**Why Do We Do That? Customs of Tefillah pt 2**Adam Friedmann – afriedmannt@torontotorah.com

Why Three Times a Day?

1. **Babylonian Talmud, Brachot 26b**

איתמר, רבי יוסי ברבי חנינא אמר: תפלות אבות תקנום; רבי יהושע בן לוי אמר: תפלות כנגד תמידין תקנום. תניא כוותיה דרבי יוסי ברבי חנינא, ותניא כוותיה דרבי יהושע בן לוי. תניא כוותיה דרבי יוסי ברבי חנינא: אברהם תקן תפלת שחרית - שנאמר וישכם אברהם בבקר אל המקום אשר עמד שם, ואין עמידה אלא תפלה, שנאמר ויעמד פינחס ויפלל; יצחק תקן תפלת מנחה - שנאמר ויצא יצחק לשוח בשדה לפנות ערב, ואין שיחה אלא תפלה, שנאמר תפלה לעני כי - יעטף ולפני ה' ישפך שיחו, יעקב תקן תפלת ערבית - שנאמר ויפגע במקום וילן שם, ואין פגיעה אלא תפלה, שנאמר ואתה אל תתפלל בעד העם הזה ואל תשא בעדם רנה ותפלה ואל תפגע בי…לעולם אימא לך תפלות אבות תקנום, ואסמכינהו רבנן אקרבנות. דאי לא תימא הכי - תפלת מוסף לרבי יוסי ברבי חנינא מאן תקנה? אלא: תפלות אבות תקנום, ואסמכינהו רבנן אקרבנות.

It has been stated: R. Jose son of R. Hanina said: The Tefillahs were instituted by the Patriarchs. R. Joshua b. Levi says: The Tefillahs were instituted to replace the daily sacrifices. It has been taught in accordance with R. Jose b. Hanina, and it has been taught in accordance with R. Joshua b. Levi. It has been taught in accordance with R. Jose b. Hanina: Abraham instituted the morning Tefillah, as it says, And Abraham got up early in the morning to the place where he had stood, and ‘standing’ means only prayer, as it says, Then stood up Phineas and prayed. Isaac instituted the afternoon Tefillah, as it says, And Isaac went out to meditate in the field at eventide, and ‘meditation’ means only prayer, as it says, A prayer of the afflicted when he fainteth and poureth out his meditation before the Lord. Jacob instituted the evening prayer, as it says, And he lighted [wa-yifga’] upon the place, and ‘pegi'ah’ means only prayer, as it says, Therefore pray not thou for this people neither lift up prayer nor cry for them, neither make intercession to [tifga’] Me…I can still maintain that the Patriarchs instituted the Tefillahs, but the Rabbis found a basis for them in the offerings. For if you do not assume this, who according to R. Jose b. Hanina instituted the additional Tefillah? He must hold therefore that the Patriarchs instituted the Tefillahs and the Rabbis found a basis for them in the offerings.

1. **Kuzari, 3:5**

ויהיה הלשון מסכים עם המחשבה לא יוסיף עליו, ולא יבטא בתפילתו ע"ד המנהג והטבע כמו הזרזיר והבבגא אלא עם כל מלה מחשבה וכונה בה, ותהיה העת ההיא לב זמנו ופריו, ויהיו שאר עתותיו כדרכים המגיעים אל העת ההיא, יתאוה קרבתו שבו מתדמה ברוחניים ויתרחק מהבהמיים, ויהיה פרי יומו ולילו השלש עתות ההם של תפלה, ופרי השבוע יום השבת, מפני שהוא מעומד להדבק בענין האלהי, ועבודתו בשמחה לא בכניעה כאשר התבאר. והסדר הזה מהנפש כסדר המזון מהגוף, מתפלל לנפשו ונזון לגופו, ומתמדת עליו ברכת התפלה עד עת תפלה אחרת, כהתמדת כח סעודת היום עד שיסעוד בלילה, וכל אשר תרחק עת התפלה מהנפש היא הולכת וקודרת במה שפוגע אותה מעסקי העולם, כ"ש אם יביאהו הצורך לחברת נערים ונשים ורעים, וישמע מה שיעכיר זכות נפשו, מדברים כעורים ונגונים שתטה הנפש אליהם ולא יוכל למשול בה. ובעת התפלה מטהר נפשו מכל מה שקדם, ויתקנה לעתיד,

The tongue agrees with the thought, and does not overstep its bounds, does not speak in prayer in a mere mechanical way as the starling and the parrot, but every word is uttered thoughtfully and attentively. This moment forms the heart and fruit of his time, whilst the other hours represent the way which leads to it. He looks forward to its approach, because while it lasts he resembles the spiritual beings, and is removed from merely animal existence. Those three times of daily prayer are the fruit of his day and night, and the Sabbath is the fruit of the week, because it has been appointed to establish the connexion with the Divine Spirit and to serve God in joy, not in sadness, as has been explained before. All this stands in the same relation to the soul as food to the human body. Prayer is for his soul what nourishment is for his body. The blessing of one prayer lasts till the time of the next, just as the strength derived from the morning meal lasts till supper. The further his soul is removed from the time of prayer, the more it is darkened by coming in contact with worldly matters. The more so, as necessity brings it into the company of youths, women, or wicked people; when one hears unbecoming and soul-darkening words and songs which exercise an attraction for his soul which he is unable to master. During prayer he purges his soul from all that passed over it, and prepares it for the future.

1. **Shelah, Matters of Prayer, 254a**

אברהם תיקן תפלת שחרית, יצחק תפלת מנחה ויעקב תפלת ערבית. חיי האדם נחלקים לשלושה חלקים, שהם שנות העלייה, שנות העמידה ושנות הירידה. כנגדם תקנו חז"ל שלוש תפילות: שחרית מנחה ומעריב. שחרית בבקר - זמן העלייה, מנחה בצהרים - זמן העמידה, מעריב בערב - זמן הירידה. להודות לפניו כי הוא יתברך מספיק לנו כל צרכינו באלו הזמנים

Avraham established *Shacharit*, Yitzchak established *Minchah*, and Yaakov the evening prayer. The life of a person is divided into three parts, years of ascension, years of stasis, and years of decline. Our Sages established three payers parallel to these stages, *Shacharit, Minchah,* and *Maariv*. *Shacharit* in the morning – the time of ascent. *Minchah* in the afternoon – the time of stasis. *Maariv* at night – the time of descent. To declare before Him (i.e. G-d) that He provides for our needs during all of these times.

Structure of Tefillah

1. **Babylonian Talmud, Shabbat 118b**

אמר רבי יוסי: יהא חלקי מגומרי הלל בכל יום. איני? והאמר מר: הקורא הלל בכל יום - הרי זה מחרף ומגדף! - כי קאמרינן - בפסוקי דזמרא.

Rabbi Yossi said: May I be among those who complete Hallel (the Book of Tehillim) each day. Is that an appropriate goal? Did not Mar say that someone who recites Hallel each day is a heretic? What then did Rabbi Yossi mean? That he be among those who recite Pseukei D’Zimra each day.

1. **Babylonian Talmud, Brachot 32b**

דרש רבי שמלאי: לעולם יסדר אדם שבחו של הקדוש ברוך הוא ואחר כך יתפלל. מנלן - ממשה דכתיב ואתחנן אל ה' בעת ההיא; וכתיב ה' אלהים אתה החלת להראות את עבדך את גדלך ואת ידך החזקה אשר מי אל בשמים ובארץ אשר יעשה כמעשיך וכגבורותיך, וכתיב בתריה אעברה נא ואראה את הארץ הטובה וגו

Rabbi Simlai derived: A person should establish a practice to arrange words of praise about G-d and to then pray. From which source is that rule learned? From Moshe Rabeinu, as it is written: (Deutoronomy Chapter 3) And I pleaded with the Lord at that time, saying; O Lord G-d, you have begun to show your servant your greatness, and your mighty hand; for what G-d is there in heaven or in earth that can do according to your works and according to your might? I beg you, let me go over, and see the good land that is beyond the Jordan, that goodly mountain region and Lebanon.

1. **Ibid, 4b**

אמר רבי אלעזר אמר רבי אבינא: כל האומר תהלה לדוד בכל יום שלש פעמים - מובטח לו שהוא בן העולם הבא. מאי טעמא? אילימא משום דאתיא באל"ף בי"ת - נימא אשרי תמימי דרך דאתיא בתמניא אפין! אלא משום דאית ביה פותח את ידך - נימא הלל הגדול דכתיב ביה: נתן לחם לכל בשר! - אלא: משום דאית ביה תרתי.

R. Eleazar said in the name of R. Abina: Whoever recites the Psalm Praise of David (Psalms 145) three times daily is sure to merit the world to come. What is the reason? Shall I say it is because it has an alphabetical arrangement? Then let him recite, Happy are they that are upright in the way, (Psalms 119) which has an eightfold alphabetical arrangement. Or, is it because it contains the verse, You open Your hand and satisfy every living thing with favour? Then let him recite the great Hallel (Psalms 136) where it is written: Who gives food to all flesh! Rather, the reason is because it contains both an alphabetical arrangement and the verse You open Your hand and satisfy every living thing with favour.

1. **Tur, Orach Chayim, 51**

ונתקנה ברכה זו משום הא דאיתא בפרק כל כתבי יהא חלקי עם גומרי הלל בכל יום ומסקינן כי קאמר בפסוקי דזמרה ומאי ניהו תהלה לדוד עד כל הנשמה תהלל יה ותו גרסינן בפ"ק דברכות (ד ב) א"ר אלעזר כל האומר תהלה לדוד בכל יום ג"פ מובטח לו שהוא בן העוה"ב וכן דרש ר' שמלאי לעולם יסדר אדם שבחו של מקום ואחרי כן יתפלל לכן תקנו לאומרם קודם תפלה וקבעו ברכה זו לפניהם ואחת לאחריהם והיא ישתבח

This blessing (*Baruch Sheamar*) was devised because of what is written in *Kol Kitvei*: “May my place be with those who complete the *Hallel* each day.” And we conclude that this refers to *Pesukei Dezimra*. And what are they (i.e. the chapters of *Pesukei Dezimra*)?: Tehillah Ledavid (aka *Ashrei*) until “the whole soul praises G-d.” We further state in the first chapter of Berachot “Rabbi Elazarsaid, ‘anyone who says *Tehillah Ledavid* three times a day is guaranteed a place in the world to come.’ ” And so did Rabbi Simlai expound, “A person should always recite praises of G-d and only afterwards pray.” Therefore they established the practice of saying them (i.e. *Pesukei Dezimra*) before prayer and they set this blessing before them and another after them which is *Yishtabach*

1. **Shulchan Aruch, Orach Chayim, 51**

צריך לכוין בפסוק פותח את ידך (תהילים קמה, טז) ואם לא כוון, צריך לחזור ולאומרו פעם אחרת.

One should be focused (on the meaning of the words) in the verse “open your hand”, and if one did not focus, one ust go back and recite it again.

1. **Babylonian Talmud, Pesachim 117a,**

לדוד מזמור - מלמד ששרתה עליו שכינה ואחר כך אמר שירה. מזמור לדוד - מלמד שאמר שירה ואחר כך שרתה עליו שכינה. ללמדך שאין השכינה שורה לא מתוך עצלות, ולא מתוך עצבות, ולא מתוך שחוק, ולא מתוך קלות ראש, ולא מתוך דברים בטלים, אלא מתוך דבר שמחה של מצוה.

“To David a Psalm” – teaches that the Divine spirit rested upon him and afterwards he sang. “A Psalm for David” – Teaches that he sang a song and afterwards the Divine spirit rested upon him. This teaches you that the Divine spirit does rest upon a person out of laziness, or out of sadness, or out of foolishness, or out of lightheadedness, or when wasting time. Rather (it rests) out of the joy of a mitzvah.

1. **Alter Rebbe of Chabad, Likutei Torah, Pasrhat Pekudei**

It is known that that the members of the Great Assembly instituted the practice of reciting Pseukei D’Zimra before Kriyat Sham. The purpose of reciting Pseukei D’Zimra is to prepare to recite the first verse of Kriyat Shma with the proper thoughts, that G-d with all his attributes is one G-d. If not for reciting the words of the poems in Pseukei D’Zimra, it would be difficult to reach the level necessary to properly contemplate the unity of G-d.

Kissing the Tzitzit During Shema:

**Tur, Orach Chayim, 61** ויש נוהגין למשמש גם בציצית כשאומר והיה לכם לציצית וראיתם אותו:

Some have the practice of feeling the *tzitzit* when they say “and they should be for you *tzitzit* and you will see them.”

**Midrash Tehillim, 35**

כל עצמותי תאמרנה ה' מי כמוך, אמר לו הקדוש ברוך הוא דוד מה אתה עושה לי, אמר לו אני אשבחך בכל אבריי...בחזה שימת ציצית כנגד הלב כל זמן שאני קורא את שמע, שנאמר והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוך היום על לבבך (דברים ו ו)...יד שמאל אני קושר בה תפילין של יד, ובה אני אוחז ציציותי בזמן קריאת שמע

“All my bones will say G-d, who is like you” – G-d said to David, ‘what do you do for me?’ He answered, ‘I praise you with all of my limbs’…with my breast by placing the *tzitzit* against my heart while I am reading the *Shema*, as it says, ‘these things which I command you today will be on your heart.’…with the left hand which I tie *tefillin* on to, and in which I hold my *tzitzit* when I read the *Shema*.

**Beit Yosef, Orach Chayim, 24**וה"ר יונה החסיד (ספר היראה דפוס אשכול עמ' קסה) כתב צריך לעיין בהם כשמגיע לוראיתם אותו עכ"ל

The Rabbi Rabeinu Yonah the Pious wrote that one must look at them (the *tzitzit*) when we says “and you shall see them.”

**Ibid.**

בשם רב נטרונאי גאון שהאוחז בציציותיו בידו כשהוא קורא את שמע יהירותא הוא שכל דבר שאין האדם מחוייב בו ועושה אותו ברבים במדת חסידות וכל העם אינם עושים אותו הוא מתחזי כיוהרא... כן כתב נמי רב משה גאון וביאר עוד וכי מאחר שהתבונן בציציותיו בשעת עטיפתו ובירך עליהן לאחר כך למה אוחזן בידו אלא מעתה כשמגיע לוקשרתם צריך נמי לאחוז תפילין ואם תאמר יאחוז וכשמגיע לוכתבתם צריך לבא ולהניח ידו על מזוזתו הילכך העושה כך צריך ללמדו ולהשביעו שלא יעשה כן

In the name of R. Natronai Gaon that the one who holds his *tzitzit* in his hand when he reads the *Shema* is being haughty since anything that a person is not required to do and he does in publis as an act of piousness and others do not do looks haughty…So wrote R. Moshe Gaon and further explained that since one looks at the *tzitzit* when one puts them on and makes a blessing on them why does he then later hold them in his hands? It follows from this that when he gets to “and you should tie them” (i.e. the *Tefillin*) he needs to hold his *Tefillin*. And if you say he should hold them when he gets to “and you should write them” does he have to go and place his hand on his *Mezuzah?* Therefore, one who does this needs to be told to refrain.

**Shulchan Aruch, Orach Chayim, 24:4**

יש נוהגין להסתכל בציצית כשמגיעים לוראיתם אותו (במדבר טו, לט) וליתן אותם על העינים, ומנהג יפה הוא וחבובי מצוה. הגה: גם נוהגים קצת, לנשק הציצית בשעה שרואה בם, והכל הוא חיבוב מצוה (ב"י).

Some have the custom to look at their *tzitzit* when they say “and you shall see them”, and place them over their eyes. This is a nice practice and demonstrates love of the mitzvah. Note: A few people also have practice of kissing the *tzitzit* when they see them, and this is all in the name of love of the mitzvah.

**Mishnah Berura, Ibid.**

על העינים - נמצא בשם הקדמונים שכל המעביר ציצית על עיניו כשקורא פרשת ציצית יהא מובטח שלא יבא לידי סמוי עינים.

On the eyes – It is found in earlier works that anone who passes his *tzitzit* over his eyes when he reads the paragraph regarding *tzitzit* is guaranteed not to go blind.

**Maaseh Rav (Practices of the Viln Gaon)** לט בק"ש אוחז ב' ציצית שלפניו ואינו מנשק כלל:

While reading the *Shema* one holds the two *tzitziot* that are in front of him and does not kiss them at all..

**Shulchan Aruch, Orach Chayim, 24:5**

כשמסתכל בציצית מסתכל בשני ציציות שלפניו שיש בהם עשרה קשרים רמז להויות, וגם יש בהם ט"ז חוטים ועשרה קשרים, עולה כ"ו כשם הוי"ה

When one looks at the *tzitzit* one looks at the two in fron of him which have ten knots hinting at the *Sefirot*, and also 16 strings and 10 knots, which amounts to 26 like the name of G-d.