

להמון תפילות נידחות של עצמו של כל העולם...

ההפלאה (פנים יפות, תחילת ואתחנן):
 המחשבה היא העיקר בתפילה והיא המחיה
 את הדיבור כמו נשמה המחיה את הגוף...
 אבל הדיבור שהוא בלי מחשבה הוא כמשא,
 כגוף בלא נשמה,
 וכפי המחשבה הוא החיות בדיבור כי 'החי
 נושא את עצמו'...
 וכשהדיבור רב והמחשבה מועטת, על זה
 אמר הנביא: "יען כי ניגש העם הזה בפיו
 ובשפתיו כבדוני", שהדיבור כבד מנשוא.

ברכות כט, ב
 העושה תפילתו קבע, תפילתו דומה עליו
 למשא.

המשורר רבי יוסף צבי רימון זצ"ל:

וכך מספר המשורר, בעל נפש העמוקה
 והרגישה, ר' יוסף צבי רימון ז"ל, איש
 יפו: "פעם בבוקר... התפלל באיזו
 מתיקות מיוחדת, והבנתי כי היו לו
 איזה געגועים להאריך בצלותא...
 ומתוך קול התפילה השתפכה נפשו
 כנפש אחד הגאונים - ענק-אדם
 שנשאר עוד לבדו בארץ, והוא דורש
 את אלוקים".

(בשדה הראיה, עמוד 107, ובאורות
 התפילה)

מנורת המאור (סימן ק"ג):

מצאתי במדרש, חייב אדם לנענע עצמו
 בתפילה, על שם שנאמר: "כל עצמותי
 תאמרנה ה' מי כמוך", וכן מנהג
 החסידים.

דרך חיים (בשל"ה, ענייני תפילה):

המתנועע בתפילתו גורם ביטול כוונתו,
 והעמידה בלתי התנועעות כלל - עוזרת
 אל הכוונה. ומה שכתוב: "כל עצמותי
 תאמרנה" היינו בשירות ותשבחות
 וברכות קריאת שמע ותלמוד תורה,

ש"ת הרשב"א חלק א סימן תכג:

ועל ענין התפלה שאמרת כי בלתי הכוונה
 נחשבת כמאומה לעובד באמת כי הכונה
 יסוד הכל. אבל הכוונות רבות ונחלקות
 למדרגות רבות זו לפנים מזו כפי רבוי
 הידיעות והשגות. מן הקטן שבאישים ועד
 משה רבינו עליו השלום. ולפי השגת כל אחד
 ואחד ימצא חן. והמדרגה הראשונה שבכוונות
 שכל ישראל עומדים עליה היא שהכל יודעים
 ומודים שיש אלוה יתברך מחוייב המציאות
 חדש העולם ברצונו כאשר רצה. ושנתן תורה
 לעמו ישראל בסיני תורת אמת וחקים
 ומשפטים צדיקים. ולו אנחנו ולפניו נעבוד.
 והוא שצונו למסור נפשותינו אליו בקראינו
 השם. ואליו נודה ולפניו נתפלל כי מאתו
 נמצא הכל. והוא המשגיח והמשקיף על
 מעשינו לגמול ולשלם שכר. ועל הכונה
 הזאת יתפלל כל מתפלל בישראל. ואפי'
 הנשים ועמי הארץ וכלם מקבלים שכר חף
 עבודתם אשר הם עובדים. ואפילו מי שאינו
 יודע לכוין המלות ומחליף מלה במלה מקבל
 שכר על הכונה הכללית. וכן אמרו ז"ל (שיר
 השירים ב') ודגלו עלי אהבה. וחס ושולם
 למנוע מהתפלל כל מי שאינו יודע לכוין
 בכוונת שמכוונים אליהם גדולי החכמים.

תרומת הכרי (הקדמה, אות ג):

אמנם, גם אם איננה [התפילה] בכוונה, אינה
 נדחית לגמרי, אבל היא מונחת בקרן זווית,
 ואם יתפלל אחר כך בכוונה, יש בו כוח
 להעלותה... וזו אשר כיוונו בה חז"ל שגדולה
 תפילה מהקרבתנות...

אורות התשובה (טו, ח):

כמו שהדין נוהג בתשובה, כך הוא נוהג
 בתפילה. ישנם דברים המעכבים את
 התפילה... ואז אור התפילה הבאה מתוך
 הדברים המעכבים, הולך למישרים בחיל
 גדול, בגבורה של מעלה, ומפלט נתיבות

אבל לא בתפילה. ואם יש מי שאומר
כן גם בתפילה, נראה לי שאין לחוש
לדבריו, כי הניסיון מוכיח שהעמידה
בלי נענוע בתפילה גורם לכוון הלב,
וראה בעיניך - הישאל אדם שאלות
ממלך בשר ודם וגופו מתנועע כנוע עצי
היער מפני רוח?...?

ברכות ח.

אמר רב חסדא: לעולם יכנס אדם... שיעור
שני פתחים, ואחר כך יתפלל.

כף החיים (צ"ח ס"ק טו):

...יזהר אדם בכל מה שיוכל כדי לעורר
כוונתו.

ועל כן מי שנאנס ובאה לו מחשבה
באיזה ברכה מברכת שמו"ע, לא יסיח
דעתו משאר הברכות מפני שלא כיוון
באחת, כי זה דומה למי שאיבד
מרגלית אחת - היעלה על הדעת
שיאבד את כל המרגליות שיש לו
מפני האחת שנאבדה לו? הלא
אדרבה, הוא נזהר בתכלית הזהירות
בכל מה שאפשר לו להיזהר, שלא
יאבד עוד מרגליות. וכל שכן, אם איבד
פעם אחת ושתיים, שיזהר הרבה שלא
יאיבד עוד שום דבר.

מוסר אביך (ב', ב):

בכל דרכיך דעהו - צריך לבקש את
הקב"ה בתוך הדרכים שהוא מתנהג
בהם.

כשהוא עוסק בתפילה - אז יבקש את
הקב"ה בהבנת ענייני תפילתו, וכוונה
רצויה באמונת הלב באותם העניינים
של תפילתו, ולא יבקש את הידיעה
בשעה ההיא בעניינים אחרים. כי
כיוון שהוא עוסק בעבודה זו, הקב"ה
כביכול שורה מצדו בזו העבודה
דווקא, ובה ימצאנה ולא במקום אחר.
וכשהוא עוסק בתורה, ידע שימצא את
הקב"ה בהיותו מעמיק ומעיין להבין
דבר על בוריו, ולזכור ולשנן היטב,
ובזה הוא יודע אותו יתברך בתורתו,
ולא באופן אחר, כי בשעה זו הוא
מתגלה בעבודה זו.

ורמזו חז"ל בדבריהם (שבת י, א) 'זמן
תפילה לחוד וזמן תורה לחוד' והבין.
וכשאדם פועל איזה דבר של שלימות,
בין במחשבה בין במעשה, צריך לשמוח
בחלקו, ולא ירדוף אז אחר דבר אחר,
כי כל העולם כולו מתקפל לפניו אז
דווקא בפרט זה.

רמ"א מ"ח, א:

ונהגו המדקדקים להתנועע בשעה שקורין
בתורה, דוגמת התורה שנתנה ברתת, וכן
בשעה שמתפללים, על שם: כל עצמותי
תאמרנה י"י מי כמוך (תהילים לה, י)
(אבודרהם).

מגן אברהם סימן מח ס"ק ד:

ודעביד כמר עביד וכמר עביד ובלבד שיכוין.

ערוך השולחן (סעיף ג):

ותלוי לפי טבעו: דאם בהתנועע
הכוונה יותר טוב אצלו - נכון
להתנועע, ויש אדם שכוונתו יותר
ברורה כשעומד בשווה לגמרי - לא
יתנועע, והכל לשם שמים.

רבנו תם (ספר הישר, שער שלוש עשרה):

ואם לא יוכל לפנות לבו מן המחשבות,
יבקש עצה, כגון שיחשוב בעת תפילתו
כי הבורא ניצב כנגדו ומביט מוצא
שפתיו... וכשיאמין אדם בזה הדבר,
אז יחרד ויפנה לבבו.

ספר חסידים (קנ"ח):

טוב להתפלל ולכוין בשמחה ובכבוד
להקב"ה.

להתפלל בכוונה, שלא תדבר עם אדם
קודם שתעמוד בתפילה, אלא אמור
דברים המכניעים את הלב תחילה
ברחמים.

וכשתתפלל, תוסיף על כל ברכה
וברכה מענינה לצרכיך, כי ביותר הם
מכנינים את הלב,

ואם לא תוכל להוסיף לפי שהקהל
סיימו קודם, תוסיף באחת או בשתיים
כדי שלא תצטרך למהר בברכה...