

Shuckling: The Movement Movement (Part I)

Probing the Reason

Option 1: Recreating the Experience at Sinai

שמות פרק כ פסוק טו

וְכָל־הָעָם רָאִים אֶת־הַקּוֹלֹת וְאֶת־הַלַּפִּידִם וְאֵת קוֹל הַשֹּׁפָר וְאֶת־הַהָר עָשָׁן וַיֵּרָא הָעָם וַיִּנְעוּ וַיַּעֲמְדוּ מֵרָחֵק:

All the people witnessed the thunder and lightning, the blare of the horn and the mountain smoking; and when the people saw it, they trembled and stood at a distance.

תלמוד בבלי מסכת ברכות דף כב עמוד א

”וְהוֹדַעְתֶּם לְבָנֵיךָ וּלְבָנֵי בָנֶיךָ”, וְכַתִּיב בְּתַרְיָה “יּוֹם אֲשֶׁר עָמַדְתָּ לִפְנֵי ה’ אֱלֹהֶיךָ בְּחוֹרֵב”, מָה לְהֵלֵךְ בְּאֵימָה וּבִירְאָה וּבְרִתָּת וּבְזִיעַ, אִף כָּאֵן בְּאֵימָה וּבִירְאָה וּבְרִתָּת וּבְזִיעַ.

It is written: “And you shall impart them to your children and your children’s children” (Deuteronomy 4:9), and it is written thereafter: “The day that you stood before the Lord your God at Horeb” (Deuteronomy 4:10). Just as below, the Revelation at Sinai was in reverence, fear, quaking, and trembling, so too here, in every generation, Torah must be studied with a sense of reverence, fear, quaking, and trembling.

רמ"א אורח חיים סימן מח סעיף א

ונהגו המדקדקים להתנועע בשעה שקורין בתורה דוגמת התורה שנתנה ברתת וכן בשעה שמתפללים על שם כל עצמותי תאמרנה ה' מי כמוך [אבודרהם]:

And those who are exacting have practiced to shake at the time that we read the Torah as an illustration of the Torah that was given with trembling, and so too at the time that we pray, because of "all my bones will say to you, Lord who is like You?"

Option 2: Imitating Rabbi Akiva's Absorption

תוספתא ברכות פרק ג משנה ז

א"ר יהודה כשהיה רבי עקיבה מתפלל עם הצבור היה מקצר בפני כולן כשהיה מתפלל בינו לבין עצמו היה אדם מניחו בצד זה ובא ומצאו בצד אחר מפני הכריעות והשתחויות שהיה עושה.

Rebbi Yehudah said, “When Rebbi Akiva would pray [Shmoneh Esreh] together with the congregation he would finish faster than everyone else. When he would pray by himself a person would leave him on one side [of the room] and when he would come back he would find him on a different side [of the room], because of all of the bending of the knees and bowing that he would do.”

Option 3: A Demonstration of Humility

תלמוד בבלי מסכת שבת דף קד עמוד א

אָמְרִי לִיָּה רַבֵּנּוּ לְרַבֵּי יְהוֹשֻׁעַ בֶּן לֵוִי: אֵתוּ דְרַדְקֵי הָאֵידִנָּא לְבֵי מְדַרְשָׁא וְאָמְרוּ מִלֵּי דְאֶפִּילוּ בִּימֵי יְהוֹשֻׁעַ בֶּן נוֹן לֹא אֵיתָמַר כּוֹוֹתִיָּהּ: אֶלֶף בֵּי”ת — אֶלֶף בֵּינָה. גִּמְ”ל דַּל”ת — גִּמּוֹל דַּלִּים... נו”ן פְּשׁוּטָה — נֶאֱמָן כְּפוּף, נֶאֱמָן פְּשׁוּט... צַד”י כְּפוּפָה וְצַד”י פְּשׁוּטָה — צַדִּיק כְּפוּף, צַדִּיק פְּשׁוּט. הֵינּוּ: נֶאֱמָן כְּפוּף, נֶאֱמָן פְּשׁוּט! הוֹסִיף לָךְ הַכְּתוּב כְּפִיפָה עַל כְּפִיפָתוֹ, מִכָּאֵן שְׁנַתְנָה הַתּוֹרָה בְּמִנּוּד רֹאשׁ.

The Sages said to Rabbi Yehoshua ben Levi: Young students came today to the study hall and said things the likes of which were not said even in the days of Joshua bin Nun. These children who only knew the Hebrew alphabet interpreted the letters homiletically. Alef beit means learn [elaf] the wisdom [bina] of the Torah. Gimmel dalet means give to the poor [gemol dalim]... The bent nun and the straight nun at the end of a word refer to a faithful person who is bent [ne’eman kafuf] and is modest now, who will ultimately become a well-known faithful person [ne’eman pashut]... The bent tzadi and the straight tzadi indicate that a righteous person who is bent and humble [tzaddik kafuf] now will ultimately become a well-known righteous person [tzaddik pashut] whose righteousness is apparent

Shuckling: The Movement Movement (Part I)

to all. The Gemara asks: That is identical to the interpretation of the bent and straight nun: Ne'eman kafuf, ne'eman pashut. The Gemara explains: The verse added the bending of the righteous person to the bending of the faithful person. From here it is derived that the Torah was given in an atmosphere of gravity. One must receive the Torah with a sense of awe and extreme humility.

Option 4: Exerting One's Entire Body

תהילים פרק לה פסוק י

כָּל-עַצְמוֹתַי תֹּאמְרָנָה יְהוָה מִי כָמוֹךָ מִצִּיל עַנִי מִחַזֵּק מִמֶּנּוּ וְעָנִי וְאֶבְיוֹן מִגְּזֹלוֹ:

All my bones shall say, "LORD, who is like You? You save the poor from one stronger than he, the poor and needy from his despoiler."

ספר אבודרהם ברכות השחר

ונהגו ישראל להתנועע בשעה שקורין כי כשנתנה התורה נרתעו כלם שנאמר (שמות כ, טו) וירא העם וינעו וכתוב כל עצמותי תאמרנה ה' מי כמוך להודיע כי הוא וכל עצמותיו עסוקים יחד להלל ולשבח לשם:

מעבר יבק שפתי צדק פ"ל קפא-קפב

על כן מנהג החכמים לנענע עצמם בתורה ובשירי זמרה לקיים כל עצמותי תאמרנה וגו', ובדוגמת אבריהם בכח שלהבת נשמתם, מתעוררים בשירים ובזמרים כל כלליות הנבראים ונוצרים, ונעשים בכח ההיוו'ת קדושות הנכלל רוחניות באותיות ונקודות התורה והתפלה והברכה.

רמ"א אורח חיים סימן מח סעיף א

ונהגו המדקדקים להתנועע בשעה שקורין בתורה דוגמת התורה שנתנה ברתת וכן בשעה שמתפללים על שם כל עצמותי תאמרנה ה' מי כמוך [אבודרהם]:

And those who are exacting have practiced to shake at the time that we read the Torah as an illustration of the Torah that was given with trembling, and so too at the time that we pray, because of "all my bones will say to you, Lord who is like You?"

תלמוד בבלי מסכת עירובין דף נד עמוד ב

בְּרוּרָה אֶשְׁכַּחְתִּיהָ לְהֵוֹא תְּלַמֵּידָא דִּיהוָה קָא גְרִיס בְּלַחֲשָׁה. בְּטִשָּׁה בֵּיהּ, אָמְרָה לֵיהּ: לֹא כֶּךָ כְּתוּב "עֲרוּכָה בְּכָל וְשִׁמּוּרָה", אִם עֲרוּכָה בְּרַמ"ח אַבְרִים שְׁלֶכְךָ – מִשְׁתַּמְרָת, וְאִם לֹא – אֵינָה מִשְׁתַּמְרָת. תִּנָּא: תְּלַמֵּיד אַחַד הָיָה לְרַבִּי אֱלִיעֶזֶר שֶׁהָיָה שׁוֹנֶה בְּלַחֲשׁ, לְאַחַר שְׁלֹשׁ שָׁנִים שָׂכַח תְּלַמּוּדוֹ.

Berurya came across a certain student who was whispering his studies rather than raising his voice. She kicked him and said to him: Isn't it written as follows: "Ordered in all things and secure" (ii Samuel 23:5), which indicates that if the Torah is ordered in your 248 limbs, i.e., if you exert your entire body in studying it, it will be secure, and if not, it will not be secure. The Gemara relates that it was similarly taught in a baraita: Rabbi Eliezer had a student who would study quietly, and after three years he forgot his studies.

Option 5: Too Many People for One Book (Or to Generate Body Heat)

ספר הכוזרי מאמר ב אותיות עט-ב

אמר הכוזרי: אשאל אותך התדע למה מתנועעים היהודים בקריאת העברית. פ. אמר החבר: אמרו, כי בעבור העיר החום הטבעי, ואינני סבור שהוא אלא מצד הענין שאנחנו בו, כי מפני שיכולים לקרוא רבים מהם פה אחד היה אפשר שיתקבצו עשרה מהם או יותר על ספר אחד, ובעבור זה היו ספרינו גדולים, ויצטרך כל אחד מהעשרה שיטה עם העתים לעיין התיבה, וישוב, והוא נוטה ושב תמיד מפני שהספר בארץ, והיה זה הסבה הראשונה, ואחר כן שב מנהג מפני ההסתכלות והראיה ולהדמות כאשר הוא טבע בני אדם.

Shuckling: The Movement Movement (Part I)

Al-Khazari: I should like to ask whether thou knowest the reason why Jews move to and fro when reading the Bible?
The Rabbi: It is said that it is done in order to arouse natural heat. My personal belief is that it stands in connexion with the subject under discussion. As it often happened that many persons read at the same time, it was possible that ten or more read from one volume. This is the reason why our books are so large. Each of them was obliged to bend down in his turn in order to read a passage, and to turn back again. This resulted in a continual bending and sitting up, the book lying on the ground. This was one reason. Then it became a habit through constant seeing, observing and imitating, which is in man's nature. Other people read each out of his own book, either bringing it near to his eyes, or, if he pleased, bending down to it without inconveniencing his neighbour. There was, therefore, no necessity of bending and sitting up.

Option 6: Imitating a Flame

זוהר כרך ג (במדבר) פרשת פנחס

מאי האי דכל עמין דעלמא לא עבדין נענועא אלא ישראל בלחודייהו דכד לעאן באורייתא מתנענען הכא והכא בלא למודא דבר נש בעלמא ולא יכלין למיקם בקיומייהו אמר לי...נשמתהון דישראל אתגורו מגו בוצינא קדישא דדליק דכתיב (משלי כ) נר יי' נשמת אדם והאי נר בשעתא דאתאחד (נ"א דאתדליק) [דף ריט עמוד א] מגו אורייתא דלעילא לא שכיך נהורא עליה אפילו רגעא... כגוונא דא ישראל דנשמתיהו מגו ההוא נהורא דשרגא כיון דאמר מלה חדא דאורייתא הא נהורא דליק ולא יכלון אינון לאשתככא ומתנענען לכאן ולכאן

Why is it that all of the nations of the world do not sway save for the Jews alone, who sway when they study Torah this way and that way without having been instructed to do so by any person in the world, and they cannot stand still. He said to him: Because the souls of Israel are carved out of the Holy lit flame, as it is written (Proverbs 20:27): "the flame of G-d is the soul of man," and this flame at the moment it unites with the Torah of the upper worlds, does not dim even for a moment...and so too the Jews whose souls are a flame, once they say a word of Torah, the flame is lit and we cannot help by say back and forth (like a flame).

Option 7: A Form of Exercise

"Swaying the Body," <https://www.jewishencyclopedia.com/articles/14146-swaying-the-body>.

Perhaps the most plausible explanation of the swaying of the body is that of Dr. Simon Brainin. It was intended, he thinks, to afford the body exercise during study and prayer, which took up a large portion of the time of a great number of Jews (Brainin, "Orah la-Ḥayyim," p. 126, Wilna, 1883).

Option 7: Balancing Love and Awe

Rav Schwab on Prayer: The Teachings of Rabbi Shimon Schwab on the Siddur, p. 167

There are two ways in which a person can relate to Hakodosh Baruch Hu. One is through ahava (love), in which a person feels very close to Him, and the other is through yirah (awe), in which one is awestruck by His Omnipotence and Omniscience. This may explain the ancient Jewish practice of "shokeling," swaying forward and backward during teffilah. The forward motion expresses one's desire to come close to Hakodosh Baruch Hu, but then, upon reflection, one realizes that He is the Ribbono Shel Olam, the Master of the universe, which causes one to reel back in awe. These thoughts are typically evoked during meditation.