

הלכות ברכות השחר/הרב חננאל עמי ישראל זייני

- א. תקנו חכמים לברך כמה ברכות בבוקר על מנהגו של אדם ועל מנהגו של עולם. וכיון שלא תמיד נקיות הידיים לאחר השינה – יש לברך אותם תמיד לאחר נטילת ידיים.
- ב. אלו הן הברכות (ישנם הבדלים בנוסח הברכות ובסדר שלהם, בין ספרדים לאשכנזים):
1. א-להי נשמה – כאשר אדם מתעורר.
 2. הנותן לשכוי בינה – כשאדם שומע את התרנגול בעמוד השחר.
 3. פוקח עוורים – כאשר אדם פותח את עיניו.
 4. מתיר אסורים – כאשר אדם מתיישב.
 5. זוקף כפופים – כאשר אדם קם.
 6. מלביש ערומים – כאשר אדם מתלבש.
 7. הנותן ליעף כח – ברכה זו אינה מופיעה בדברי חז"ל, ואף על פי כן, נהגו כל ישראל לברך אותה, למעט כמה מקהילות תימן.
 8. רוקע הארץ על המים – כאשר אדם דורך על הקרקע.
 9. המכין מצעדי גבר – כאשר אדם הולך.
 10. שעשה לי כל צרכי – כאשר אדם נועל את נעליו.
 11. אוזר ישראל בגבורה – כאשר אדם חוגר חגורה.
 12. עוטר ישראל בתפארה – כאשר אדם שם כיפה / כובע / כיסוי ראש.
 13. המעביר חבלי שינה מעינינו ותנומה מעפעפינו – כאשר אדם רוחץ את פניו.
- ג. אדם שבירך בטעות זוקף כפופים, לפני שבירך מתיר אסורים – לא יברך את ברכת מתיר אסורים.
- ד. אדם שלא שמע תרנגול בעמוד השחר, וכן כל אדם שאחת מברכות אלו אינן שייכות לגביו, יברך אותה בכל זאת, כיון שאלו הן ברכות השבח, ואין בהם ברכה לבטלה.
- ה. בתשעה באב וביום הכיפורים נהגו הספרדים שלא לברך שעשה לי כל צרכי, כיון שאסור לנעול נעליים.
- ו. אין לענות אמן אחרי "המעביר חבלי שינה מעינינו ותנומה מעפעפינו", כיון שאין זה סיום הברכה אלא סיום הברכה הוא "גומל חסדים טובים לעמו ישראל".
- ז. על ברכות אלו הוסיפו חז"ל עוד שלש ברכות שאדם צריך לברך בכל יום:
1. שלא עשני גוי.
 2. שלא עשני עבד.
 3. שלא עשני אשה. והנשים מברכות: שעשני כרצונו.
- ח. יש אומרים שגר צדק יברך "שעשני גר", שהרי נולד גוי. ויש אומרים שכיון שהקב"ה לא עשאו גר, אלא הוא בחר להתגייר, לא יברך כלל ברכה זו. ויש אומרים שיברך "שעשני ישראל / יהודי". ולהלכה: כיון ש"גר שנתגייר כתינוק שנולד" מברך שלא עשני גוי ככל יהודי.

ט. כל הברכות האלו אינן חלק מהתפילה, ולכן אין לחכות לבית הכנסת כדי לברכן. אלא יש לברך אותן בבית, וביחוד למי שרוצה לשתות לפני התפילה.
י. נהגו במקומות רבים בחו"ל שחזן אומר את כל ברכות השחר בקול בבית הכנסת, משום עמי הארץ שאינם יודעים לברך. אולם, אין לעשות כך במקום שאין עמי הארץ. ומי שמברך בבית הכנסת, לא יברך בביתו, שאין לברך ברכות אלו פעמיים.



מאה ברכות

יא. תקנו חכמים לברך בכל יום מאה ברכות לפחות.
יב. דין זה שייך לגברים בלבד ונשים פטורות ממנו.
יג. ביום חול מברך אדם 103 ברכות: נטילת ידים ואשר יצר (2), ברכות השחר (16), ברכת התורה (3*), טלית ותפילין (2**), ברוך שאמר וישתבח (2), ברכות ק"ש (3), שחרית (19), מנחה (19), ברכות ק"ש של ערבית (4), ערבית (19), ברכת המפיל (1), ארוחת בוקר (נט"י), המוציא וברהמ"ז – 6), ארוחת ערב (6).
יד. בצומות (חוץ מט"ב ויוה"כ), שחסרה ארוחת בוקר – חסרות שלש ברכות, ונהגו הספרדים להשלים שתי ברכות מתוכן ע"י הנחת טלית ותפילין במנחה.
טו. בשבת מברך אדם 82 ברכות: ברכות ק"ש של ערבית (4), ערבית (7), קידוש (2), סעודת שבת (6), ברכת המפיל (1), נטילת ידים שחרית ואשר יצר (2), ברכות השחר (16), ברכת התורה (3), טלית (1), ברוך שאמר וישתבח (2), ברכות ק"ש (3), שחרית (7), מוסף (7), קידוש וסעודת שבת (7), מנחה (7), סעודה שלישית (7**). ולכן יש להשלים למאה ברכות ע"י אכילת עוגות, פירות וכדומה, וכן ע"י הרחת בשמים ואשר יצר.
טז. בימים שקשה מאד להגיע למאה ברכות, כגון: יום טוב שאינו פסח (76), יוה"כ (60), תשעה באב (90) – יש לכוון לצאת ידי חובה בברכות הציבוריות: ברכות העולים לתורה וההפטרה, ברכה מעין שבע וכדומה.



* יש אומרים שזוהי ברכה אחת.

** לאשכנזים 3.

*** בחלק מקהילות ישראל נוהגים לברך על היין בתוך סעודה שלישית ע"פ הרמב"ם.