

ארחות חיים

לברך ולהתפלל בנחת

כאשר אנחנו מברכים או מתפללים עלינו לברך בנחת ולא במהירות, אחרת אנו עלולים לדלג על מילות הברכה או 'לבלוע' אותן.

כשנברך בנחת זה גם יעזור לנו להקשיב למילים שאנחנו אומרים ולהבין היטב מה שאנחנו מברכים או מתפללים. בפרט כשאנחנו מזכירים את שם שמים, עלינו להזכיר אותו בנחת ומתוך יראת כבוד לבורא העולם, ונכון שהקדוש ברוך הוא בחסדו משפיע שפע של ברכה עלינו ועל כל העולם.

מאוד יעזור לנו לכוון בברכה או בתפילה אם נברך בישיבה ונאמר את הברכה בקול ולא נברך כאשר אנחנו מסתובבים בבית או בכיתה או עסוקים במשהו אחר. כאשר אנחנו מתפללים נתרכז בסיודור ולא נביט סביבנו, כדי שלא נסיח את דעתנו מלהתרכז בתפילה.

ברכת אשר יצר בבוקר

למדנו שכאשר אנחנו קמים בבוקר אנו נוטלים את הידיים ומברכים 'על נטילת ידיים'. אם קמנו ואנחנו מרגישים צורך להתפנות וללכת לשירותים, לאחר שנתפנה עלינו ליטול את הידיים, וחץ מברכת 'על נטילת ידיים' נברך גם את ברכת 'אשר יצר'.

אם בסמוך לזמן שקמנו וסיימנו להתלבש אנחנו הולכים לבית הספר ומיד מתפללים תפילת שחרית, חלק מקהילות אשכנז נוהגים שלא לברך את ברכת 'על נטילת ידיים' וברכת 'אשר יצר' בבית מיד לאחר הקימה מהשינה, אלא ממתינים עם הברכות עד שמגיעים לבית הכנסת ואומרים אותן יחד עם ברכות השחר וברכות התורה. אך אם יעבור הרבה זמן עד התפילה, כמו בימים שיש לנו שיעור לפני התפילה, נקפיד לברך את הברכות בבית מיד לאחר נטילת הידיים והיציאה מהשירותים. לכן חשוב שנלמד את הברכות בעל פה, כדי שנוכל לברך אותן גם כשאין בידנו סידור.

ברכת אשר יצר במהלך היום

בכל פעם שאנחנו הולכים לשירותים ומתפנים שם בין גדולים בין קטנים, כשנצא מבית הכיסא נברך את ברכת 'אשר יצר' ולא רק לאחר שהשכמנו מהשינה בבוקר. ההבדל הוא שבבוקר לאחר נטילת הידיים נברך 'על נטילת ידיים', אך במהלך היום לאחר שנצא מבית הכיסא, ניטול את הידיים אך לא נברך ברכת 'על נטילת ידיים' אלא רק את ברכת 'אשר יצר'.

את ברכת אשר יצר נברך גם אם התפנינו מעט, ובקטנים אפילו אם יצאה לנו רק טיפה אחת. כיון שאם גופנו לא היה בריא ומתפקד כראוי ולא היינו יכולים להוציא אפילו טיפה, זה היה גורם לנו לחולי ולסבל גדול, לכן גם על כמות קטנה כזו אנחנו צריכים להודות לה! לכן נקפיד שלא למהר ולצאת מהשירותים, עד שאנו מרגישים שגופנו התנקה לגמרי ולא נשאר לנו להוציא אפילו טיפות בודדות.

דמויות מופת



רבי שניאור זלמן מלאדי (חב"ד'פדיה)

רבי שניאור זלמן ברוכוביץ זצ"ל.

מכונה האדמו"ר הזקן.

מייסד חסידות חב"ד (חכמה, בינה ודעת). חיבר את ספר ה'תניא' (שעל שמו נקרא 'בעל התניא') שהוא ספר היסוד של חסידות חב"ד, העוסק בעבודת המידות והנפש, וכיום מרבים ללמוד בו גם מי שאינו משתייך לחסידות חב"ד.

מפעל חייו הגדול הוא חיבור הספר 'שולחן ערוך הרב', ספרו ההלכתי שהוא עיבוד ותמצות של ספר 'השולחן ערוך'.





מי ששכח לברך אשר יצר

חשוב מאוד שניטול את הידיים ונברך את ברכת 'אשר יצר' מיד לאחר שיצאנו מבית הכיסא, כדי שלא נשכח לברך ואז יעבור הזמן שמותר לברך ונפסיד את הברכה היפה והחשובה הזו.

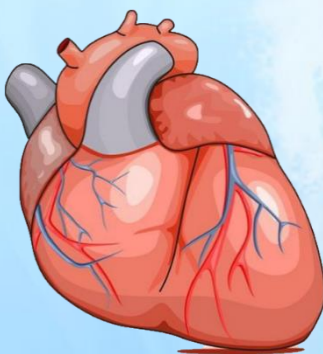
אם בכל זאת מיהרנו ושכחנו לברך ולאחר מכן נזכרנו שלא בירכנו את ברכת 'אשר יצר', אם עברו 72 דקות (שהן שעה ושתיים עשרה דקות) מאז שיצאנו מהשירותים, אנחנו כבר לא יכולים לברך את הברכה שוב. אך אם נזכרנו לפני זמן זה, אנחנו צריכים לברך.

אם שכחנו לברך את ברכת 'אשר יצר' ולא עברו 72 דקות, אך אנחנו מרגישים שוב צורך להתפנות וללכת לשירותים, במקרה זה אסור לנו לברך את ברכת 'אשר יצר', כיון שהגוף שלנו לא נקי אסור להזכיר שם שמים בברכה או בתפילה, ויוצא שהפסדנו ברכה יקרה זו. לכן, כפי שכבר אמרנו, חשוב לזכור לברך את ברכת 'אשר יצר' מיד לאחר שנטלנו את הידיים ביציאה מבית הכיסא, ולפני שאנחנו רצים לשחק במגרש או חוזרים לכיתה.

ביאור ברכת אשר יצר

בצאתנו מבית הכיסא, לאחר שהתפנינו בבית לגדולים או לקטנים, אנחנו מברכים את ברכת 'אשר יצר'. בברכה זו אנחנו משבחים את ה' על שיצר את גופנו בחכמה נפלאה. אם ניקח בלון לאחר שמילאנו בו אוויר וננקב בו חור, הבלון יתפוצץ וכל האוויר יצא ממנו. לעומת הבלון בגופנו נפח ה' נשמה גדולה, ולמרות שיש בגוף פתחים כדוגמת הפה, האף, האוזניים ופתחים נוספים, בכל זאת הנשמה שלנו נשמרת בתוכו באורח פלא, וזה מעיד על החכמה הגדולה והמופלאה של ה' ביצירת גופנו.

בגופנו יש כל כך הרבה איברים חשובים, שעל חלקם למדנו בשיעור מדעים, שמספיק שאחד מהם, כדוגמת הלב, יפסיק לתפקד אפשר חלילה למות. בברכה זו אנחנו משבחים את ה' גם על כך שהוא שומר על כל האיברים החשובים שבגופנו, ואנחנו ברוך ה' בריאים וחזקים.



הלב

ספק ברכות להקל

כאשר אנחנו שוכחים לברך ברכה, כמו למשל אם שכחנו לברך את ברכת 'אשר יצר' לאחר שהתפנינו ויצאנו מבית הכיסא, אם ברור לנו שלא בירכנו, כי מיהרנו לחזור למשחק, אנחנו חייבים לברך את הברכה (אם לא עבר הזמן שכבר אסור לברך).

פעמים מתעורר אצלנו ספק בברכה – כלומר אנחנו לא בטוחים אם בירכנו או לא. במקרה זה נפעל לפי הכלל ההלכתי 'ספק ברכות להקל'. כלומר, אם יש לנו ספק אם בירכנו או לא נקל ולא נברך.

לכן, אם סיימנו להתפנות ויצאנו מבית הכיסא, ולאחר זמן התעורר אצלנו ספק אם בירכנו את ברכת 'אשר יצר' או לא, במקרה זה לא נברך.



שאלות חזרה

חברו בין הזוגות המתאימים:

1. בית הכיסא.
 2. ספק ברכות.
 3. ספר התניא.
 4. ברכה.
- א. לא מברכים.
ב. האדמו"ר הזקן.
ג. ברכת 'אשר יצר'.
ד. בקול ובנחת.

1-4. 2-3. א-2. ג-1. ט:טו:טז:טז

