



ברכות וענייניהן

משעה שפוקח היהודי את עיניו בבוקר, ועד עלותו על משכבו בערב, מלווים אותו חיובי ברכות.

שלשה סוגים של ברכות מקיפות את סדר היום של היהודי:

א. ברכות הנהנין – הבאות לפני (ואחרי) כל דבר שנהנים ממנו.

ב. ברכות המצוות – הבאות לפני קיום מצוות עשה.

ג. ברכות שבח והודאה – אוצר ברכות שהן דרך שבח והודאה ובקשה. מהן ברכות סדר

התפילה, ומהן ברכות בארועים מיוחדים. מטרת כל הברכות שתקנו חכמים

"כדי לזכור את הבורא תמיד, ולירא ממנו" (רמב"ם)

הדפים הבאים יעסקו בכמה ענינים הקשורים לברכות הנהנין.

(הקטעים מתוך "הלכתון", בטאון ת"ת המסורה, שבט תש"ס)

כיצד מברכין?

ברכות הנהנין, הן קבוצת ברכות, אותן מברכים לפני כל מעשה שיש בו הנאה לגוף האדם, כגון: אכילה, שתיה וריח בשמים. הברכות שלפני המזון, מסווגות לשישה נוסחי ברכות, פרטיים וכלליים. ככל שהמזון יותר חשוב, הברכה יותר פרטית ומיוחדת. המאכל החשוב ביותר הוא הלחם, כמו שנאמר: "ולחם לבב אנוש יסעד", לכן מברכים עליו ברכה מיוחדת - "המוציא לחם מן הארץ". במשקים- המשקה המשובח ביותר הוא היין, כמו שנאמר: "ויין ישמח לבב אנוש", עליו מברכים ברכה מיוחדת- "בורא פרי הגפן". אחריהן בסדר החשיבות- ברכת "מזונות" הכוללת את כל מיני המאפה מחמשת מיני דגן. ברכת "בורא פרי העץ" הכוללת את כל הפירות שצומחים על העצים (המתקיימים משנה לשנה). ברכת "פרי האדמה", כוללת את כל גידולי הקרקע, שאינם צומחים על העצים. ברכת "שהכל" כוללת את כל שאר מוצרי האכילה שאינם גדלים מן



הקרקע.

ברכת הריח, אף היא מסווגת לפי מקור הריח הנעים. אם מגיע הריח מהפרי עצמו, כמו אתרוג כשנוטלו במיוחד כדי להריח בו, מברך "הנותן ריח טוב בפירות". מעץ או ממין העץ, מברך "בורא עצי בשמים". מעשבים וירק, מברך "בורא עשבי בשמים". ואם הוא משאר מינים מן החי, מברך "בורא מיני בשמים". ועל כולם, אם אמר "בורא מיני בשמים"- יצא.

בהבדלה במוציא שבת, נפסקה ההלכה שמברכים על כל סוגי הבשמים "בורא מיני בשמים", כדי שלא יביאו לטעות המון העם שאינם בקיאים בכל הברכות המיוחדות. (מ"ב סימן רצ"ז).

לברכות הנהנין- תיקנו חז"ל גם סדר ברכה אחרונה. על הלחם – מברכים ברכת המזון (שחיובה מן התורה, ולא רק מדברי חז"ל) על חמשת מיני דגן ופרות שבעת המינים, מברכים ברכת 'מעין שלוש', קיצור שלוש הברכות של ברכת המזון. על שאר הפירות וכל המינים מברכים "בורא נפשות רבות וחסרונן". ברכת הריח, אין מברכין עליה ברכה אחרונה, לפי שאחרי שהריח האדם, לא נשאר כל ממשות בגופו.

בעל 'ספר חסידים', מעורר אותנו לכוונה בברכה: "כשנוטל ידיו ומברך, או כשמברך על הפירות השגורות בפי כל האדם, יכוון ליבו לברך לשם בוראו אשר הפליא חסדו עמו ונתן לו את הפירות או הלחם להנות מהם ולא יעשה כאדם העושה דבר כמנהג ומוציא מפיו בלא היגיון ולב. על זה חרה אף ה' בעמו ושלח את עבדו ישעיהו ואמר: "יען כי ניגש העם הזה, בפיו ובשפתיו כבדוני וליבו רחוק ממני ותהי יראתם אותי מצוות אנשים מלומדה".

כדי שאכן לא תהיה הברכה מצוות אנשים מלומדה- מכח ההרגל בלי מחשבה נפסקה ההלכה: "הדבר שמברכין לאוכלו או לשתותו או להריח בו או לעשות בו מצווה, צריך שייקח אותו קודם הברכה ביד ימינו, ויכוון איזה ברכה הוא צריך לברך עליו" (קיצור שולחן ערוך סימן נ'). אחיזת הפרי ביד ימין והקדמת מחשבה על ברכתו, תזכיר לנו, לכוון באמירת הברכה מתוך הגיון ולב.

הברכות על המזון מסווגות לפי חשיבותם של המזונות השונים.
השלימו את הטבלה.

המזון	חשיבותו	ברכה ראשונה	ברכה אחרונה
		המוציא לחם מן הארץ בורא מיני מזונות בורא פרי הגפן בורא פרי העץ בורא פרי האדמה שהכל נהיה בדברו	

- מה פשרו של ה"קוד" "המג"ע א"ש"? _____
 - ברכות הריח – גם הן נקבעו לפי דרגת חשיבותן של מקור הריח:

מקור הריח	הברכה	מדוע לא נתקנה ברכה אחרונה?
מהפרי	_____	
מהעץ או ממין העץ	_____	
מעשבים וירק	_____	
משאר מינים ומן החי	_____	

- מה צריך לכוון בברכה? _____
 - מה עושים כדי לעורר את הכוונה בברכה? _____

מעלת הברכה



בהקפדה על סגנון אמירת הברכות, רואים חז"ל עדות אופי על מעלת האדם - "מברכותיו של אדם ניכר אם תלמיד חכם הוא אם לאו" (ברכות, ו). כמו כן, מציבים חז"ל את הברכות כתנאי יסודי, לכל הבא בשערי עבודת ה': "האי מאן דבעי למהוי חסידא לקיים מילי דברכות", כלומר: המבקש להיות חסיד עליו לקיים את עניני הברכות (בבא קמא, ל).

מדברי חכמינו, אנו למדים, כי הברכות הנאמרות בכל עת, משקפות את מידת הגדלות בתורה ויראת שמים של אומרו. וכך כותב רבנו בחיי בספרו 'כד הקמח': "וכל הזהיר בהם, הלא זה מופת על עצמו שיש ליהדותו שורש ועיקר והוא חסיד וירא חטא".

את נוסח הברכות, תקנו אנשי כנסת הגדולה, וכמו שכתב הרמב"ם: "ונוסח כל הברכות, עזרא ובית דינו תקנום, ואין ראוי לשנותם ולא להוסיף על אחת מהם ולא לגרוע ממנו, וכל המשנה ממטבע (נוסח הברכה) שטבעו חכמים בברכות אינו אלא טועה".

הנוסח הפותח את הברכה - "ברוך אתה ה' אלוקינו מלך העולם" - משותף לרוב הברכות. ההתבוננות במשמעות מילות הברכה תביא אותנו להכרה בגודל מעלתה:

"ברוך" - פרושו: שבח ותהילה לה', שהוא מקור הברכה והשפע. ברוך - שממנו יוצאים כל הברכות וההשפעות בכל העולמות והוא עצם הברכה שאינה פוסקת לנצח נצחים. (כד הקמח, אבודרהם).

"אתה" - בכל ברכה, אנו פונים באופן ישיר למלך מלכי המלכים, שהוא אבינו, אב רחמן, ללא מחיצות וללא הרגשת זרות.

"ה' אלוקינו מלך העולם" - אנו פונים לקדוש ברוך הוא בשלושה כינויים. א. שם ה' - שהוא אדון העולם - היה, הווה ויהיה. ב. אלוקינו - כשאנו מזכירים את שם ה', אנו מזכירים, שהוא "אלוקינו", מתייחס אלינו ומשגיח עלינו בהשגחה פרטית. את זה יכול להגיד רק יהודי, גוי יכול להגיד רק "אלוקים", כי אין לו השגחה פרטית. ג. מלך העולם - אנו מרגישים שלא רק שהוא מולך עלינו באופן פרטי, אלא מולך הוא על כל העולם בהשגחה כללית ומושל עליהם. (הגר"א, ערבי נחל)

מענה, המברך שמתבונן במילים "ברוך אתה ה'", איך שכל הבריאה - השמים וכל צבאם, האדם ובעלי חיים, הדשאים והצמחים - כולם מקבלים את יניקתם ממקור הברכה, המשפיע חיים בכל רגע ומצייר לפניו שהוא עומד למול בוראו, המשגיח עליו בהשגחה פרטית, בודאי יחוש התרוממות למדרגה גבוהה של קרבה לה'

חשבו:

- מדוע הזהירות בברכות מעידה על האדם "שיש ליהדותו שורש ועיקר"?
- איך מעידה הזהירות בברכות על יראת חטא?
- אמירת הנוסח של תחילת הברכה - "ברוך אתה ה' א' מלך העולם" בכוונה הראויה יכולה להביא להרגשת קרבה לה'. איך?

אתה בא להנות, תן תודה!

כשחז"ל חיפשו מקור לחיוב "ברכת הנהנין" לפני האכילה, הם הגיעו למסקנה (ברכות, לה): "אלא סברא הוא, אסור לו לאדם שיהנה מן העולם הזה בלא ברכה". כלומר: דבר הגיוני ומוכרח הוא שהאדם הנהנה מן האוכל חייב להודות לבורא שיצר את האוכל. במקום אחר (ברכות, מח) שואלת הגמרא: "לפניו מנין?"- מנין שמברכים ברכה מיוחדת לפני האוכל? עונה הגמרא: "אמרת קל וחומר, כשהוא שבע מברך, כשהוא רעב לא כל שכן!"... מפרש רש"י: "אם כששבע האדם יש עליו חיוב להודות ולברך על שובעו בברכת המזון, כשהוא רעב ובא להפיק את רעבונו על ידי ברייתו של הקדוש ברוך הוא, לא כל שכן שצריך לברך לה' יותר". נמצאנו למדים, שיסוד חיוב ברכת הנהנין הוא חיוב מוסרי של "הכרת הטוב". אתה רעב ובאת להנות ולשבע מהמזונות והפרות,



תן "תודה" בברכה לבוראם. אמירת התודה וביטוי הכרת הטוב מקנים לך את הזכות והרשות לאכול מהמזון. בספר 'מכתב מאליהו', כותב הרב דסלר זצ"ל: "במדרגתנו מברכים אנו כדי שנוכל להנות. אולם, גדולי הדורות נהנו כדי שיוכלו לברך, כי על ידי ההנאה גוברת הכרת הטוב וההודאה". אצל גדולי ישראל היה העיקר "תכלית הברכה"- הכרת הטובה. ההנאה הייתה אמצעי לכך. ככל שנהנו יותר, כך גדלה תחושת "הכרת הטוב", אותה הם בטאו בברכה. הרגשת "הכרת הטוב" לה', נותן המזון מלמדת על מהות האדם ואצילות נפשו. שנינו בברכות (נח): "אורח טוב מה הוא אומר? כמה טרחות טרח בעל הבית בשבילי, כמה בשר הביא לפני, כמה יין הביא לפני, כמה גלוסקאות הביא לפני, וכל מה שטרח לא טרח אלא בשבילי. אורח רע מה הוא אומר? מה טרח בעל בית זה? פת אחת אכלתי, כוס אחת שתיתי, כל טורח שטרח בעל בית זה, לא טרח אלא בשביל אשתו ובניו". הגר"א מפרש את דברי הגמרא, שהאורח הטוב והאורח הרע, עסוקים בהכרה בחסדי הבורא. האורח הטוב הוא האדם האומר שכל מה שברא הקדוש ברוך הוא בעולמו, לא ברא אלא בשבילו ויחד עם זאת הוא מכיר בזה שלא מגיע לו כלום וכל מה שהוא מקבל- זה מחסדי הבורא. מאידך, האורח הרע, חושב שהכל מגיע לו, ולדעתו לא צריך להודות, מאחר שהקדוש ברוך הוא בעצמו יש לו הנאה מכך שמטיב לבריותיו- כדוגמת הנמשל: "כל מה שטרח בעל בית זה, לא טרח אלא בשביל אשתו ובניו". לכן, הוא נקרא אורח רע. מכאן למדים אנו, באור בהבדל שבין אורח טוב ואורח רע. שניהם מקבלים את אותו הפרי מאת ה', אך ההבדל ביניהם הוא במבט וההתייחסות למה שהם מקבלים. המכיר טובה ומברך, הוא אורח- אדם טוב. מי שאינו מכיר טובה שייך לחלק הלא חיובי של האנושות.

-
- חיוב ברכות הנהנין לפני ההנאה (וגם ברכות אחרונות, מלבד ברכת המזון) לא נכתב בתורה, מה מקורו?
 - מה הטעם לחיוב ברכה לפני ההנאה?
 - הסבירו את הנמשל למשל האורח הטוב והאורח הרע.
 - האם תוכלו להביא סיפור על גדול בישראל שנהנה כדי שיוכל לברך?

ברכה מביאה ברכה



אדם האוכל בלי להקדים ברכה לפני הנאתו, לא רק שהוא אינו נוהג לפי כללי ה"נימוס", המחייבים אותו להשיב תודה למי שברא את המזון, אלא הוא אף מועל בהקדש ונקרא גזלן.

מעילה כיצד?

שנינו במסכת ברכות (לה): "אמר רב יהודה אמר שמואל, כל הנהנה מן העולם הזה בלא ברכה כאילו נהנה מקודשי שמים, שנאמר: לה' הארץ ומלואה" (תהילים, כד). נשאלת השאלה, הרי יש פסוק האומר: "השמים שמים לה' והארץ נתן לבני אדם" (תהילים קטו) משיבה הגמרא: "לא קשיא, כאן קודם ברכה, כאן לאחר ברכה".

המהר"ל ב'נתיבות עולם' מסביר איך מוציאה הברכה את הפרי מקדושה לחולין. הנה, הבריאה כולה נועדה לשמש את השם יתברך- שעל ידי הנבראים נראה כבוד מעשיו וגדולתו. לכן, הבריאה חשובה כשאר קודשי שמים, המעשרות והקורבנות.

כאשר אדם נותן ברכה על הפירות שנבראו, הרי בכך הוא נותן שבח וכבוד לה'. לכן, הפרי יוצא לחולין בתמורת הברכה שגלתה את הכבוד שלמענו נברא הפרי. אם לא ברך, נשאר הפרי בקדושתו כדי לשמש את קונו ויוצרו, והאוכלו מעל בהקדש.

עוד למדנו מהגמרא שהכובש ברכתו נקרא גזלן, הגוזל ממון מזולתו. "אמר רב חנינא בר פפא: כל הנהנה מן העולם הזה בלא ברכה כאילו גוזל לקדוש ברוך הוא וכנסת ישראל".

מבאר רבנו בחיי בפרשת עקב, שבברכות הנהנין טמון הכוח הרוחני להשפיע עלינו כל טוב. "כי כל המברך על מה שנהנה, הוא מעיד על ההשגחה, שהוא יתעלה, הממציא מזון לשפלים כדי שיחיו. ובזכות הברכה, התבואה והפרות מתברכין ומתרבים. והנהנה ואינו מברך, גוזל ממנו ההשגחה ומוסר הנהגת השפלים לכוכבים ומזלות".

לפי זה מנמק רבנו בחיי את הגמרא: "כל הנהנה מן העולם הזה בלא ברכה כאילו גוזל לקדוש ברוך הוא"- את ההשגחה וההשפעה, "ולכנסת ישראל" - את הפרות. שבעון זה מתמעטין לישראל הפרות.

למדנו מכאן, שבכל ברכת הנהנין מקים האדם שלושה דברים: א. חובה מוסרית להשיב תודה למי שברא את המזון. ב. נתינת כבוד ושבח לה', שהוא תכלית יצירת הפרי, ובכך מכשיר את הפרי לאכילה, ג. המשכת השפעת הברכה בגידול התבואה והפרות.

- הסבירו את הסתירה בין הפסוקים המובאים בגמרא. איך מישבים אותה?
- הנהנה מהעולם הזה בלא ברכה – מועל בהקדש. הסבירו ע"פ דברי המהר"ל:

מה מטרתה של הבריאה כולה, על כל פרטיה?

מדוע נחשבים פרטי הבריאה לקדשי שמים?

איך "נפדה" אותם ונכשירם לשימוש של חולין?

מדוע מתאימה הברכה להיות האמצעי לפדיון זה?

- הנהנה מהעולם הזה בלא ברכה - גזלן. הסבירו ע"פ דברי רבנו בחיי:

על מה מעידה הברכה?

מה קורה בזכות הברכה? (הסבירו את הקשר)

מה פרוש "מוסר הנהגת השפלים לכוכבים ומזלות"?

מה גוזל מי שאינו מברך מהקב"ה?

מה הוא גוזל מכנסת ישראל?

גדול העונה אמן, יותר מהמברך

כשמשנה רבינו פתח את שירת האזינו, הוא אמר לבני ישראל: "כי שם ה' אקרא הבו גודל לאלוקינו" (דברים ל"ב, ג) דורשים חז"ל "כי שם ה' אקרא" - אני אברך תחילה ואתם "הבו גודל לאלוקינו" - ב"אמן" (רש"י ברכות, כ"א) מכאן סמכו לחייב ענית אמן אחר כל ברכה "מנין שעונין אמן אחר המברך, תלמוד לומר הבו גודל לאלוקינו" (ילקוט שמעוני)

שואלת הגמרא במסכת שבת (דף קי"ט) "מאי אמן? אמר רבי חנינא אל מלך נאמן". אמן משמעותו האמנת דברים, והעונה אמן כאילו אומר "אמת היא הברכה ואני מאמין בזה" (טור סימן קכ"ד) בברכת הנהנין כתב השל"ה "יכוון העונה אמן, אמת הוא השבח והברכה שברך המברך, שהוא יתברך ברא והמציא זה הפרי".

ענית אמן אחר הברכה, היא חלק בלתי נפרד ממנה. ולא עוד אלא ש"גדול העונה יותר מן המברך" (ברכות נ"ג) חז"ל מקרבים את זה



אל השכל במשל: "תדע, שהרי גולייירין (החילים הפשוטים במלחמה), יורדין ומתגרין במלחמה, וגבורים יורדין (בסוף) ומנצחין", כן האומר ברכה, הרי הוא כחיל ראשון המכשיר את השטח, והעונה "אמן" גומר את תכלית הברכה. הדברים מתבהרים על ידי רבנו בחיי בספרו 'כד הקמח': "המברך מעיד בברכתו, שהקדוש ברוך הוא, הוא מקור הברכה. והעונה אמן, הוא מקים השטר והוא העיקר שאין קיום העדות בעד ראשון, אלא בעד שני, שהעדות נגמרת על ידו והעונה אמן הוא העד השני". לכן חשובה ענית אמן יותר מהברכה. כי רק יחד עמה העדות שבברכה מתקיימת. את ההכרה הזאת שענית "אמן" מגדילה את כח הברכה, החדיר רבי ישראל סלנטר בקרב ילדיו ונכדיו מסופר שפעם ראו את אחד מנכדיו של רבי ישראל, פעוט כבן חמש עומד ובוכה, וכך התנהל הדו שיח עמו: "מדוע אתה בוכה?" שאלוהו. ענה הפעוט: "כי אני רוצה לאכול". "ומדוע אינך אוכל?" "כי אני צריך לברך" "והלא אתה יודע מה מברכים על מאכל זה?" "כן, יודע אני אבל אין מי שיענה אמן אחר הברכה" . . .

"תן אל לברך" מזרז אותנו הרבנו בחיי להתעורר בענית אמן - "אילו מלך בשר ודם בצאת הקהל לקראתו היו מברכים אותו וכל הקהל היו עונין אמן בקול רם, והיה אחד מן העומדים שם, שלא ענה אמן, הרי זה מבזה המלך ודינו כמורד במלכות. מעתה שא קל וחומר בעצמך - אם למלך בשר ודם כך, למלך מלכי המלכים, על אחת כמה וכמה".

והזהיר במצות ענית אמן, שכרו הרבה מאוד בעולם הזה ובעולם הבא שכר בעולם הזה - שנינו "כל המאריך באמן, הינו שמברך במתינות ואינו מקצר או בולע את המילה, "מאריךין לו ימיו ושנותיו" (ברכות מ"ז) שכר בעולם הבא - שנינו: "אמר ריש לקיש כל העונה אמן בכל כוחו (בכל כח כונתו) פותחין לו שערי גן עדן שנאמר: "פתחו שערים ויבוא גוי צדיק שומר אמונים, אל תקרי שומר אמונים, אלא שאומרים אמן" (שבת קי"ט)

- מה פרוש "אמן"?

- מדוע "גדול העונה אמן יותר מן המברך"

ע"פ המשל לחיילים במלחמה

ע"פ דברי רבנו בחיי

- מה ההשוואה בין מי שאינו עונה "אמן" למורד במלכות?

- מהו שכרו של הזהיר בענית "אמן"? - תוכלו להוסיף מעבר לאמור כאן.

השלמת "מאה ברכות"



"חייב אדם לברך בכל יום מאה ברכות" - כך נפסקה ההלכה בשולחן ערוך (סימן מ"ו סעיף ג') מקור למצוה זו רמוז בתורה שנוי בנביאים ומשולש בכתובים.

בתורה - תניא היה רבי מאיר אומר חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום שנאמר: "ועתה ישראל מה ה' אלוקיך שואל מעמך" (דברים י' י"ב) פרשו הראשונים אל תקרי מה אלא מאה. ועוד שיש בכל הפסוק צ"ט אותיות ועם תוספת אלף במילה מה יעלו למאה (מנחות מג. ובתוספות שם)

בנביאים - אצל דוד מצאנו "נאום דוד בן ישי ונאום הגבר הוקם על" (שמואל ב, כג) הוקם ע"ל בגמטריה ק'. כנגד מאה ברכות שתקן דוד, שבכל יום היו מתים מישראל מאה אנשים, בא דוד ותקן להם מאה ברכות. כיון שתקנם נעצרה המגפה. (מדרש, במ"ר פר' יח)

בכתובים - כתבו הראשונים רמז נוסף מן הכתובים שנאמר (תהילים קכח) "הנה כי כן יבורך גבר ירא ה'" "כי כן" - בגמטריה ק'. במאה ברכות יבורך גבר. (רבינו בחיי, ספר המנהיג)

הבן איש חי (שנה א' פרשת בלק) מסדר את השתלשלות תקנת המאה ברכות, על פי מה שכתב הרמב"ם בהלכות תפילה, שקודם שבאו אנשי כנסת הגדולה, היה כל אחד מסדר תפילותיו כפי צחות לשונו, עד שבאו אנשי כנסת הגדולה ותקנו תפילת שמונה עשרה, שיהיו ערוכות בפי הכל.

כמו כן הדבר בשאר הברכות לפני תקופת דוד המלך, לא דקדקו לברך מאה ברכות באופן קבוע אלא כפי המזדמן. היו שברכו עשרים ברכות, והיו שברכו ארבעים וששים. עד שבא דוד ועל פי מעשה שהיה, תקן לברך "מאה" ברכות בכל יום. ועדין לא היה נוסח קבוע לכל הברכות. באו אנשי כנסת הגדולה ותקנו נוסח שוה לכל אדם, בכל ברכותיו.

הטעם למנין "מאה", מבואר עמוקות בתורת הסוד. ועל דרך הפשט, כתבו בעל הטורים ובעל הרוקח, שהיא להנצל מק' קללות - צ"ח קללות המפוארות בפרשת כי תבוא ובתוספת המילים "מכל חולי ומכל מכה", מגיעים לק' קללות. כפי שלמדנו, אירע דבר דומה אצל דוד המלך כאשר מאה אנשים מתו בכל יום. הב"ח כותב שסכנת מיתת מאה איש מישראל קיימת גם היום, כמו בתקופה ההיא, רק הזהירות באמירת "מאה ברכות" מגינה עלינו.

תקנת המאה ברכות אינה מגבילה אותנו להוסיף ברכות נוספות, אדרבה, "אם יכול להוסיף על מאה ברכות, הרי זה משובח, כמו שאמר דוד (תהילים עא) "והוספתי על כל תהילתך" (אבודרהם) בעל הכוזרי אומר בלשון הציורית "וכל אשר יוסיף, יהיה תוספת מקרבת אל האלוקים".

הלכה למעשה - לפי תקנת סדר התפילות והסעודות שבכל יום, אנו משלימים מאה ברכות זאת בתנאי, שאכל שתי סעודות פת, בהם יש ברכת המזון. שונה הדבר בשבת וימים טובים, שבהם יש בתפילת העמידה, שבע ברכות בלבד. חסרים לנו כעשרים ברכות להשלמת מאה ברכות. פסק ה"משנה ברורה" שלכתחילה צריך להשלימם במיני פרות ומגדים, וכן בברכת "אשר יצר" אם מזדמן לו. מי שאין לו פרות ומגדים יכול להסתמך, לצאת ידי חובה במה שיכוון לשמוע בברכת העולים לתורה וההפטרה ויענה אמן.

- מי תקן לברך מאה ברכות ביום? מה הרקע לתקנה זו?

- חשבו את סדר יומכם: האם אתם מגיעים למאה ברכות?