

## The Morning Blessings

הדבר הראשון שיאמר האדם ברגע שניעור משנתו:

The first thing a person say when they open their eyes.

וְקַיָּם	וַיִּי	מֶלֶךְ	לְפָנֶיךָ	אֲנִי	מוֹדָה
V'Kayam	chai	melech	Le'fanecha	ani	Mo'de (for girls – Mo'da)
אֱמוּנָתְךָ	רַבָּה	בְּזוֹמְלָה	נִשְׁמָתִי	בִּי	שְׁהֶזְזַרְתָּ
emunatecha	raba	be'hemla	nishmati	bi	Sh'hekhezarta
The line below is not part of the connection and I personally add it to connect to the force of Creation and to complete the words count to 18, וַיִּי, which is Chai = Life. The first line of the Ana B'Koach is the force אַבְנֵי־יָדָי, behind the first word of the Torah, בְּרֵאשִׁית, and it expresses unconditional love.					
צָרוּרָה	תַּתִּיר	יְמִינֶךָ	גְּדוּלָת	בְּכוֹז	אֲנִי
Tzerurah	Tatir	Yeminecha	Gedulat	B'Koach	Ana

DailyZohar.com

לאחר שלבש בגד (אם ישן ללא בגדי שינה), אם צריך לצרכיו יטול ידיו ללא ברכה לסירוגין, יעשה צרכיו, יטול ידיו, ואז לאחר הניגוב יברך (לנוהגים כרמב"ם יש לברך לפני הנטילה)

After washing the Hands say the Blessing on washing the hands

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יְדָיִם:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר יָצַר אֶת הָאָדָם בְּזוֹכְמָה, וּבָרָא בּוֹ נְקָבִים נְקָבִים, וְזוֹלָלִים וְזוֹלָלִים. גָּלוּי וְיָדוּעַ לְפָנֶיךָ כֶּסֶף כְּבוֹדָךָ, שְׂאֵם יִסְתֵּם אֲזוּד מִהֵם, אוֹ אִם יִפְתּוּזוּ אֲזוּד מִהֵם, אִי אֶפְשֶׁר לְהִתְקַיֵּם אֶפְלוּ שְׂעָה אֲזוּת. בְּרוּךְ אַתָּה יי, רוֹפֵא כָּל בָּשָׂר וּבִמְפָלְיָא לְעִשׂוֹת:

יש להצמיד קטע זה לקודם:

אֱלֹהֵי!

נְשַׁמָּה שְׁנַתֶּת בִּי טְהוֹרָה . אֶתְּה בְּרֵאתְה , אֶתְה יִצְרְתְה , אֶתְה נְפוֹזְתְה  
בִּי , וְאֶתְה מִשְׁמְרָה בְּקֶרְבִּי , וְאֶתְה עֵתִיד לְטֹלָה מִמֶּנִּי , וְלִהְיוֹזְרָה בִּי לְעֵתִיד  
לָבוֹא . כָּל זְמַן שֶׁהַנְּשַׁמָּה בְּקֶרְבִּי מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ יי אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי .  
רְבוֹן כָּל הַמַּעֲשִׂים אֲדוֹן כָּל הַנְּשַׁמּוֹת .  
בְּרוּךְ אַתְּה יי , הַמּוֹזִיר נְשַׁמּוֹת לְפָנֶיךָ מִתַּיִם .

## ברכות השחר The Morning Blessings

כל הברכות הללו, מברך אפילו לא נתחייב בהן, כגון שניעור כל הלילה ולא פשט בגדיו ולא לבש אחרים. אלא שאם ניעור כל הלילה ולא נתחייב בהן, אינו מברך אלא אחר שיעלה עמוד השחר. אבל אם ישן בלילה ונתחייב בהן, יכול לברך מיד שנתחייב בהן, ובלבד שיהיה מחצות לילה ואילך. ואם ניעור כל הלילה ושמע קול תרנגול מחצות ואילך, יכול לברך "הנותן לשכוי בינה"; אבל על שמיעה שקודם חצות לא יברך, אלא ימתין עד אחר שיעלה עמוד השחר:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יְדָיִם:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר יִצַּר אֶת הָאָדָם בְּזוֹכְמָה, וּבְרָא בּוֹ נְקָבִים  
נְקָבִים, זָוָלִים וְזָוָלִים. גְּלוֹי וְיִדוּעַ לְפָנֶיךָ כֶּסֶף כְּבוֹדְךָ, שֵׁאֵם יִפְתְּנוּ אֲזוּד מִהֵם, אוֹ אִם  
יִסְתֵּם אֲזוּד מִהֵם, אִי אֶפְשֶׁר לְהִתְקִים אֶפְלוֹ שְׁעָה אֲזוּת. בְּרוּךְ אַתְּה ה' רוֹפֵא כָּל בָּשָׂר  
וּבְמַפְלֵיא לְעֵשׂוֹת:

אֱלֹהֵי, נְשַׁמָּה שְׁנַתֶּת בִּי טְהוֹרָה הִיא, אֶתְה בְּרֵאתְה, אֶתְה יִצְרְתְה, אֶתְה נְפוֹזְתְה בִּי, וְאֶתְה  
מִשְׁמְרָה בְּקֶרְבִּי, וְאֶתְה עֵתִיד לְטֹלָה מִמֶּנִּי, וְלִהְיוֹזְרָה בִּי לְעֵתִיד לָבוֹא . כָּל זְמַן שֶׁהַנְּשַׁמָּה  
בְּקֶרְבִּי, מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ ה' אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי, רְבוֹן כָּל הַמַּעֲשִׂים, אֲדוֹן כָּל הַנְּשַׁמּוֹת .  
בְּרוּךְ אַתְּה ה' הַמּוֹזִיר נְשַׁמּוֹת לְפָנֶיךָ מִתַּיִם:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . הַנּוֹתֵן לְשִׁכּוֹי בִּינָה לְהַבְּזוּיָן בַּיּוֹם וּבַיּוֹם לַיְלָה:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . פּוֹקֵז עוֹרִים:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . מַתִּיר אֲסוּרִים:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . זוֹקֵף כְּפוּפִים:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . מַלְבִּישׁ עֲרֻמִּים:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . רוֹקֵעַ הָאָרֶץ עַל הַמַּיִם:

בְּרוּךְ אַתְּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלְּךָ הָעוֹלָם . הַמּוֹכִין מִצְעָדֵי גִבּוֹר:

בתשעה באב וביום הכיפורים, שבהם אסור לנעול נעלי עור, יש שאין מברכים ברכה זו עד הערב

## The Morning Blessings

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁעָשָׂה לִי כָל צָרָכֵי:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. אוֹר יִשְׂרָאֵל בְּגְבוּרָה:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאָרָה:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. הַנּוֹתֵן לִיעָף כּוֹז:

For men

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁלֹא עָשִׂינִי גּוֹי:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁלֹא עָשִׂינִי עֶבֶד:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁלֹא עָשִׂינִי אִשָּׁה:

For women

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁלֹא עָשִׂינִי גּוֹיָה:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁלֹא עָשִׂינִי שְׁפֹחָה:  
בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. שְׁעָשִׂינִי כְרִצּוֹנוֹ:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם. הַמַּעֲבִיר שְׁנָה מֵעֵינַי וְתַנּוּמָה מֵעַפְעָפִי. וַיְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה' אֱלֹהֵינוּ וְאַלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שְׁתַּרְגְּלֵנוּ בְּתוֹרָתֶךָ. וְתַדְּבִיקֵנוּ בְּמִצְוֹתֶיךָ. וְאַל תִּבְיַאֲנוּ לָא לִידֵי זֹטָא. וְלֹא לִידֵי עֲבָרָה וְעוֹן. וְלֹא לִידֵי גְסִיוֹן. וְלֹא לִידֵי בְּיוֹן. וְאַל יִשְׁלוּט בְּנוּ יֵצֵר הָרַע. וְהַרְזוּקֵנוּ מֵאַדָּם רַע וּמִזֹּכֵר רַע. וְדַבְּקֵנוּ בְּיֵצֵר טוֹב וּבְמַעֲשֵׂים טוֹבִים. וְכַף אֵת יֵצֵרְנוּ לְהַשְׁתַּעֲבֹד לָךְ. וְתַנְנֵנוּ הַיּוֹם וּבְכָל יוֹם לָזוֹן וּלְזוֹסֵד וּלְרִזּוּמִים בְּעֵינֶיךָ וּבְעֵינַי כָּל רוּאֵינוּ. וְתַגְּמַלְנוּ זֹסֵדִים טוֹבִים: בְּרוּךְ אַתָּה ה' הַגּוֹמֵל זֹסֵדִים טוֹבִים לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה' אֱלֹהֵי וְאַלֹהֵי אֲבוֹתַי, שְׁתַּצְלִינִי הַיּוֹם וּבְכָל יוֹם, מֵעַי פָּנִים וּמַעֲוֹת פָּנִים. מֵאַדָּם רַע, וּמִזֹּכֵר רַע, וּמִשְׁכָּן רַע, וּמִפְּגַע רַע. מֵעֵין הָרַע, מִלְּשׁוֹן הָרַע, מִמְּלִשְׁוֹת. מֵעַדוֹת שְׂקָר. מִשְׁנֵאת הַבְּרִיּוֹת, מֵעַלִּילָה, מִמִּיתָה מִשְׁנֵה, מִזִּיקִים רָעִים, מִמְּקָרִים רָעִים וּמִשְׁטָן הַמְּשֻׁזְזִית. מִדִּין קִשָּׁה, וּמִבְּעַל דִּין קִשָּׁה. בֵּין שֶׁהוּא בֵּן בְּרִית וּבֵין שֶׁאֵינוֹ בֵּן בְּרִית, וּמִדִּינָה שֶׁל גְּיָהָם:

These blessings (below) are recited before Torah study. They cover for the entire day of study. One who slept at night, and woke up after midnight can say the blessings below. Some recommends saying the torah blessings below only after the day break even if he doesn't go back to sleep.

## The Morning Blessings

---

ברכות אלו מברכים לפני לימוד תורה על פי הדין. ויכוון לפטור בזה את לימוד התורה של כל היום. ומי שישן בלילה, מברך בקומו מחצות הלילה ואילך. ואם ניעור כל הלילה, יש אומרים שמברך כשיאור היום, כמו כל ברכת השחר, ויש חולקים. ועל מנת לצאת ידי חובת כולם ראוי שישמע הברכות מאדם אחר ויכוון לצאת ידי חובה:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל דְּבָרֵי תוֹרָתוֹ וְהֵעֵרַב נָא, ה' אֱלֹהֵינוּ, אֶת דְּבָרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ וּבְפִי כָל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל, וְנִהְיֶה אֲנוּזָנוּ, וְצִאֲצֵאֵנוּ, וְצִאֲצֵאֵי כָל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל, כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׂמֹךְ, וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְחָה. בְּרוּךְ אַתָּה ה', הַמְלַמֵּד תוֹרָתוֹ לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל.

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר בָּזָר-בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ. בְּרוּךְ אַתָּה ה' נֹתֵן הַתּוֹרָה:

כדי להסמיך לימוד התורה לברכותיה, קוראים את הפסוקים הבאים מן התורה שבכתב ושבעל פה: במדבר ו, כב-כז

וַיְדַבֵּר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר. כג דַּבֵּר אֶל אֶהֱרָן וְאֶל בְּנָיו לֵאמֹר כֹּה תִבְרְכוּ אֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֲמֹר לָהֶם.

כד יְבָרְכֶךָ יְהוָה וַיִּשְׂמְרֶךָ.

כה יֵאָר יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיִּזְוָךָ.

כו יֵשֶׁא יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיִּשֶׂם לְךָ שְׁלוֹם

כז וְשָׂמוּ אֶת שֵׁמִי עַל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָנִי אֲבָרְכֶם .

# The Morning Blessings

שְׁמַע, יִשְׂרָאֵל: יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, יְהוָה אֶחָד.  
echad Adonai Eloheinu Adonai Yisrael Shema  
בָּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלֻכּוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד.  
Va-ed Leolam Makchuto Kevod Shem Baruch

The lines above should be memorized and recited with the right hand covering the eyes. The first line said in normal voice and the second line is whispered before opening the eyes.

וְאֶהְבֵּתָ, אֵת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ, בְּכֹל לְבָבְךָ וּבְכֹל  
U'vechol Levavcha Bechol Elohecha Adonai Et Veahavta  
נְפִשְׁךָ, וּבְכֹל מְאֹדְךָ וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה, אֲשֶׁר  
asher Ha-eleh Hadevarim Vehayu Meodecha U'vchol Nafshecha  
אֲנֹכִי מֵצוּרָה הַיּוֹם עַל לְבָבְךָ וְשִׁנָּתָם לְבִנְיָה,  
kevanecha Veshinantam Levavecha Al Hayom Metzavecha Anochi  
וְדַבַּרְתָּ בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלַחְתְּךָ בְּדֶרֶךְ, וּבְשׁוֹחֲבֶךָ  
U'vedibarta Bam Beshivtecha Bevetecha U'velechtech Baderech U'vshochvecha  
וּבְקוּמְךָ וּקְשָׁרְתָם לְאוֹת, עַל יָדְךָ; וְהָיוּ לְטוֹטְפוֹת,  
U'vekumecha U'keshartam Laot, Al Keot U'keshartam U'vekumecha  
בֵּין עֵינֶיךָ וּכְתַבְתָּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ, וּבְשַׁעְרֶיךָ.  
U'vishearecha Betecha Mezuzot Al U'chtavtam Einecha Ben  
U'vishearecha Betecha Mezuzot Al U'chtavtam Einecha Ben

וְהָיָה, אִם שָׁמַעַתְּ תִשְׁמָעוּ אֵל מִצְוֹתַי, אֲשֶׁר אֲנֹכִי מֵצוּרָה אֲתֹכֶם, הַיּוֹם לְאַהֲבָה אֵת יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם, וּלְעֲבֹדוֹ, בְּכֹל לְבָבְכֶם, וּבְכֹל  
נְפִשְׁכֶם וְנִתְתִי מִטָּר אֲרָצְכֶם בְּעֵתוֹ, יוֹרֵה וּמְלַקֵּשׁ; וְאִסַּפְתִּי דָגְנָהּ, וְתִירְשָׁהּ וּיְצִהְרָהּ. וְנִתְתִי עֵשֶׂב בְּשֶׂדֶךָ, לְבַהֲמֹתָהּ; וְאִסַּלְתָּ,  
וְשִׁבַּעְתָּ. הַשְּׁמֵרוּ לְכֶם, פֶּן יִפְתָּה לְבָבְכֶם; וְסָרְתֶם, וְעַבַּדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים, וְהִשְׁתַּוְּוִיתֶם, לָהֶם. וּזְרָה אִף יְהוָה בְּכֶם, וְעִצֹר  
אֵת הַשְּׂמִימִים וְלֹא יִהְיֶה מִטָּר, וְהִאֲדָמָה, לֹא תִתֵּן אֵת יְבוּלָהּ וְאֲבָדְתֶם מִהֲרָה, מֵעַל הָאָרֶץ הַטֹּבָה, אֲשֶׁר יְהוָה, נָתַן לְכֶם.

וְשִׁמַּתֶּם אֵת דְּבָרֵי אֱלֹהֵי, עַל לְבָבְכֶם וְעַל נְפִשְׁכֶם; וּקְשָׁרְתֶם אֲתֶם לְאוֹת עַל יְדֵיכֶם, וְהָיוּ לְטוֹטְפוֹת בֵּין עֵינֵיכֶם. וּלְמִדַּתֶּם אֲתֶם  
אֵת בְּנֵיכֶם, לְדַבֵּר בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלַחְתְּךָ בְּדֶרֶךְ, וּבְשׁוֹחֲבֶךָ וּבְקוּמְךָ. וּכְתַבְתֶּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ, וּבְשַׁעְרֶיךָ. לְמַעַן יִרְבוּ  
יְמֵיכֶם, וַיְמֵי בְנֵיכֶם, עַל הָאָרֶץ הַטֹּבָה, אֲשֶׁר נָשָׁבַע יְהוָה לְאַבְרָהָם לֵאמֹר: לָתֵת לָהֶם כִּימֵי הַשְּׂמִימִים, עַל הָאָרֶץ.

וַיֹּאמֶר יְהוָה, אֵל מִשְׁחָה לְאַבְרָם. דַּבֵּר אֵל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל, וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם, וְעָשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל כַּנְּפֵי בְגָדֵיהֶם, לְדַרְתֶּם; וְנִתְּנוּ עַל  
צִיצִית הַכֶּנֶף, פְּתִיל תְּכֵלֶת. וְהָיָה לְכֶם, לְצִיצִית, וְרָאִיתֶם אֹתוֹ וְזָכַרְתֶּם אֵת כָּל מִצְוֹת יְהוָה, וְעָשִׂיתֶם אֲתֶם; וְלֹא תִתְּרוּ אֲחֵרֵי  
לְבָבְכֶם, וְאֲחֵרֵי עֵינֵיכֶם, אֲשֶׁר אֲתֶם זָנִים, אֲחֵרֵיהֶם. לְמַעַן תִּזְכְּרוּ, וְעָשִׂיתֶם אֵת כָּל מִצְוֹתַי; וְהִיִּיתֶם קָדְשִׁים, לְאֱלֹהֵיכֶם. אֲנִי יְהוָה  
אֱלֹהֵיכֶם, אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֲתֶכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם, לְהִיּוֹת לְכֶם, לְאֱלֹהִים: אֲנִי, יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם. אָמֵן.

יהוה אלהיכם אמת.