

תורת אמך

ביאורי סוגיות והדרכה לימודית

מסכת ברכות

פרקים ד-ה: תפילה

סוגיה מט: נפילת אפיים

נכתב בסייעתא דשמיא

על ידי

אליהו מאיר ליפשיץ

ב"ר חיים שמאי ז"ל

ישיבת ברכת משה, מעלה אדומים

© כל הזכויות שמורות למחבר

סוגיה מט: נפילת אפיים

רקע

סוגיית הגמ' עוסקת בדין נפילת אפיים, למרות שמונח זה אינו מוזכר בה. המושג "נפילת אפיים" מוזכר מספר פעמים במסכתות אחרות: הגמ' במגילה [כב:] אומרת שכשרב הגיע לבבל "נפול כולי עלמא אאנפייהו ורב לא נפל על אנפיה", הגמ' במגילה [שפ] ובתענית [יד:] אומרת ש"אין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו אלא אם כן נענה כיהושע בן נון", והגמ' בכבא מציעא [נט:] אומרת שאחרי המעשה בתנורו של עכנאי, אשתו של רבי אליעזר לא הניחה לו ליפול על פניו. למרות שהמושג מוזכר פעמים רבות, לא ברור מהי נפילת אפיים, וכן לא ברורים גדרי הדין וזמנו.

מקורות

- א. לד: "ת"ר קידה על אפים... לאביי ורבא דמצלו אצלוויי"
 מגילה כב:--כג. "גופא רב איקלע לבבל בתענית צבור... לאביי ורבא דמצלי אצלוויי"
 ב. בבא מציעא נט: "אימא שלום דביתהו דר"א... חוץ משערי אונאה" [להבנת ההקשר יש להתחיל בנט. "תנן התם חתכו"]
 ג. תוס' מגילה כב: ד"ה ואיבעית, אין רמב"ם הל' עבודה זרה פ"ו הל' ו-ח
 הל' תפילה פ"ה הל' יג-טו, פ"ט ה"ה
 הגהות אשר"י פ"ד סי' כ
 ריטב"א מגילה כב: ד"ה דא"ר חייא בריה דר' הונא
 שו"ת הריב"ש סי' תיב, "והרב רבי יצחק בן גיאת... אבל בשוחה לבד אין לחוש לזה"
 ד. ריטב"א בבא מציעא נט: ד"ה לא שבקת, ההוא יומא
 ה. שו"ע סי' קלא, ומשנה ברורה

ריטב"א מגילה כב: ד"ה דא"ר חייא בריה דר' הונא
 דא"ר חייא בריה דרב הונא חזינא להו לאביי ורבא דמצלו אצלוויי. פירוש אדר' אלעזר קאי שאין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו ולפיכך אביי ורבא לא היו נופלים על פניהם בארץ, דמתעטף ומסתיר פניו בארץ זהו עיקר נפילת אפים שאינו לא קידה ולא פישוט ידים ורגלים, כדמוכח לעיל בהדיא, אלא מצלו אצלוויי במקומם כמו שאנו עושים היום. ובמסכת ברכות [לד:] מייתי לה גבי רצפה של אבנים שאסור להשתחוות עליה, דאביי ורבא אצלו אצלוויי שלא כמשתחוים, שלא אסרה תורה אלא פישוט ידים ורגלים לגמרי כעין השתחויה שבמקדש והא איתא דכוותה בעלמא.

שו"ת הריב"ש סי' תיב, "והרב רבי יצחק בן גיאת... לחוש לזה"

והרב רבי יצחק בן גיאת ז"ל כתב בשם רבינו שרירא ז"ל: דאביי ורבא חיישי לאבן משכית אפילו לא היתה שם רצפת אבנים לפניהם, שמא היתה שם וחרב המקום ונבנה עליה כשהיא שם. אבל דעת הר"ם ז"ל: דכל שיש דבר מפסיק בין פניו והאבן משכית, אינו אסור, שכתב: שלכך נהגו לשום מחצלאות או גמי בכתי כנסיות שהם רצופות באבנים. ומכל מקום אפשר לומר שלזה נהגו הכל בנפילת אפים בשיבה שהיא כדרך ההטיה של אביי ורבא ואין זה כלל דרך השתחואה. ואם גם בשיבה יטה מעט על צדו, כל שכן שהוא משובח. ורש"י ז"ל כתב בשם רבותיו: שראוי שתהיה ההטיה לצד ימין, מדכתיב: שמאלו תחת לראשי, וימינו תחבקיני, וכן הוא בבראשית רבה. אמנם אם יחיד נופל על פניו מעומד ומטה קצת על צדו לצאת מידי חשש אבן משכית שאסור להשתחוות עליה אפילו לשמים חוץ למקדש, נראה שאין בזה חשש כלל. ומעולם לא ראיתי מי שמיחה בזה. ומדברי רש"י ז"ל וכן הרמב"ם ז"ל נראה שאין לחוש לאבן משכית אפילו מדרבנן אלא כשפניו דבוקות בארץ, אף על פי שאין בו פשוט ידים ורגלים, אבל בשוחה לבד אין לחוש לזה.

ריטב"א בבא מציעא נט: ד"ה לא שבקת, ההוא יומא
לא שבקת ליה למיפל על אנפיה. תמיהה מילתא היאך אפשר שלא תזוז ממנו כל היום, ומכאן מביא רבנו רביה שאסור להפסיק בשיחה ובדברים אחרים שאינם של תפלה בין תפלה לנפילת אפים.
ההוא יומא ריש ירחא הוה. מכאן נלמוד שאין נופלין על פניהם בראש חדש ובשבת וביום טוב. והא דאמרינן [תענית יד:]: שאין אדם [חשוב] רשאי ליפול על פניו אלא אם כן נענה כיהושע, ורבי אליעזר אדם חשוב הוה, ומיהו ההיא כבר פירשנוה במקומה.

הסבר הסוגיה

תנו רבנן: קידה על אפים... כריעה על ברכים... השתחואה זו פשוט ידים ורגלים...
 אמר רב חייא בריה דרב הונא: חזינא להו לאביי ורבא דמצלו אצלויהי. [גמ' לד:]

הברייתא מתארת שלושה סוגים של השתחויות: א. קידה - עומד או יושב ופניו דבוקות בקרקע¹. ב. כריעה - כורע על ברכיו². ג. השתחואה - שוכב על הקרקע בפישוט איברים. הגמ' אומרת שאביי ורבא לא נהגו בנפילת אפיים אף אחת מהאפשרויות הללו, אלא היטו על צדיהם בלבד. הגמ' אינה מבארת את סיבת מנהגם, וכדי להבין זאת יש לעיין בגמ' במסכת מגילה [כב:].

הגמ' במסכת מגילה אומרת שרב הגיע לבבל ולא נפל על פניו בשעה שהציבור עשה כן. הגמ' מעלה שלושה אפשרויות להסבר מעשהו של רב: א. במקומו של רב היתה רצפה של אבנים ובשאר בית הכנסת לא היתה רצפה של אבנים; רב לא היה יכול ליפול על פניו כיוון שאסור להשתחוות על רצפה של אבנים, אך שאר הציבור שבמקומם לא היתה רצפה של אבנים, יכלו ליפול על פניהם. ב. היתה רצפה של אבנים בכל בית הכנסת; מנהגו של רב היה ליפול על פניו בפישוט איברים, ומנהג בני בבל היה ליפול על פניהם ללא פישוט איברים,

¹ מהביטוי "על אפים" משמע שהפנים דבוקות בקרקע, וכך מפורש ברש"י [סוכה נג. ד"ה וזו קידה].

² מההשוואה לשני סוגי השתחויות האחרים משמע שגם כאן פניו דבוקים בקרקע, אך לא מצאתי מקור מפורש לכך, ומדברי הרמב"ם המובאים בהערה הבאה משמע שלדעתו פניו אינם חייבים להיות דבוקים בקרקע כשהוא כורע.

ואיסור השתחווה על אבן משכית הוא רק כשמשתחוה בפישוט איברים. ג. רב הוא אדם חשוב, ואסור לאדם חשוב ליפול על פניו אלא אם כן נענה כיהושע בן נון³. הגמ' מסיימת שאביי ורבא נהגו להטות על צדיהם.

תוס' [שם ד"ה ואיבעית] מבארים שהדיון בסוגיה סובב סביב איסור "אבן משכית לא תתנו בארצכם להשתחות עליה". איסור זה נוהג מהתורה רק כשמשתחוה בפישוט איברים, ושתי האפשרויות הראשונות בהסבר הימנעותו של רב מליפול על פניו נחלקו בגדר האיסור מדרבנן. לפי האיבעית אימא הראשון יש איסור מדרבנן להשתחות כשפניו בקרקע אף כשאינו בפישוט איברים, וכיוון שבמקומו של רב היתה רצפה של אבנים, הוא לא נפל על פניו. לפי האיבעית אימא השני אין איסור להשתחות ללא פישוט איברים, ולכן למרות שבכל בית הכנסת היתה רצפה של אבנים הציבור נפל אפיים, ורב שמנהגו היה ליפול על פניו בפישוט איברים לא נפל על פניו. אביי ורבא סוברים שיש איסור דרבנן להשתחות על רצפה של אבנים אף כשאינו פושט ידיו ורגליו, ולכן הם היטו על צדיהם [כך מפורש ברא"ש (מגילה פ"ג ס' ד)].

רש"י [שם כג. ד"ה דמצלי אצלוין] מפרש את מנהגם של אביי ורבא באופן אחר: "דמצלי אצלוין - על צדיהן, ולא נופלין על פניהן ממש, לפי שאין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו". לדעת רש"י מנהגם של אביי ורבא לא היה מפני איסור השתחווה על אבן משכית אלא מפני שאדם חשוב אינו רשאי ליפול על פניו [הרא"ש (מגילה פ"ג ס' ד) מדייק מלשון הרי"ף (שם יג.)], שאף הוא מפרש כך את מנהגם של אביי ורבא.

העולה מגמ' זו, לפי פירושם של התוס', שנפילת אפיים, כשמה כן היא, נפילה על אפיים, כך שהפנים כבושות בקרקע. לפי האיבעית אימא הראשון כבישת הפנים ברצפה של אבנים אסורה מדרבנן אף כשאינו פושט ידיו ורגליו, ולכן הנופל על פניו חייב להקפיד שאינו נופל על רצפה של אבנים או להטות על צדו, כך שכתפו דבוקה בקרקע ופניו מקבילים לקרקע [מהתוס' עולה שהם פוסקים להלכה כאיבעית אימא זו]. לפי האיבעית אימא השני, אין איסור להשתחות ללא פישוט איברים, ולכן יכול ליפול על פניו בין בכריעה ובין בקידה אף על רצפה של אבנים [אלא אם כן הוא אדם חשוב שצריך להטות]. רש"י מפרש שאביי ורבא היטו מפני שהם אנשים חשובים, ולא מפני איסור השתחווה על אבן משכית, ולפירושו אין ראייה שמותר להשתחות על רצפת אבנים כשהוא מטה על צדו⁴.

³ הרמב"ם בסדר תפילת הציבור [פ"ט] מחדש שבתפילת הציבור צריכים כולם להטות פניהם: "יפול על פניו ויטה מעט הוא וכל הציבור" [ה"ה]. כנראה שלדעתו דין ציבור כדין אדם חשוב, ואולי מקורו מהירושלמי [תענית פ"ב ה"ו]: "ובלבד יחיד על הציבור".

⁴ הבנה זו שאסור להשתחות בפשיטת ידיים ורגליים על רצפת אבנים אפילו כשמה פניו מפורשת באור זרוע [ח"א ס"י צג]. מפני החמרה זו הוא מקל כאיבעית אימא השני, שמותר להשתחות על רצפת אבנים ללא פשיטת ידים ורגלים אף כשכובש פניו בקרקע.

הרמב"ם פוסק בהלכות תפילה [פ"ה הי"ד]: "כשהוא עושה נפילת פנים אחר תפלה יש מי שהוא עושה קידה ויש מי שהוא עושה השתחויה⁵, ואסור לעשות השתחויה על האבנים אלא במקדש כמו שבארנו בהלכות עבודה זרה, ואין אדם חשוב רשאי ליפול על פניו אלא אם כן הוא יודע בעצמו שהוא צדיק כיהושע, אבל מטה פניו מעט ואינו כובש אותן בקרקע" - אדם רגיל כובש פניו בקרקע בנפילת אפיים, ואדם חשוב משתחוה ומטה פניו מעט הצידה. בהלכות עבודה זרה [פ"ו הל' ו-ה] הרמב"ם הרחיב דין זה: "אבן משכית האמורה בתורה אף על פי שהוא משתחוה עליה לשם לוקה... ואינו לוקה עד שיפשוט ידיו ורגליו על האבן ונמצא כולו מוטל עליה שזו היא השתחויה האמורה בתורה... ומפני זה נהגו כל ישראל להציע מחצלאות בבתי כנסיות הרצופות באבנים או מיני קש ותבן להבדיל בין פניהם ובין האבנים, ואם לא מצא דבר מבדיל בינו ובין האבן הולך למקום אחר ומשתחוה או שוחה על צדו ומטה כדי שלא ידביק פניו באבן⁶. כל המשתחוה לה' על האבנים המפוצלות בלא פישוט ידים ורגלים אינו לוקה אלא מכין אותו מכת מרדות". הרמב"ם מאמץ את הבנת התוס' שמדרבנן אסור להשתחוות על רצפת אבנים אף בלא פשיטת ידים ורגלים. מנהג כל ישראל, לפי דברי הרמב"ם, ליפול אפיים ולכבוש פנים בקרקע בתפילות היום, ולכן נוהגים כל ישראל להציע מחצלאות בבתי כנסיות. כשיש רצפת אבנים ללא מחצלאות, אינו יכול להשתחוות ולכבוש פניו בקרקע, ולכן הולך למקום אחר ונופל על פניו, או ששוחה על צדו ומטה⁷.

שיטת התוס' והרמב"ם, שמותר להשתחוות בפישוט רגליים וידיים כשאינו משתחוה על רצפת אבנים, אינה מקובלת על כל הראשונים. הריב"ש [פי' תיבן] מביא את שיטת הרי"צ גיאת בשם רב שרירא "דאביי ורבא חיישי לאבן משכית אפילו לא היתה שם רצפת אבנים לפניהם, שמא היתה שם וחרב המקום ונבנה עליה כשהיא שם". רב שרירא כנראה מפרש שאביי ורבא נהגו תמיד להטות, בין כשנפלו על פניהם בציבור ובין כשנפלו על פניהם ביחידות, בין כשנפלו על רצפת אבנים ובין כשנפלו על אדמה, ולכן ניתן ללמוד מהם שחציצה אינה מתירה איסור השתחויה על אבן משכית, ושיש לחשוש בכל מקום שמא יש רצפת אבנים הטמונה בקרקע⁸.

⁵ הרמב"ם אינו כותב שיש מי שעושה כריעה, כנראה שלדעתו בכריעה אין כובש פניו בקרקע, ולכן כריעה אינה מתאימה לנפילת אפיים.

⁶ הרמב"ם מביא את דין הטיה על צדו לפני שמביא את דין השתחויה ללא פישוט ידים ורגלים, מוכח שלדעתו הטיה על צדו מותרת אפילו כשפושט ידיו ורגליו.

⁷ מלשון הרמב"ם בהלכות תפילה: "כשהוא עושה נפילת פנים אחר תפלה יש מי שהוא עושה קידה ויש מי שהוא עושה השתחויה, ואסור לעשות השתחויה על האבנים אלא במקדש", משמע שקידה על אבן משכית מותרת אף מדרבנן. משמעות הדבר היא שבקידה עומד על רגליו ופניו דבוקות בקרקע [כשכורע על ברכיו ופניו דבוקות בקרקע יש איסור דרבנן]. אולי ניתן להבין שהרמב"ם חולק על התוס' בהבנת הגמ', ולדעתו אין מחלוקת בין האיבעית אימא הראשון לשני, ולפי האיבעית אימא השני הציבור עשה קידה המותרת אף על אבן משכית.

⁸ הסבר זה הוא על פי הבנת הריב"ש. המגן אברהם [פי' קלא סק"ב] חולק, ולדעתו אין מחלוקת בין הרמב"ם לבין רב שרירא גאון לגבי הפסק מאבן משכית, לדעת שניהם מחצלות מהוות הפסק, וקרקע לא חשיב הפסק.

האיסור להשתחוות בפשיטת ידיים ורגליים אפילו כשאין רצפת אבנים מובא גם בהגהות אשר"י⁹ [פ"ד סי' כ], אך הוא מתיר כשמטה פניו. הבית יוסף [סי' ולא סע' ח ד"ה והגהת] מעלה אפשרות שאיסור זה הוא גזרה, כדי שלא יבוא לעשות כן על רצפת אבנים.

הריטב"א [מגילה כב: ד"ה דא"ר חייא] מפרש את הטייתם של אביי ורבא בדרך שונה: "אביי ורבא לא היו נופלים על פניהם בארץ, דמתעטף ומסתיר פניו בארץ זהו עיקר נפילת אפים שאינו לא קידה ולא פישוט ידיים ורגלים, כדמוכח לעיל בהדיא, אלא מצלו אצלו במקומם כמו שאנו עושים היום". אביי ורבא לא השתחוו אלא ישבו, נטו על צידם, כפפו את ראשם לארץ ועטפו אותו בטליתם¹⁰. על פי פירוש זה מנהגנו לשבת בנפילת אפיים ולהטות את פנינו על ידינו אינו שינוי ממנהגם של הקדמונים אלא מבוסס על מנהגם של אביי ורבא.

יכול להיות שמנהגנו שלא להשתחוות על גבי הקרקע בנפילת אפיים מבוסס גם על דברי רב נטרונאי האומר [מובא בטור סי' קלא]: "הנופל על פניו צריך לתלות פניו למעלה מן הקרקע >כדי שלא יהא נראה כמשתחוה לשלפניו<¹¹. אין ליפול על גבי הקרקע אלא צריכים להגביה את הפנים למעלה מהקרקע¹².

סוגיית גמ' נוספת המלמדת את גדרי נפילת אפיים נמצאת במסכת בבא מציעא [נט:]. הגמ' אומרת שאשתו של רבי אליעזר חששה שהוא מקפיד על רבן גמליאל אחיה שנידה אותו מפני המעשה בתנורו של עכנאי, ולכן מנעה ממנו ליפול על פניו. יום אחד היה ראש חודש, אך היא חשבה שהחודש מלא וראש חודש רק למחרת, ולכן לא מנעה ממנו ליפול על פניו ורבן גמליאל מת. הריטב"א [שם ד"ה לא שבקת] מקשה כיצד היא מנעה ממנו ליפול על פניו כל הימים, וכי לא זזה ממנו כל היום? ומתרץ שאסור להפסיק בשיחה בין תפילה לנפילת אפיים, וכיון שהפסיק בשיחה לא חששה עוד שיפול על פניו¹³.

מסוגיה זו לומדים שתי הלכות חשובות בדין נפילת אפיים: א. אסור להפסיק בשיחה בין תפילה לבין נפילת אפיים. ב. אין נפילת אפיים בראש חודש, וכל שכן שאין נפילת אפיים בשאר המועדים מהתורה.

מההקפדה שלא להפסיק בין תפילה לבין נפילת אפיים הרמב"ם לומד את מהות דין נפילת אפיים. הרמב"ם [פ"ה ה"א] מונה "שמונה דברים צריך המתפלל להזהר בהן

⁹ ההגהות אשר"י מביא דין זה בשם האור זרוע [ח"א סי' צג], אך דין זה אינו מובא שם.

¹⁰ לא הבנתי מדוע הטו על צידם והרי הם לא נפלו על פניהם. יכול להיות שהיו צריכים להטות מפני שהסתירו פניהם בקרקע.

¹¹ עיין ב"ח [סי' קלא סע' א ד"ה ומ"ש ואיתמר, מיהו] האומר שבחלק מספרי הטור גורסים את המוקף ובחלק אין גורסים אותו.

¹² האחרונים [בית יוסף (סע' ח ד"ה ומ"ש רבינו), ב"ח (סע' א), פרישה (אות א)] האריכו מאוד בפירוש דברי רב נטרונאי. יש לשים לב שאת דבריו: "כדי שלא יהא נראה כמשתחוה לשלפניו" ניתן לפרש או כהסבר לאיסור השתחויה על אבן משכית או כאיסור נוסף מדרבנן. באור זרוע [ח"א סי' צג] מפורש כפירוש הראשון.

¹³ הריב"ש [סי' חב] מפרש ש"היתה לוקחת אותו בדברים עד שהיה רבי אליעזר שוכח מליפול על פניו", לפי הסברו אין ראייה שאסור להפסיק בדיבור בין תפילה לנפילת אפיים.

ולעשותן", ואחרון הוא "השתחויה". מסביר הרמב"ם [פ"ה הי"ג]: "השתחויה כיצד, אחר שמגביה ראשו מכריעה חמישית ישב לארץ ונופל על פניו ארצה ומתחנן בכל התחנונים שירצה". נפילת אפיים אינה דין עצמאי אלא קיום של דין במצות תפילה: צריך להתפלל בכריעה ובהשתחויה, וכיוון שלא ניתן להתפלל את התפילה עצמה בהשתחויה, מצמידים לה תחינה בהשתחויה.

הריב"ש [סי' תיב] חולק על הרמב"ם, ולדעתו נפילת אפיים אינה חובה אלא רשות. הוא מוכיח את דינו מכך שרב לא נפל על פניו בבבל, ומכך שאשתו של רבי אליעזר הצליחה למנוע אותו מליפול על פניו, ואם היה חיוב ליפול, "אותו צדיק לא היה נמנע ממה שחובה"¹⁴.

סיכום

הדיון בדין נפילת אפיים מתחלק לשלושה: א. מהות נפילת אפיים. ב. מתי נופלים. ג. כיצד נופלים. הריטב"א מדייק מהגמ' במסכת בבא מציעא שאין להפסיק בשיחה בין תפילה לבין נפילת אפיים, והרמב"ם לומד מהלכה זו שנפילת אפיים אינה דין עצמאי אלא חלק מהתפילה, ובה מקיימים את החיוב להתפלל בהשתחויה. לדעתו יש חיוב ליפול על פניו, ולדעת הריב"ש אין חיוב לכך.

בגמ' במסכת בבא מציעא מפורש שרבי אליעזר לא נפל על פניו בראש חודש, מכאן שאין נפילת אפיים במועדים. בראשונים ובפוסקים [עיי' טור (סי' קלא) ובית יוסף (סע' ד-י)] דיון נרחב מהם המועדים והזמנים שאין בהם נפילת אפיים.

צורת הנפילה תלויה בגדרי איסור השתחויה על אבן משכית, ובאיסור של אדם חשוב ליפול על פניו. הרמב"ם סובר שמהתורה אסור להשתחוות על אבן משכית בפישוט ידיים ורגליים בלבד, ומדרבנן אסור לכבוש פניו בקרקע אף ללא פישוט ידיים ורגליים. הוא סובר שנפילת אפיים היא כבישת פניו בקרקע, וכשאין רצפת אבנים יכול ליפול על פניו בפישוט איברים, וכשיש רצפת אבנים, מטה על צדו. אדם חשוב מטה על צדו אפילו במקום שאין בו רצפת אבנים.

רב שרירא גאון סובר שיש איסור השתחויה על אבן משכית הטמונה בקרקע, וצריך לחשוש בכל מקום לאבן משכית. לדעתו אסור לכבוש פניו בקרקע, וחייב להטות על צדו [לדעת המגן אברהם, כשיש מחצלות מותר לכבוש פניו בקרקע ללא הטיה]. הגהות אשר"י סובר שהשתחויה בפישוט איברים אסורה אפילו כשהוא מוטה, וכשאין רצפה של אבנים מותרת רק כשהוא מוטה. רב נטרונאי סובר שחייב לתלות פניו למעלה מן הקרקע, ולא מספיקה רק הטיה.

הריטב"א מפרש שלדעת אב"י ור"ב אסור לאדם חשוב להשתחוות כלל, ולכן הם נהגו לשבת במקום, להטות על הצד, לכפוף את הראש לארץ ולכסותו בטלית. הריטב"א מפרש שמנהגנו זהה למנהגם של אב"י ור"ב.

¹⁴ ה"טור [סי' קלא] מביא את דברי רב נטרונאי ש"נפילת אפים בציבור על פניהם אחר התפלה רשות היא".

הלכה

השו"ע [סי' קלא סע' א] פוסק שנוהגים כיום בנפילת אפיים להטות על צד שמאל. הרמ"א פוסק שבשחרית שיש לו תפילין ביד שמאל, נופל על צד ימין, ובמנחה שאין לו תפילין נופל על צד שמאל. הגר"א פוסק כשו"ע.

המגן אברהם [סק"ב] מסביר שהמנהג להטות הוא מעיקר הדין, מפני שדעתנו ליפול על פנינו, ונפילה על אפיים אסורה אפילו כשראשו תלוי באוויר, ולכן צריכים להטות. המגן אברהם [סק"ב] מוסיף, שנהגו גם לחצוץ בין ראשו לבין הרצפה, וכיוון שגופו אינו חוצץ, לא ניתן להטות על ידו אלא צריך לחצוץ בבגד [מובן שאם נופל על שולחן אינו צריך לחצוץ בבגד, כיוון שהשולחן חוצץ בינו לבין הרצפה]. הביאור הלכה [סע' א ד"ה להטות] חולק על המגן אברהם, וסובר שמעיקר הדין אין צריך להטות, שאין איסור להשתחוות כשראשו תלוי באוויר, והמנהג להטות הוא מפני ההטיה שנהגו בימים קדמונים, שנפלו על פניהם ממש.

הרמ"א [סע' ב] פוסק כרוקח, שבמקום שאין ספר תורה אומרים את התחינה ללא נפילת אפיים.

עוד פוסק הרמ"א [סע' ח] כהגהות אשר"י, שגם כאשר אין אבן משכית יכול להשתחוות בפשוט ידיים ורגליים רק כשמטה על צדו. והרמ"א מסיים: "וכן יעשו [=טו] ביום כיפור כשנופלין על פניהם <יש גורסים: אם ויש גורסים: או> יציעו שם עשבים כדי להפסיק בין הקרקע, וכן נוהגים". לפי הגרסה "אם", צריך להציע עשבים על רצפת האבנים שבבית הכנסת וגם להטות, מפני שחציצה אינה מועילה כשיש רצפת אבן. לפי הגרסה "או", מספיק להציע עשבים ולא צריכים להטות, מפני שעשבים ומחצלות מהווים חציצה לאבן משכית¹⁵.

השו"ע [סע' ו-ז] פוסק שאין נפילת אפיים בראש חודש, חנוכה, פורים, ט"ו באב, ט"ו בשבט, כל חודש ניסן, תשעה באב ובין יום הכיפורים לסוכות. הוא מוסיף שאין נופלים גם במנחה של ערב ראש חודש ויש נוהגים גם במנחה של ערב חנוכה. הרמ"א מוסיף שאין נופלים גם בל"ג בעומר, ערב ראש השנה, ערב יום הכיפורים ומראש חודש סיון עד אחר שבועות. המשנה ברורה מוסיף שאין נופלים גם במנחה של ערב ט"ו באב, של ט"ו בשבט, ושל פורים גדול וקטן [סק"ב-ג], ושיש נוהגים שבחודש סיון אין אומרים תחנון עד שישה ימים אחר שבועות [סקל"ו].

השו"ע [סע' ד] פוסק שאין אומרים תחנון בבית אבל, בבית חתן, בבית כנסת שיש בו מילה וכשיש חתן בבית הכנסת. המשנה ברורה [סק"ב] מוסיף שאין נפילת אפיים בבית כנסת שאבי הבן, הסנדק והמוהל מתפללים בו, אך במנחה נופלים על פניהם, למעט בעלי הברית שאינם נופלים אפילו במנחה.

¹⁵ המגן אברהם [סק"ב] מפרש שלגרסה "אם" דין השתחויה על עשבים שעל גבי רצפת אבנים שווה לדין השתחויה על גבי קרקע עולם, שמותר בהטיה בלבד. לגרסה "או" עשבים מהווים חציצה ולכן מותר להשתחוות בפשוט איברים אף ללא הטיה, אך קרקע עולם אינה חוצצת וחוששים לאבן משכית תחתיה, ולכן אסור להשתחוות עליה ללא הטיה.