

## MONDAYS AND THURSDAYS

On Mondays and Thursdays we recite more תחנונים than we recite on the other days of the week because Mondays and Thursdays are considered ימי רצון.

בית יוסף אורח חיים סימן קלד אות א ד"ה בשני ובחמישי – ומה שמוסיפין תחנונים בשני ובחמישי לפי שהם ימי רצון וכו' עלה משה רבינו עליו השלום ביום חמישי וירד ביום שני ולכך נוהגים גם כן להתענות בהן.

As the בית יוסף explains, Mondays and Thursdays were the days on which a תענית ציבור would generally be scheduled:

מדרש תנחומא (בובר) פרשת וירא סימן טז' – ומנין סמכו הדורות שיהו מתעניין בשני ובחמישי? אלא כשעשו ישראל אותה מעשה, עלה משה בחמישי וירד בשני. מנין? אמר ר' לוי עלה בחמישי ומחמישי לחמישי ולחמישי הרי ט"ו; ומערב שבת לערב שבת ולערב שבת ט"ו הרי ל'; ומשבת לשבת ח' הרי ל"ה, ואחד בשבת ושני בשבת הרי מ'. לכך התקינו חכמים שיהו מתעניין בשני ובחמישי, בעלייתו של משה ובירידתו. ובסוף מ' ימים התענו והיו בוכין כנגד משה, ונתמלא עליהן הקב"ה רחמים ועשה להן אותו יום, יום כפרה לעונותיהם, וזה יום הכפורים, שנאמר כי ביום הזה יכפר עליכם לטהר אתכם (ויקרא טז, ל').

Mondays and Thursdays were also the days on which the courts would hear cases:

רי"ף מסכת כתובות דף א' עמ' א' – בתולה נשאת ביום רביעי ואלמנה ביום חמישי שפעמים בשבת בתי דינין יושבין בעירות יום שני ויום חמישי שאם היה לו טענת בתולים היה משכים לבית דין.

Mondays and Thursdays were market days as well:

פירוש המשנה לרמב"ם מסכת מגילה פרק א' משנה א' – ויום הכניסה, הוא יום שני ויום חמישי לפי שאנשי הכפרים מתקבצין בהם לשמוע ספר תורה.

What is the origin of the practice to read from the תורה on Mondays and Thursdays?

ים של שלמה בבא פרק ז סימן מג – עשרה תקנות תיקון עזרא:  
תקנה א', (פ"ב ע"א) שקוראין תורה במנחה בשבת;  
תקנה ב', שקורין בב' ובה' ג' גברי לכל הפחות עשרה פסוקים:  
ושיהיו קורין בשני ובחמישי. ואף שכבר הנביאים תקנו לקרות בב' ובה' משום דכתיב (שמות ט"ו, כ"ג) וילכו שלשת ימים במדבר ולא מצאו מים, היינו שהלכו ג' ימים בלא תורה, ונלאו. עמדו נביאים, ותקנו לקרות בב"ה. ואפילו הכי לא תקנו אלא חד גברא, וג' פסוקים, כנגד כהנים ליום וישראלים. ואתא הוא ותיקן ג' גברי, י' פסוקים, כנגד י' בטלנים, כדאיתא במגילה פ"ג (כ"א ע"ב). והקריאה שקורין במנחה בשבת תיקן משום יושבי קרנות. פי', אותם שעוסקים כל ימי החול

בסחורה, ויושבים בחנות. ואין שומעין קריאת הציבור בב"ה. לכך תיקן בגינייהו קריאה יתירתא. ואותה הקריאה צריכה ג' ג' גברי י' פסוקים, כדאיתא במגילה (שם) ושם אפרש סוד הקריאה בעז"ה. והא דתקנו הנביאים ועזרא דוקא בשני ובחמישי משום דעת רצון לתפילה הוא דאמרין במדרש (עיי' תוד"ה כדי) משה עלה אל א-להים בה', לקבל לוחות אחרונות, וירד בשני. ונתרצה לו המקום, לאמר סלחתי כדבריך.

Public fasts called because of drought were scheduled in rounds of three fast days; Monday, the next Thursday and the following Monday. The rounds of fasts never began on a Thursday out of concern that it might disrupt the marketplace:

משנה מסכת תענית פר' ב' משנה ט'—אין גוזרין תענית על הצבור בתחלה בחמישי שלא להפקיע השערים אלא ג' תעניות הראשונות שני וחמישי ושני, ושלוש שניות חמישי שני וחמישי. ר' יוסי אומר כשם שאין הראשונות בחמישי כך לא שניות ולא אחרונות:

Why were חז"ל concerned about beginning a round of fasts on a Thursday?

תוספות מסכת תענית דף י' עמ' א'—אין גוזרין תענית על הצבור בתחילה בחמישי שלא להפקיע השערים – פי' שעל ידי שעשו הצבור תענית יקנו מזון של חמישי ושל שבת וכסבורים העם יוקר היא ויפקיעו השערים.

חידושי הריטב"א מסכת תענית דף טו' עמ' ב'—ובזה השער מתייקר כשרואים בעלי חנויות שלוקחים בני אדם הרבה ביחד ואינן יודעים כי זה מפני התענית.

ספר האשכול (אלבק) הלכות שני וחמישי ותענית דף נב' עמ' ב'—אין גוזרין תענית על הצבור בתחלה בחמישי וכו', וטעם שלא להפקיע השערים, לפי שהיה מנהג באותו העת שיום חמישי היה שוק ולכך אין גוזרין בו תענית בתחלה כדי שלא יבאו הכל לתענית ויבטלו ולא ימכרו בשוק תבואה מרובה, מפני שכולן יהיו שרוין בתענית ויפקע השער. ועוד שכיון שישמע הכל ביום השוק שגזרו תענית על עצירת גשמים יאצרו פירות ויפקע השער.

טור אורח חיים סימן תקעב'—אין גוזרין תענית ציבור בתחלה ביום ה' שלא להפקיע השערים לפי שהרואה שקונין ביום ה' בערב לצורך ד' סעודות גדולות לצורך סעודת הלילה ולצורך סעודת שבת תמהין וסבורין שרעב בא לעולם אבל משהתחילו כבר להתענות יודעין שהוא בשביל התענית.

The custom to fast on Mondays and Thursdays led to another practice:

ים של שלמה בבא קמא פרק ז' סימן מג'—ומה שנוהגין מקצת נשים שלא לאכול בשר ולשתות יין בליל ב' וה', ואף ביומו כתבתי בסוף אותו ואת בנו.

ים של שלמה חולין פרק ה' סימן יא'—מתני' (שם) יום אחד האמור באותו ואת בנו—אכן שמעתי מזקן אחד שאמר המנהג אשר ליחידים שאין אוכלין בשר ושותין יין בב' ובה' הוא, מפני שבית דין של מעלה יושבין ודנין דיני נפשות, סימן לדבר, מה שאמרו בסוף מפנין (שבת קכ"ט ע"ב) דאין מקיזין דם בב' וה', רק למי שיש לו זכות אבות, א"כ יפה הוא המנהג שלהם, שבלילה לפני ב' אוכלין, שהרי אין דנין דיני נפשות בלילה אף למעלה, אבל ביום הדין עצמו, ואף בלילה שאחר יום ב' אין אוכלין, לפי שאמרו (סנהדרין ל"ב ע"א) דיני ממונות שהתחילו גומרין אף בלילה.

And now you know why many families eat dairy meals on Thursday nights.

## TRANSLATION OF SOURCES

י'וסף אורח חיים סימן קלד אות א ד"ה בשני ובחמישי -We add words of supplication on Mondays and Thursdays because they are favorable days. Moshe Rabbeinu went up Har Sinai on a Thursday and came down on a Monday. That explains why Mondays and Thursdays became days to hold public fasts.

מדרש תנחומא (בוכר) פרשת וירא סימן מז' -On what source did each generation base its practice of holding public fasts on Mondays and Thursdays? When the Jews worshipped the Golden Calf, Moshe went up to Har Sinai on a Thursday and came down on a Monday. How do we know that? Rav Levi said: Moshe went up on a Thursday. The number of days from that Thursday to the next Thursday and the one after total 15 days. From Friday to the next Friday and to the Friday after total another 15 days. That brings us to a subtotal of 30 days. From Shabbos to the next Shabbos is another 8 days, which now brings us to a subtotal of 38 days. Adding the Sunday and Monday that follow brings us to a grand total of 40 days. Based on the days of the week upon which these events occurred, Chazal established the practice that public fast take place on Mondays and Thursdays. At the end of the 40 days, the Jews fasted and cried before Moshe. G-d felt compassion for them and established the last day as a day of repentance for sins. That is Yom Kippur about which it is written: on that day G-d will forgive you and make you clean (Vayikra 16, 30).

רי"ף מסכת כתובות דף א' עמ' א' -A girl who is a virgin weds on a Wednesday and a divorcee marries on a Thursday. These days were chosen because the courts would convene in the cities twice a week, on Mondays and on Thursdays. A wedding for a virgin takes place on a Wednesday. If the Husband suspects that the woman was not a virgin, he can immediately proceed to raise his claim in court.

פירוש המשנה לרמב"ם מסכת מגילה פרק א' משנה א' -The days on which the court meets are Mondays and Thursdays because the people of the surrounding villages came together in order to hear the reading from the Torah.

Ezra established ten new practices:

1. That we read from the Torah at Mincha on Shabbos;
2. That we read from the Torah on Mondays and Thursdays and that three men are called to read a minimum of ten verses.

Although the first prophets at the time of Moshe Rabbeinu established the practice to read from the Torah on Mondays and Thursdays as we know from the verse: (Shemos 15, 23) they travelled in the desert three days and did not find water. This verse is interpreted to mean that they travelled three days without hearing words of Torah and as a result, became lost. The first prophets stepped forward and established the practice to read from the Torah on Mondays and Thursdays. The first prophets established the practice that one person is called to read from the Torah and reads three verses, one for each group of Jews, Kohanim, Leviim and Yisraelim. Ezra established the practice that three men are called to read from the Torah and that at least ten verses are read. This practice was instituted to commemorate the fact that each town supported ten men who studied Torah each day as we learned in Masechet Megilah (Daf 21, Side 2). The reading that takes place on Shabbos at Mincha is for people who sit in street corners; i.e those who are involved in business during the week. They sit in their stores and do not hear the reading of the Torah on Mondays and Thursdays. For them Ezra established an additional Torah reading which takes place on Shabbos at Mincha. That practice also requires that three men are called and that at least ten verses are read as it is written in

Maseches Megila (ibid.). Both the first prophets and Ezra established Torah reading on Mondays and thursdays because they are favorable days as we learned in the Midrash that Moshe went up to G-d to receive the second set of tablets on a Thursday and came down on a Monday. During that time, G-d was persuaded to forgive the Jewish people as it is written: I forgave as you asked.

**משנה מסכת תענית פ"ב משנה ט'**-We do not begin a round of public fasts on a Thursday so as not to disrupt the marketplace. Instead the first round of fasts begin on a Monday, then continue on the Thursday after and the next Monday. For the next round, the first fast begins on a Thursday, then continues on the Monday after and then the next Thursday. Rav Yossi says: just as the first round does not begin on a Thursday, so too none of the subsequent rounds begin on a Thursday.

**תוספות מסכת תענית דף י' עמ' א'**-A round of public fast days did not begin on a Thursday so as to not affect the marketplace. This means that if the first fast day began on a Thursday, the public would buy provisions for both after the fast on Thursday and for Shabbos. They will think that the prices that they paid for the food must have been raised because of demand and will protest.

**חידושי הריטב"א מסכת תענית דף טו' עמ' ב'**-For this reason the prices of the food will rise-the store keepers will see that the public is buying more than usual and will not realize that the demand was created by the establishment of a public fast day.

**ספר האשכול (אלבק) הלכות שני וחמישי ותענית דף נב' עמ' ב'**- A round of public fast days was not begun on a Thursday out of fear that it would affect the marketplace. It was the custom at that time that the merchants would meet together on Thursdays. For that reason a round of public fast days was not begun on a Thursday out of concern that the public would become involved in the public fast and would not go shopping. Not much would be sold which would affect the marketplace. In the alternative, the public will hear that a public fast was declared because the rain had not fallen. They will then hoard food and cause turmoil in the marketplace.

**טור אורח חיים סימן תקעב'**- A round of public fast days was not begun on a Thursday out of fear that it would affect the marketplace because the public will see that everyone is buying enough food on Thursday night for four meals; the meal for Thursday night and the three Shabbos meals. The public will be surprised and then decide that a famine was being predicted. However, when the round of fasts begins on a Monday, then by Thursday everyone knows that the extra purchases are the result of the public fast.

**ים של שלמה בבא קמא פרק ז' סימן מג'**-That some woman have the practice not to eat meat and drink wine on Monday night and Thursday night and during those days, I will explain when I explain the words in the Torah: him and his son.

**ים של שלמה חולין פרק ה' סימן יא'**-I heard from one elderly gentleman that the practice among some individuals not to eat meat nor drink wine on Mondays and Thursdays is based on the fact that the heavenly court sits and decides capital cases on those days. We find a hint about that in the chapter entitled: Mipnin in Maseches Shabbos Daf 129, side 2. There we learn that we do not release blood on Mondays and Thursdays except for one who has merits from his forefathers. Therefore the practice not to eat meat and drink wine on those days is to be admired. Those that follow that custom eat meat and drink wine the night before Mondays and Thursdays because capital cases not considered at night even in the heavenly courts. But on the days of the week on which the court considers capital cases and on the night that follows they do not eat meat nor do they drink wine because it is taught (Maseches Sanhedrin 32, 1) that monetary cases for which a decision is not rendered in the day may continue to be considered the night after.

## SUPPLEMENT

Do We Perform **נפילת אפים** Only If a **ספר תורה** Is Present In The Room?

פירושי סידור התפילה לרוקה [עב] נפילת אפים-ומה שהחזן נופל על פניו דוקא במקום שיש שם ארון הקדש, על שם שכתוב בעי: ויפלו יהושע והזקנים לפני ארון ברית ה'. (sic)

The correct verse:

יהושע ז', ו': ויפול על פניו ארצה לפני ארון ה' עד הערב הוא וזקני ישראל.

שולחן ערוך אורח חיים סימן קלא' 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 (כ"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).

מגן אברהם סימן קלא ס"ק ו-וס"ת בתוכו - אפילו יחיד בביתו נופל כן משמע בעובד' ררבי אלעזר:

משנה ברורה סימן קלא ס"ק יא-ארון וס"ת בתוכו - ארון לאו דוקא אלא ה"ה ס"ת לחוד די. ומעם הי"א משום דמצינו בקרא רמז שנפילה היא לפני ארון ה' וכדכתיב במלחמת העי ויפול על פניו לפני ארון ה'. ואם אין שם ס"ת רק שאר ספרים דעת הא"ר והדה"ח דלא יפול על פניו רק יאמר המזמור בלא נפילת אפים ויש חולקין בזה. ובמקום שיש ס"ת לכו"ע אפילו יחיד בביתו נופל על אפיו:

ערוך השולחן אורח חיים סימן קלא סעיף י-כתב רבינו הרמ"א בסעיף ב' י"א דאין נפילת אפים אלא במקום שיש ארון וס"ת בתוכו אבל בלא"ה אומרים תחנה בלא כיסוי פנים וכן נוהגין וחצר בהכ"נ הפתוח לבהכ"נ או בשעה שהצבור מתפללין אז אפילו יחיד בביתו אומר תחנה בנפילת אפים עכ"ל הדין הזה הוא מרוקה וכתב סימן לדבר ביהושע [יהושע ז', ו'] במלחמת העי ויפול על פניו לפני ארון ה' [עט"ז סק"ה שהקשה מפלגש בגבעה דכתיב [שופטים כ, כג] ויבכו לפני ה' ע"ש ותמיהני דשם כתיב ארון וצ"ע] ורבינו הב"י בספרו הגדול כתב דאם קבלה נקבל ואם לדין יש תשובה עכ"ל ונ"ל דכוונתו דהא עיקר התנפלות למדנו ממשנה רבינו דכתיב [דברים ט, יח] ואתנפל ושם לא היה ארון ואי משום שבהר סיני היא עיקר השראת הקדושה הא בכל מקום שהאדם מתפלל הוי המקום קדוש וכשמתפלל שכינה כנגדו והוא כעומד לפני המלך כאשר נתבאר כמה פעמים ועוד דברא"ש מגילה שם פסק דיחיד בביתו מותר ליפול פניו על הקרקע ובביתו מסתמא ליכא ס"ת [ט"ז שם] ומ"מ המנהג

הפשוט כהרוקה וכפסק רבינו הרמ"א ובהצר בהכ"נ הפתוח לבהכ"נ בשעה שהפתח פתוח נופלין בהצר ולא בשעה שהפתח נעול ובעזרת נשים נופלין [מג"א סק"ז] וכן החדרים הקטנים שסביבות בתי כנסיות ובתי מדרשות דינן כבהכ"נ ובית המדרש לענין זה וזה שכתב דאפילו יחיד בביתו בשעה שהצבור מתפללין נופל על פניו יש מי שפי' דזהו דוקא בשעה שהציבור אומרים תחנון [שם סק"ח] ויש מי שפי' דרק בזמן התפלה של ציבור יכול יפול [ט"ז סק"ז] וכ"ש כשמתפללין במנין בביתו בשעת זמן תפלת הציבור נופלים שם גם בלא ס"ת [שם] וכן נראה עיקר בכוונת רבינו הרמ"א אם כי אין המנהג כן.

אוצר דינים ומנהגים—אין נופלין על פניהם רק במקום שיש ס"ת, כי ביהושע כתיב ויפול על פניו ארצה לפני ארון ה', וי"א שאם נמצאו שם ספרים הוא כמו ס"ת. ובברכי יוסף (ברכי יוסף סי' קל"א) כתב דע"פ קבלה נופלין אפילו במקום שאין ס"ת או ספרים, ומנהגנו שלא ליפול.