 19

The person then prostrates just as Moses had done. For it says: “And I sat atop the mountain for forty days and forty night” (Deut. 9:9) this refers to sitting. “And I stood atop the mountain, as I did the first time, forty days and forty night” (Deut. 10:10) this refers to standing. “When I lay prostrate before the Lord those forty days and forty night” (Deut. 9:25) this refers to prostrating. So too we have done all of these, the prayer leader says... “We know not what to do, etc”, meaning, after we have prayed in all of these modes, as it says “we know no what to do”, and our eyes are solely upon You.

ספר כלבו סימן יט

ונופל על פניו כמו שעשה משה רבינו ע"ה דכתיב (דברים ט, ט) ואשב בהר ארבעים יום וארבעים לילה זאת ישיבה, ואנכי עמדתי בהר (שם י, י) זו עמידה, ואתנפל לפני ה' (שם ט, יח) זו נפילת אפים, כך עשינו אנחנו כל אלה, ואומר החזן... ואנחנו לא נדע וכו' כלומר אחר שהתפללנו בכל מיני תפלה כמו שכתוב לא נדע מה נעשה עוד, רק עליך עינינו

8. Beit Yosef OH 123:3

The three steps before the *Amidah* correspond to the three *millin* that Israel distanced from Mt. Sinai. An alternate explanation found in *haggadah* is that Moses of blessed memory entered darkness, clouds, and fog, upon encountering the presence of God, and when he went out, we went out of these three elements. Thus, we too take three steps.

**בית יוסף אורח חיים סימן כג אות ג ד"ה
וכתוב בהגהות**

ש'לש פסיעות שלאחר התפילה כנגד שלשה מילין שרחקו ישראל מהר סיני בשעת מתן תורה ועוד נמצא בהגדה שמשה רבינו ע"ה נכנס בחושך ענן וערפל לפני הקב"ה וכשיצא יצא מאלו השלשה ולכך אנו עושים שלש פסיעות

9. Deut. 9:9-10:11

9. When I was gone up into the mount to receive the tablets of stone, the tablets of the covenant which the Lord made with you, then I sat atop the mount forty days and forty nights, I did not eat bread nor drink water;

10. And the Lord delivered to me two tablets of stone written with the finger of God; and on them was written according to all the words, which the Lord spoke with you in the mount out of the midst of the fire in the day of the assembly

11. And it came to pass at the end of forty days and forty nights, that the Lord gave me the two tablets of stone, the tablets of the covenant.

12. And the Lord said to me, Arise, get down quickly from here; for your people, which you have brought out of Egypt, have corrupted themselves; they are quickly turned aside from the way which I commanded them; they have made themselves a molten image

13. Furthermore the Lord spoke to me, saying, I have seen this people, and, behold, it is a stiffnecked people;

14. Let me alone, that I may destroy them, and blot out their name from under heaven; and I will make of you a nation mightier and greater than they.

15. So I turned and came down from the mount, and the mount burned with fire; and the two tablets of the covenant were in my two hands.

16. And I looked, and, behold, you had sinned against the Lord your God, and had made yourselves a molten calf; you had turned aside quickly from the way which the Lord had commanded you.

17. And I took the two tablets, and threw them out of my two hands, and broke them before your eyes.

18. And I fell down before the Lord, as at the first, forty days and forty nights; I did not eat bread, nor drink water, because of all your sins which you sinned, in doing wickedly in the sight of the Lord, to provoke him to anger.

19. For I was afraid of the anger and hot displeasure, with which the Lord was angry against you to destroy you. But the Lord listened to me at that time also.

20. And the Lord was so very angry with Aaron that he was ready to destroy him; and I prayed for Aaron also the same time.

21. And I took your sin, the calf which you had made, and burned it with fire, and crushed it, and ground it very small, until it was as small as dust; and I threw its dust into the brook that descended from the mount.

...
24. You have been rebellious against the Lord from the day that I knew you.

דברים פרק ט

(ט) בעלתי הקרה לקחת לוחות האבנים לוחות הברית אשר פרת יקנו עמכם ואשב בקה ארבעים יום וארבעים לילה להם לא אכלתי ומים לא שתיתי:

(י) וימן יקנו אלי את שני לוחות האבנים כתבים באצבע אלהים ועליהם ככל הדברים אשר דבר יקנו עמכם בקה מתוך האש ביום הקהל:

(יא) ויהי מקץ ארבעים יום וארבעים לילה נתן יקנו אלי את שני לוחות האבנים לחות הברית:

(יב) ויאמר יקנו אלי קום רד מהר מזה כי שחת עמך אשר הוצאת ממצרים סרו מהר מן הדרך אשר צויתם עשו להם מסכה:

(יג) ויאמר יקנו אלי לאמר ראיתי את העם הזה והנה עם קשה ערף הוא:

(יד) הרה ממני ואשמידם ואמחה את שמם מתחת השמים ואעשה אותך לגוי עצום ורב ממנו:

(טו) ואפן וארד מן ההר והקרה בער באש ושני לוחות הברית על שתי ידי:

(טז) וארא והנה חטאתם ליקנו אלהיכם עשיתם לכם עגל מסכה סרתם מהר מן הדרך אשר צוה יקנו אתכם:

(יז) ואתפש בשני הלוחות ואשליכם מעל שתי ידי ואשברם לעיניכם:

(יח) ואתנפל לפני יקנו כראשנה ארבעים יום וארבעים לילה להם לא אכלתי ומים לא שתיתי על כל חטאתכם אשר חטאתם לעשות הרע בעיני יקנו להכעיסו:

(יט) כי גרתי מפני האף והחמה אשר קצר יקנו עליכם להשמיד אתכם וישמע יקנו אלי גם בפעם ההוא:

(כ) ובאחרון התאנף יקנו מאד להשמידו ואתפלל גם בעד אחרון בעת ההוא:

(כא) ואת חטאתכם אשר עשיתם את העגל לקחתי ואשרף אתו באש ואכלת אתו טחון היטב עד אשר דק לעפר ואשליך את עפרו אל הנהל הירד מן ההר:

...

(כד) ממרים הייתם עם יקנו מיום דעתי אתכם:

(כה) ואתנפל לפני יקנו את ארבעים היום ואת ארבעים הלילה אשר התנפלתי כי אמר יקנו להשמיד אתכם:

25. Thus I fell down before the Lord forty days and forty nights, as I fell down at the first; because the Lord had said he would destroy you.

26. I prayed therefore to the Lord, and said, O Lord God, destroy not your people and your inheritance, whom you have redeemed through your greatness, whom you have brought out of Egypt with a mighty hand.

27. Remember your servants, Abraham, Isaac, and Jacob; look not to the stubbornness of this people, nor to their wickedness, nor to their sin;

28. Lest the land from which you brought us out say, Because the Lord was not able to bring them into the land which he promised them, and because he hated them, he has brought them out to slay them in the wilderness.

29. Yet they are your people and your inheritance, which you brought out by your mighty power and by your stretched out arm.

Deut. 10

1. At that time the Lord said to me, Cut two tablets of stone like the first, and come up to me into the mount, and make an ark of wood.

2. And I will write on the tablets the words that were in the first tablets which you broke, and you shall put them in the ark.

3. And I made an ark of shittim wood, and cut two tablets of stone like the first, and went up to the mount, having the two tablets in my hand.

4. And he wrote on the tablets, according to the first writing, the ten commandments, which the Lord spoke to you in the mount out of the midst of the fire in the day of the assembly; and the Lord gave them to me.

5. And I turned myself and came down from the mount, and put the tablets in the ark which I had made; and there they are, as the Lord commanded me.

6. And the people of Israel took their journey from Beeroth Bnei-Jaakan to Mosera; there Aaron died, and there he was buried; and Eleazar his son ministered in the priest's office in his place.

7. From there they journeyed to Gudgodah; and from Gudgodah to Jotbathah, a land of streaming brooks.

8. At that time the Lord set apart the tribe of Levi, to carry the ark of the covenant of the Lord, to stand before the Lord to minister to him, and to bless in his name, to this day.

9. Therefore Levi has no part nor inheritance with his brothers; the Lord is his inheritance, according to what the Lord your God promised him.

10. And I stood atop the mount, according to the first time, forty days and forty nights; and the Lord listened to me at that time also, and the Lord would not destroy you.

11. And the Lord said to me, Arise, go on your journey before the people, that they may go in and possess the land, which I swore to their fathers to give to them.

10. Tosfot on Bava Kama 82a

“So that three days don't pass without [engagement in] Torah”—An alternate explanation is that Monday and Thursday were fixed following the *midrash's* explanation, according to which, Moses, of blessed memory, ascended [the mount] on Thursday to receive the second tablets and he ascended on Thursday, after God became appeased. Since these were days of good will, as demonstrated by that ascent and the

(כו) וְאֶתְפַּלֵּל אֶל יְקוֹק וְאָמַר אֲדֹנָי יְקוֹק אֵל תִּשְׁחַת עַמִּי וְנִחַלְתָּהוּ אֲשֶׁר פָּדִיתָ בְּגִדְלֶךָ אֲשֶׁר הוֹצֵאתָ מִמִּצְרַיִם בְּיַד חֲזָקָה:

(כז) זָכַר לְעִבְדֶיךָ לְאַבְרָהָם לְיִצְחָק וְלְיַעֲקֹב אֵל תִּפְּן אֵל קוֹשֵׁי הַעַם הַזֶּה וְאֵל רִשְׁעוֹ וְאֵל חַטָּאתוֹ:

(כח) כִּי יֹאמְרוּ הָאֲרָזִים אֲשֶׁר הוֹצֵאתָנוּ מִשָּׁם מִבְּלִי יְכֹלֶת יְקוֹק לְהַבְיֵאֵם אֶל הָאֲרָזִים אֲשֶׁר דָּבַר לָהֶם וּמִשְׁנֵאתוֹ אוֹתָם הוֹצִיאָם לְהַמְתֵּם בְּמִדְבָּר:

(כט) וְהֵם עַמִּי וְנִחַלְתָּהוּ אֲשֶׁר הוֹצֵאתָ בְּכַחַד הַגָּדֹל וּבְיָרְעָה הַנְּטוּיָה: פ

דברים פרק י

(א) בַּעַת הַהוּא אָמַר יְקוֹק אֵלַי פֶּסֶל לָךְ שָׁנִי לְיוֹחַת אֲבָנִים כְּרָאשֻׁנִים וְעֵלָה אֵלַי הִהְרָה וְעִשִׂיתָ לָךְ אֲרוֹן עֹץ:

(ב) וְאָכַתְבָּ עַל הַלְחָת אֵת הַדְּבָרִים אֲשֶׁר הָיוּ עַל הַלְחָת הַרְאשֻׁנִים אֲשֶׁר שִׁבַרְתָּ וְשָׁמַתָּם בְּאֲרוֹן:

(ג) וְאָעַשׂ אֲרוֹן עֲצֵי שִׁטִּים וְאָפְסַל שָׁנִי לְחַת אֲבָנִים כְּרָאשֻׁנִים וְאָעַל הִהְרָה וְשָׁנִי הַלְחָת בְּיָדֶי:

(ד) וְיָכַתְבָּ עַל הַלְחָת כַּמִּכְתָּב הַרְאשׁוֹן אֵת עֲשֻׁרַת הַדְּבָרִים אֲשֶׁר דָּבַר יְקוֹק אֵלֵיכֶם בְּהָר מְתוֹדֵי הָאָרֶץ בְּיוֹם הַקְּהָל וַיִּתְּנֶם יְקוֹק אֵלַי:

(ה) וְאָפֹן וְאָרַד מִן הַהָר וְאָשֵׁם אֵת הַלְחָת בְּאֲרוֹן אֲשֶׁר עֲשִׂיתִי וַיְהִי שֵׁם כְּאֲשֶׁר צִוִּנִי יְקוֹק:

(ו) וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל נָסְעוּ מִבְּאֵרַת בְּנֵי יַעֲקֹב מוֹסְרָה שֵׁם מֵת אֶהְרֹן וַיִּקְבְּרוּ שָׁם וַיִּכְהֶן אֶלְעָזָר בְּנוֹ תַחְתָּיו:

(ז) מִשָּׁם נָסְעוּ הַגִּדְגָדָה וּמִן הַגִּדְגָדָה יִטְבַּחְתָּה אֲרָזִים נְחֹלֵי מַיִם:

(ח) בַּעַת הַהוּא הִבְדִּיל יְקוֹק אֵת שִׁבְטֵי הַלְוִי לְשֵׂאת אֵת אֲרוֹן בְּרִית יְקוֹק לְעַמֹּד לְפָנָי יְקוֹק לְשָׁרְתוֹ וּלְכַרְתּוֹ בְּשִׁמּוֹ עַד הַיּוֹם הַזֶּה:

(ט) עַל כֵּן לֹא הָיָה לְלוֹוֵי חֶלֶק וּנְחִלָּה עִם אֶחָיו יְקוֹק הוּא נְחִלְתוֹ כְּאֲשֶׁר דָּבַר יְקוֹק אֵלַי לֵאמֹר:

(י) וְאֶנְכִי עֲמַדְתִּי בְּהָר כְּנִימִים הַרְאשֻׁנִים אֲרַבְעִים יוֹם וְאַרְבַּעִים לַיְלָה וַיִּשְׁמַע יְקוֹק אֵלַי גַּם בַּפֶּעַם הַהוּא לֹא אָבָה יְקוֹק הַשְׁחִיתָהוּ:

(יא) וַיֹּאמֶר יְקוֹק אֵלַי קוּם לָךְ לְמַסַּע לְפָנָי הַעַם וְנָבֵאוּ וַיִּרְשׁוּ אֵת הָאֲרָזִים אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי לְאַבְתָּם לְתַת לָהֶם: פ

תוספות מסכת בבא קמא דף פב עמוד א

כדי שלא ילינו ג' ימים בלא תורה - וא"ת מ"ש שתיקנו שני וחמישי וי"ל משום דאמר במדרש משה רבינו ע"ה = עליו השלום = עלה בחמישי לקבל לוחות האחרונות וירד בשני ונתרצה לו המקום ולפי שהיה עת רצון באותה

descend, Monday and Thursday became fixed.	עלייה וירידה קבעו בשני וחמישי
<p>11. Tur OH 134</p> <p>We add supplications on Monday and Thursday because these are days of good will, because Moses ascended the mount on Thursday for forty days in order to receive the second tablets, and he descended the mount on Monday... The prayer leader then stands, recites the <i>kaddish</i>, and takes out the <i>Sefer Torah</i>.</p>	<p>טור אורח חיים סימן קלד</p> <p>ומה שמוסיפין תחנונים בב' וה' לפי שהם ימי רצון לפי שמ' יום של קבלת לוחות אחרונות שהיו ימי רצון עלה משה רבינו ביום ה' וירד ביום ב'... ועומד ואומר קדיש עד לעילא ומוציא ס"ת...:</p>
<p>12. שולחן ערוך אורח חיים הלכות נשיאת כפים ונפילת אפים סימן קלא</p> <p>סעיף ב נפילת אפים מיושב ולא מעומד הגה: י"א דאין נפילת אפים אלא במקום שיש ארון וס"ת בתוכו, אבל בלא זה אומרים תחינה בלא כיסוי פנים, וכן נוהגים (ב"י בשם רוקח סי' שכ"ד) וחצר בהכ"נ הפתוח לבהכ"נ, (מהרי"ל) או בשעה שהצבור מתפללין אז אפי' יחיד בביתו אומר תחינה בנפילת אפים (ד"ע פי' אגור).</p>	