

A) Full Body Experience

שולחן ערוך אורח חיים הלכות ברכות השחר ושאר ברכות סימן מח.....
ונהגו המדקדקים ד להתנועע בשעה שקורין בתורה, דוגמת התורה שנתנה ברתת, וכן
(ה) בשעה שמתפללים, על שם: כל עצמותי תאמרנה 'י מי כמוך (תהלים לה, י)
(אבודרהם).

Proper context- Torah & applied to Tefilla

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:

Will revisit - Tefilla

ספר המנהיג דיני תפילה עמוד קט
ובשעה שהוא מתפלל **צריך שיכרע** כדי שית[פקקו] כל חליות שבשדרה שנא' כל
, 'עצמותי תאמרנה וגו'

תהלים פרק לה פסוק י
כָּל עֲצָמוֹתַי תֹּאמַרְנָה יְקֹדֵק מִי כָמוֹךָ מַצִּיל אֶנִּי מִחֶזֶק מִמֶּנּוּ וְעָנִי וְאֶבְיוֹן מִגְזָלוֹ
10 All my bones shall say: 'LORD, who is like unto Thee,
who deliverest the poor from him that is too strong for him, yea, the poor and the
needy from him that spoileth him?'

Humble desperation - can't even speak

אבן עזרא תהלים פרק לה פסוק י
(י) כל עצמותי - רמז לגוף כי העצמות מוסדותימו וכאילו תדברנה ותעידנה כי אין
אלהים רק השם שיכול להציל זה העני:

Full in- Words PLUS

רד"ק תהלים פרק לה פסוק י
(ג). או פירוש עצמותי: הזדעזע אברי הגוף בכוונת התפלה וההודאה וכאילו הם ישבחו.
או פירוש כל עצמותי:

Possible Caveat- Dominated by Bakashot

משנה ברורה סימן מח ס"ק ה
(ה) בשעה שמתפללים - ויש [א] פוסקים שחולקין ע"ז ואומרים דבתפלה אין
להתנענע

B) Shema Position Conclusion

Beyond the Technical Brachot 10b Conclusion of Not Standing

The Value of Sitting

שולחן ערוך אורח חיים הלכות קריאת שמע סימן סג
לישב בשעת ק"ש, ולא יישן, ובו ט' סעיפים

“Casual”

בראשית רבה (וילנא) פרשת וירא פרשה מח סימן זז
 כְּשִׁישָׁאֵל נִכְנָסִים לְבֵתִי כְּנִסְיוֹת וּלְבֵתִי מִדְּרָשׁוֹת וְקוּרִין קְרִיאַת שְׁמַע וְהוּן יוֹשְׁבִים
 לְכַבּוּדִי וְאֲנִי עַל גִּבּוֹ, שְׁנָאֵמַר (תהלים פב, א): אֱלֹהִים נָצַב בְּעֵדֹת אֵל. בראשית רבה
 (וילנא) פרשת וירא פרשה מח סימן ז והוא יושב פתח האהל כחם היום (בראשית יח,
 א), רַבִּי בְּרַכְיָה מְשׁוּם רַבִּי לִוִּי אָמַר יוֹשֵׁב כְּתִיב, בְּקֶשׁ לַעֲמֹד, אָמַר לוֹ הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא
 יוֹשֵׁב, אֵתָּה סִימָן לְבָנִיךָ, מָה אֵתָּה יוֹשֵׁב וְשָׂכִינָה עֹמֶדֶת, כִּךְ בְּנִיךָ יוֹשֵׁבִין וְשָׂכִינָה עֹמֶדֶת
 עַל גִּבּוֹ, כְּשִׁישָׁאֵל נִכְנָסִים לְבֵתִי כְּנִסְיוֹת וּלְבֵתִי מִדְּרָשׁוֹת וְקוּרִין קְרִיאַת שְׁמַע וְהוּן
 יוֹשְׁבִים לְכַבּוּדִי וְאֲנִי עַל גִּבּוֹ, שְׁנָאֵמַר (תהלים פב, א): אֱלֹהִים נָצַב בְּעֵדֹת אֵל.
i.e The Casual/Confident Relationship with Hahsem at the Pivotal Moment

*Halakhic Positions of Rabbi Joseph B. Soloveitchik 2 Rabbi Ziegler.... The only exception to this rule is the Kriat Shema. Although considered a Davar Sheh'Bikedusha, the Talmud derives from the verse “Uvelechtechu Baderech” (Devarim 6:7) that it may be recited in an informal manner (Berachot 10b), thereby eliminating the need to stand while reciting it, and according to Rabbi Chaim Soloveitchik, even the need for atifah. As a matter of fact, the Taz quotes the Midrash that Hakadosh Baruch Hu specifically said to the Bnai Yisrael, “Lo Hitrachti Aleichem Likrot...” (I don’t want to burden you during recitation of Shema). **According to Rav Soloveitchik, this dispensation of reciting the Shema without formality is not merely admissible, but even a requirement, as a fulfillment of “Koreh Kedarko.”** Thus, the proper way to wear the tallit is to do atifah – covering the head before kaddish and barchu (of Shacharit), remove the covering for Kriat Shema – to demonstrate the aspect of Koreh Kedarko, and to once again cover the head for Shemonah Esrei, which does indeed require atifah.*