# מנורת המאור — נפילת אפים



נפילת אפים

ואחר שסיים ש"צ התפלה בקול רם, נופלים על פניהם ומתחננים. ויהיה כל אדם זהיר עד מאד בנפילת אפים, ויאמר בה מזמור לדוד אליך ה' נפשי אשא. ויש בה כ"ב פסוקים, כנגד כ"ב אותיות שבאלפא ביתא. וכל הזהיר במזמור הזה בנפילת אפים, ואומרו בכוונה בכל יום שיש בו נפילת אפים, ינצל מדינה של גיהנם. ורמז לדבר, שיש במזמור הזה כל האלפא ביתא חוץ משלש פסוקים, והם בו"ק, עולין בגימטריא למאה ושמונה, כמנין גיהנם. כלומר אין כאן גיהנם. וגרסי' במדרש יהי אור בוא וראה כשאדם מתפלל תפלתו בכוונה, במעשה טוב, שהיא התשובה, ובדיבור טוב, שהיא כוונת הלב, ויקבל עליו עול מלכות שמים ויתעטף בציצית ויניח תפלין, הרי זה מקבל פני שכינה. ואם יפגום תפלתו במעשה ובדיבור, ונמצא פגום למעלה ולמטה, אוי לו למי שפוגם את תפלתו, ועליו הכתוב אומר, כי תבאו לראות פני מי בקש זאת מידכם רמוס חצירי. וכיון שאדם מתפלל תפלתו כראוי, במעשה ובדיבור, הרי זה נדבק בעליונים, ומתברכין בשבילו עליונים ותחתונים, כדא' ויתפלל בעדו תמיד כל היום יברכנהו, וכתי' בתריה, ויחי ויתן לו מזהב שבא. כי התפלה היא עץ חיים. תפל"ה בגימטריא חמש מאות וחמשה עשר, ועץ חיים היא למחזיקים בה, ארבע מאות ותשעים וששה, ותשע עשרה ברכות שהיא התפלה בברכת המינין, הרי חמש מאות וחמשה עשר, כמנין תפלה. לפי' כשיסיים אדם תפלתו ופורש, כאלו פורש מעץ חיים ויקרב למות. לפיכך נופל אדם על פניו אחר תפלתו בפישוט ידים ורגלים, כמה דאתמר, ויאסוף רגליו אל המטה ויגוע ויאסף אל עמיו. ורזה דמלה, לפי שיש עונות שאין מתכפרין עד יום המיתה, כמה דאתמר, אם יכופר העון הזה לכם עד תמותון. ואדם שמתפלל שיתכפרו עונותיו, ולאחר שנדבק בעץ החיים, נופל על פניו כמת, כדי שיתכפרו כל עונותיו, כיצד. בתפלתו, שהיא עץ חיים, כבר נתכפרו לו עונותיו הראויים להתכפר מחיים, ובנפילת אפים, שדומה אדם למת, יתכפרו לו עונותיו הראויים להתכפר בשעת המיתה, והב"ה מרחם עליו. אשרי אדם שיודע לרצות להב"ה בתפלתו מעומד ובנפילת אפים. הרי שבנפילת אפים הב"ה מכפר עונותיו של אדם.

ואחר שמסיימין, אומר שליח צבור, אבינו מלכנו אבינו אתה, אבינו מלכנו אין לנו אלא אתה, אבינו מלכנו רחם עלינו, אבינו מלכנו חננו וענינו, כי אין בנו מעשים, עשה עמנו צדקה וחסד למען שמך והושיענו, ואנחנו לא נדע מה נעשה, כי עליך עינינו. והטעם, לפי שהתפללנו בכל ענין שיוכל אדם להתפלל, בישיבה ובעמידה ובנפילת אפים, כאשר עשה משה רבינו ע"ה, דכתי' (דברים ט, ט) ואשב בהר, הרי תפלה בישיבה, וכתי' (דברים י, י) ואנכי עמדתי בהר, הרי תפלה בעמידה, וכתי' (דברים ט, יח) ואתנפל לפני ה', הרי תפלה בנפילת אפים. והואיל שאין בנו כח להתפלל בענין אחר, אנו אומרים, ואנחנו לא נדע מה נעשה, כי עליך עינינו. ואבינו מלכנו רגילים לומר אותו

מימי ר' עקיבא. כדגרסי' במ' תענית פעם אחת גזרו תעניתא ולא נענו, ירד ר' עקיבא לפני התיבה ואמר, אבינו מלכנו אבינו אתה, אבינו מלכנו אין לנו מלך אלא אתה וכו'. ירדו גשמים. וכיון שנענה בתפלה זו, תקנו לאומרו בכל יום ויום ובימי התשובה והסליחות. ואומר שליח צבור קדיש ואשרי וגו', ואחר כך למנצח מזמור לדוד יענך ה' ביום צרה וגו', ואחר כך ובא לציון, וסדר קדושה, ומתרגמין הקדושה ואומרים, ותשאני רוח, ומתרגמין אותו, ואומרים ה' ימלוך לעולם ועד, ומתרגמין אותו. ונהגו לתרגם אותו, כדי שיבינו כל העם, כי אז היו כל העם מדברים ארמית. וצריך ליזהר עד מאד בסדר קדושה ולאומרו בכוונה, כדגרסינן בסוף מסכת שוטה אמ' ר' שמעון בן גמליאל משום ר' יהושע בן לוי, מיום שחרב בית המקדש, אין לך יום שאין בו קללה ולא ירד טל לברכה, ובכל יום מרובה קללתו מיום שלפניו, אלא אמאי קאים, אקדושא דסדרא ואמן יהא שמיה רבא דאגדתא. ואומר קדיש תתקבל יהא שלמא. ואחר כך אומר תפלה לדוד הטה ה' אזנך ענני וגו'. ובכל זמן וזמן משנין המזמור כפי ענין היום. ברכי נפשי בראש חדש, כאיל תערוג בחולו של מועד, מזמור שיר חנוכת הבית לדוד בחנוכה, בפורים למנצח על אילת השחר, בשבעה עשר בתמוז אלהים באו גוים בנחלתך, בט' באב על נהרות בבל, בצום גדליה ובצום אסתר ובעשרה בטבת שיר מזמור לאסף אלהים אל דומי לך. ואחר שיאמר תפלה לדוד, יאמר ש"צ קדיש יהא שלמא וכו'. ואומרין הציבור עלינו לשבח לאדון הכל. וכשיגיע לאל אל לא יושיע, יפסיק מעט קודם שיאמר ואנו משתחוים, כדי שלא יהא נראה כאלו חוזר למעלה. ואומרים ה' נחני בצדקתך למען שוררי הישר לפני דרכך. והולכים לבתיהם לשלום.

היוצא מבית הכנסת אל יפסיע פסיעה גסה. דאמ' ר' חלבו אמ' רב הונא, היוצא מבית הכנסת אל יפסיע פסיעה גסה, ואמ' אביי לא אמרן אלא למיפק, אבל למיעל כ"ש דפסע, שנא' (הושע ו, ג) ונדעה נרדפה לדעת את ה'. ואמ' ר' זירא, מריש כי הוא חזינן לרבנן דקא רהטי בשבתא לפירקא, אמינא קא מחללי רבנן שבתא, כיון דשמעית להא דאמ' ר' תנחום אמ' ר' יהושע בן לוי לעולם ירוץ אדם לדבר מצוה ואפי' בשבת, דכתי' ( הושע יא, י) אחרי ה' ילכו כאריה ישאג, אנא נמי הוה רהיטנא. והיוצא מבית הכנסת ונכנס לבית המדרש, ויוצא מבית המדרש ונכנס לבית הכנסת, זוכה ומקבל פני שכינה, שנא' (תהלים פד, ח) ילכו מחיל אל חיל יראה אל אלהים בציון.

בשני ובחמישי מתפללין כשאר הימים, ואחר שחוזר שליח צבור התפלה, אומר תחנונים. והטעם לפי שהם ימי רצון, לפי שארבעים יום של קבלת הלוחות, שהיו ימי רצון, עלה משה רבינו ע"ה ביום החמישי וירד ביום שני, ולפיכך נהגו להתענות בשני ובה'. ואחר שישלים התחנונים, נופלים על פניהם, ואחר כך יאמר ש"צ תחנה בקול רם, ה' אלהי ישראל שוב מחרון אפך וכו', ועונין אחריו ה' אלהי ישראל וכו'. ואומר אם עונינו ענו בנו וכו', אבינו מלכנו וכו', ואנחנו לא נדע וכו', ואומר קדיש עד למעלה וכו', ואומר אל ארך אפים מלא רחמים וכו'. ומוציא ספר תורה ואומר גדלו לה' אתי, והקהל אומרים רוממו ה' אלהינו וכו'.