

שַׁחַר יִשָּׁל יוֹם הַדָּשׁ

הרב חגי לונדין

מסלול פירוש לברכות השחר, מתוך אפליקציית אנשי בוקר

זוקף כפופים



הראש מעל הגוף

בניגוד לבעלי החיים ההולכים על ארבע, המאופיינים בכך שהגוף והראש מצויים אצלם באותו קו, בן אדם הולך זקוף. ההליכה הזקופה היא ביטוי לעליונות הראש על שאר האיברים, לשליטת השכל על הגוף. זהו עיקרון נוסף המודגש לנו בפתיחתו של יום חדש.

מלביש ערומים



כבודו של האדם

חכמי התלמוד מכנים בכמה מקומות את הבגדים "כבודו" של האדם. בגדי האדם מעידים על כך שיש בו ערך נוסף מעבר לממד הגופני. הבגדים הם ביטוי לצניעות, צלם אלוהים של האדם, המבדיל אותו מן הבהמה. בבוקר אנו מזכירים לעצמנו את מדרגתנו האנושית, מדרגה המשתקפת בכיסוי ובצניעות גופנית.

הנותן ליעף כח



נמנצות ליום חדש

נמנצות וניעור מכבלי השינה הם חלק מובנה מהבקשות של ברכות השחר.

רוקע הארץ על המים



גבול לזרימה

בספר בראשית מסופר כי ביום השני לבריאה נבראו המים, ואילו ביום השלישי נבראה היבשה. לסיפור זה משמעות רוחנית עמוקה: המים מבטאים את הזרימה הפראית, היבשה היא הגבול. היכולת לרקוע ארץ על מים, להעמיד גבולות בתוך מסגרות המציאות הארצית, היא אחת מיכולותיו של הבורא, ואותה אנו מבקשים לאמץ לפני ההתמודדות העומדת לפנינו ביום הקרוב.

המכין מצעדי גבר



שיכון את דרכנו

כהכנה לקראת היום החדש אנו מתפללים לבורא שיכין את דרכו ("צעדו") של האדם ("גבר").

שעשה לי כל צרכי



כל הצרכים, בכל המישורים

איננו מבקשים רק צרכים מינימליים של קיום גופני, אלא את "כל" צרכי האדם, בכל המישורים.

אוזר ישראל בגבורה



לשגשג מתנים

במקור, חכמים תיקנו ברכה זו בעת חגירת החגורה סביב המותניים. המותניים הם מקום הכוח של האדם, כדברי הפסוק "וְיִשְׁגֹּשְׁ מִתְנֵיוֹ". היכולת לשנס

מודה אני



אמון. שמחה. תקווה

ההתעוררות בבוקר איננה רק אקט טכני אלא כמה שניות המכוננות את היום החדש. הרגש הראשון הוא הכרת תודה, ומתוכה מתמלא ה"אני" בתחושת שליחות. "רבה אמונתך": הקדוש ברוך הוא מלא אמון בנו, ולמרות כישלונות היום הקודם, הבוקר טומן הזדמנויות חדשות. אמון, שמחה, תקווה.

על נטילת ידיים



לחבר את המעשה אל הקדש

הידיים הן כלי המעשה של האדם, ואיתן אנו עומדים לפגוש את היום החדש. בנטילת הידיים בתחילת הבוקר אנו מבקשים לכוון את הכוחות המעשיים שלנו, ולחבר את העשייה של היום אל הקודש.

אשר יצר



תשית לַעֲבֹדָת ה'

כדי לעבוד את הבורא יש צורך בתשתית גופנית בריאה. ב"אשר יצר" אנו מודים על הגוף ומערכתיו המופלאות, המאפשרים לנו לחיות ולפעול, ומתוך כך להופיע את התפקיד הרוחני שלנו בעולם.

אלהי נשמה



גון החיים היחודי

הנשמה שהוחדרה לנו בבוקר היא הנשמה המיוחדת לנו, גון החיים היחודי שאנו אמורים להופיע ביום החדש. אם התעוררנו בבוקר, סימן שיש תפקיד מסוים היום שרק אנחנו יכולים לממשו.

הנותן לשכוי בינה



הטבע בלז נעור

כשמפציע השחר, לא רק אנחנו מתעוררים, אלא הטבע כולו נעור לחיים. האדם אינו מנותק מהחיים הכלליים. בעת היקיצה אנו מתחברים למעגלי החיים (המבטאים בתרגול, בעל חיים החש באופן אינסטינקטיבי את המעבר בין החושך לאור), וכולנו יחדיו ניצבים מול יום חדש.

פוקח עורים



מבט בהיר על המציאות

הלילה הוא זמן החשיכה. בלילה אנו מצויים בחוסר הכרה וערפול. הבוקר הוא הזמן שבו נפקחות העיניים וניתן להביט במבט בהיר על המציאות.

מתיר אסורים



ממאסר לחרות

בלילה הגוף והנפש מצויים במאסר, בצמצום של חיים. הבוקר הוא הזמן שבו אנו מתעוררים ומתחדשים, יוצאים ממאסר לחירות.

יהי רצון מלפניך



להסיר את השלילי

לאחר שביקשנו לטפח את החיובי, אנו מבקשים להסיר מן הדרך את מה שעלול לעכב אותנו: "עזי פנים", "אדם רע", "חבר רע". למרבה הצער, ישנם צדדים שליליים במציאות, בחוץ ובתוכנו, וגם על זאת יש להתפלל בפתיחתו של יום.

ברכות התורה



דעת שמנהיגה את החיים

התורה איננה רק ידיעה נוספת שאנו רוכשים, אלא הבנה רוחנית שאמורה להיות הבסיס לניהול החיים. "אין לך בן חורין אלא מי שעוסק בתורה": בפתיחתו של יום חדש אנו מבקשים לעסוק בתורה, לשוב באמצעותה אל המקור האלוהי של החיים, ומתוך כך לכוון את המחשבה ואת המעשה.

אשר בחר בנו



בְּחִירָה שֶׁהִיא אַחֲרִית

לפני שאנו מברכים על נתינת התורה אנו מזכירים את הבחירה בעם ישראל. הבחירה איננה זכות בלבד אלא אחריות: אנו חלק משרשרת הדורות של עם שנועד להופיע את התורה בחייו ולהיות חברת מופת אמונית שתשפיע על העולם כולו.

אל היום החדש



שחר של יום חדש

המעבר משינה לעוררות אינו פשוט כלל, ולכן אנו נכנסים אל היום בהדרגה, ברכה אחר ברכה. פתחנו בהכרת תודה, ב"מודה", ומתוכה התמלאנו "אניות", תחושת שליחות ליום החדש. הכרנו בגוף כתשתית, ובנשימה שהוחזרה לנו, גון החיים הייחודי שרק אנחנו יכולים להופיע. ואז, אחת אחת, התחדשו בנו הכוחות: הבינה להבחין, העיניים הנפקחות למבט בהיר, היציאה ממאסר לחירות, ההליכה הזקופה שבה השכל שולט בגוף, הבגדים שהם כבודו של האדם, הגבול שאנו מעמידים לזרימה הפראית, הצעדים שהבורא מכין, הצרכים בכל המישורים, הגבורה של שינוס המותניים והתפארה של קומה גבוהה יותר. ביררנו את זהותנו, יהודים, בני חורין, איש ואשה כל אחד בדרכו. ביקשנו שהשינה תעבור, שהיום יורגל לטוב ושהמעכבים יוסרו, וחתמנו בתורה, שהיא החירות עצמה והייעוד. וכל הכוחות האלה אינם סותרים זה את זה אלא מבקשים שלום: לא פשרה, אלא הרמוניה שבה כל כוח מוצא את מקומו הראוי בתוך השלמות. יום שנפתח בברכות השחר הוא יום שונה. זהו יום הנושא בחובו תפילה ותקווה. שחר של יום חדש.

הפירוט שלי

מחכה למילים שלך

מותניים, למקד ולרכז את הכוחות, זוהי עניינה של הגבורה שאמורה להתחדש בבוקר.

עוטר ישראל בתפארה



קומה גבוהה יותר

מעבר לקומה ולצרכים האנושיים, אנו מעוניינים להתחבר ביום זה לקומה גבוהה יותר, למדרגה רוחנית המעטרת אותנו בפאר והדר, מדרגה ייחודית לעם ישראל (המתבטאת בהנחת תפילין).

שלא עשני גוי



ברור הזהות

בפתיחתו של הבוקר אנו מחדדים את הייחודיות של היותנו יהודים. ברור הזהות דורש מאיתנו להדגיש את הגוון שלנו כחלק מפסיפס שלם של עמים אחרים.

שלא עשני עבד



להשתחרר מכל השעבודים

הכוונה איננה רק לעבדות חיצונית. כחלק מתפילת הבוקר אנו מבקשים להשתחרר מכל השעבודים: לא להשתעבד לחולשות, להרגלים, לכל דבר שאינו מאפשר לאמות הפנימית שלנו לצאת לאור. כדברי חכמים: "אין לך בן חורין אלא מי שעוסק בתורה".

שלא עשני אשה



האיש מברך

על דרך השלילה

בניגוד לאשה, שבה בולטת יותר הזרימה הרגשית, ולכן היא מגדירה את עצמה כלפי ריבונו של עולם על דרך החיוב ("שעשני כרצוני"), הגבר, שבו בולטת יותר השכלתנות הלוחמנית, מגדיר עצמו על דרך השלילה ("שלא עשני אשה").

שעשני כרצוני



האשה מברכת

על דרך החיוב

האשה בולטת יותר בזרימה הרגשית, ולכן היא מגדירה את עצמה כלפי ריבונו של עולם על דרך החיוב ("שעשני כרצוני").

המעביר כבלי שנה



שומחה, בהירות ונח

הקדוש ברוך הוא מאפשר לנו להעביר את כבלי השינה ולפתוח יום חדש, המלא שמחה, בהירות וכוח.

ויהי רצון



לכון את הכחות

לא די בכך שהכוחות שלנו מתחדשים בבוקר; יש צורך גם לכוון אותם. אנו מבקשים להתרגל בתורה ובמעשים טובים, ולא להשתעבד לחטא. הברכה נחתמת בחסד: הבורא גומל עמנו טובות המקיפות את כל החיים ואת כל המצבים, ומתוך ההכרה שהחיים עצמם נתונים בתוך חסד אנו יוצאים לפעול בעולם.