לַעֲשׂוֹת מֵהַבְּרָכוֹת תְּפִלּוֹת

הרב אייל ורד

מסלול פירוש לברכות השחר, מתוך אפליקציית אנשי בוקר ● בלשון נקבה



מודה אני

אֲעִירָה שָׁחַר

מודה אני לפניך, מלך חי וקיים, על המפגש הראשון של היום. החזרת בי נשמתי, ואיתה יום שעומד בפני עצמו, אחד שלא היה ויחיד שלא ישוב. תן לי לקום אליו כמו ציפור שנפתח לה הכלוב: בהתמתחות, בנשימה, בתודה. שלא אחמיץ אותו בדרך למשהו אחר. אעירה שחר.



על נטילת ידיים

כְּלִי שָׁרֵת

ריבונו של עולם, לפני שאגע היום בעולם אני שופכת מים על ידיי. הידיים האלה ייגעו באנשים, במילים, בחפצים, וכל נגיעה היא הזדמנות להרחיב בה את גבול הקדושה. אנא, שיהיו ידיי כלי שרת שלך: אם לצורך עצמי, אם לשם אחרים. ושאדע להבחין מתי לאחוז ומתי להרפות.



אשר יצר

חֲלוּלִים חֲלוּלִים

רופא כל בשר, יצרת אותי חלולים חלולים, ודווקא כך אני חיה: מה שנכנס ומה שיוצא, מה שנפתח ומה שנסגר, הכול בזמנו ובלי שאשים לב. תודה על העור שמגן עליי, שבלעדיו כל רוח הייתה כאב. ולמדני שגם המגרעות שבי הן פתחים: מקום שבו אחר יכול להיכנס, למלא ולהתחבר אליי חיבור של אמת.

אלהי נשמה

חֵלֶק אֱלוֹהַּ מִמַּעַל מַמָּשׁ

אלוהיי, נשמה שנתת בי טהורה היא. חלק אלוה ממעל ממש, שאי אפשר לבטל, אבל אפשר להסתיר. יודעת אני שהיא לא אני, היא אתה שבתוכי, וכל טוב שאעשה היום הוא אתה שמופיע דרכי. יהי רצון שאשכיל להידבק בה, ומתוכה להידבק בך, להיות חלק מגודל, ולא להסתפק בפרוסה. ושלא אסתיר אותך היום.



הנותן לשכוי בינה

אֶהְיֶה אֲשֶׁת אֱמֶת

ריבונו של עולם, הנותן את הבינה ללב, אנא, היה נא בבחירותיי. תן בי את הכוח לבחור היום, ובכל יום, בנקיות: לא להשליך מהחולשות שהיו, ולא להתרפות מן ההצלחות שהיו. לקחת את היום כעומד בפני עצמו, כאחד שלא היה ויחיד שלא ישוב. ועזור לי להבדיל בין האור ובין החושך, בין האמת לשקר, בין הזיוף לדיוק. ובתוך תוכי פנימה, שלא אזייף. אהיה אני באמת, אהיה אשת אמת.



פוקח עורים

לֵב טוֹב, עַיִן טוֹבָה

צור ישראל, אתה שהטבעת בי את כוח הראייה, תן בי התבונה לאחוז ביתדות הוודאות שבעולם, והצף אותי בתחושת התבהרות, אמונה וביטחון. שלא אעשה עיקר כטפל, ושאביט תמיד בלבן, גם כאשר לידו חבויה נקודה שחורה. פקח את עיניי כאשר פקחת את עיני הגר על יד הבאר, אל נא תשאיר אותי בחזקת עיוורת שעה שדברים ניצבים מול עיניי. ועזור לי להפנים כי העין יש בה כוח יוצר, ולכן אחריות: על מה להסתכל, ובאיזו צורה. לב טוב, עין טובה, מחשבה טובה.



מתיר אסורים

אָנָּא, קַדְּשֵׁנִי

ריבונו של עולם, בראת אותי נשמה בתוך גוף, וגוף עשוי מחומר מוגבל. מדי לילה עולה אני על יצועי מתוך הכרה במוגבלות שלי, ובכל בוקר אתה פותח לי את הכלא. הדרך נא אותי בשבילים המתאימים אליי, הבא אותי אל נקודות החירות שבי, אל המקומות שאינם כובלים אותי כעבד הנרצע אל אדוניו. ויודעת אני שגם אחריות נתת בי: להעלות את הניצוצות שנפשי נמשכת אליהם, להרחיב את תחום הקדושה, להוסיף מן הקודש על החול. אנא, קדשני.



זוקף כפופים

אַתָּה זוֹקֵף קוֹמָתִי

אלוהיי, צור מעודדי, צרת בקרבי תנועות משלימות: את הכפיפה, האוצרת, המגינה והשומרת, ואת הזקיפה, המתפשטת, הנותנת והיוצרת. תן בי הבינה להבחין אם עת לכנוס או עת לפרוץ. קומה על גבי קומה עשית אותי; הראה לי כיצד חיים ביושר, שאהיה בבחינת 'מלך': מוח ולב קודמים לכבד. כפופה אנוכי, זו מהותי, כפופה ונפולה, ואם בי לבדי תלוי הדבר, כנראה שלא יצלח. אך אתה עמדי, וזו ישועתי ותקומתי. אתה זוקף קומתי.



מלביש ערומים

לְכָבוֹד וּלְתִפְאֶרֶת

אלוהי צבאות, הדור בלבושו, אתה שעשית כותנות אור לאדם ולחוה והלבשתם, הלבש גם אותי במידת ההוד והתפארת. עזור לי לכסות את החוץ הצועק כדי להיפגש עם הפנים, לכסות את הגוף כדי להאיר את הנשמה. תן בי הכישרון להלביש את דבריי, לעטוף אותם, לבל ייאמרו בשפה חשופה ובועטת. שאלבש את הבגדים הראויים לי, התואמים את נפשי, ולא כאלה שבהם אני כבר לא אני. שיהיו לכבוד ולתפארת, מדגישי ייעוד ומשמעות.



הנותן ליעף כח

כֹּחוֹת שֶׁהֵם לֹא שֶׁלִּי

הנותן ליעף כוח, הנשמה שבי אינסופית ולעולם אינה מתעייפת, והגוף מושך למטה, ומהחיכוך הזה אני עייפה. בלילה נתת לה לעלות ולתדלק, ובבוקר החזרת לי כוחות שהם לא שלי. תן לי היום לעשות את מה שאני באמת שייכת אליו, כי שם העייפות פוחתת. ובמקום שבו ייגמר לי הכוח, היה אתה הכוח.



רוקע הארץ על המים

יְתֵדוֹת הַוּדָּאוּת

רוקע הארץ על המים, מתחת לרגליי יש קרקע, ואני שמה לב אליה רק כשהיא נשמטת. תודה על היציב שבחיי, על מה שאפשר לדרוך עליו בלי לחשוב. ותן

לי יציבות כזאת גם בנפש: כמה יתדות ודאות להישען עליהן, שלא אהיה תלויה ועומדת על הספק כל ימיי. הצף אותי בתחושת התבהרות, אמונה וביטחון, ואז אוכל ללכת.



המכין מצעדי גבר

כְּמִפְרְשִׁית בְּרוּחַ

אדון כל הכוחות כולם, מודה אני לך על אותו כוח פלאי שנטעת בקרבי, היכולת לשמור על שיווי המשקל, ולא להיות כעלה נידף מכל רוח. עזור לי לתת לכל תכונה ומידה להופיע כפי מידתה. חישבתי דרכיי, אך לעיתים לא לשם מביאות אותי רגליי. פתח את ליבי לצלצוליך, לאותן נגיעות קלות המסיטות אותי ממסלולי, הפותחות לי צוהר לחזות בהתגלות דרכך בעולם. שאהיה כמפרשית הנעה ברוח, שאיגרר אחריך.



שעשה לי כל צרכי

יֶשׁ לִי כֹּל

קונה הכול, רוצה אני להודות לך, כיעקב אבינו בשעתו, שיש לי כול. ועוד יותר מכך, רוצה אני לחיות כך: שמה שיש לי הוא מה שטוב לי, ומה שאין לי, אין לי צורך בו. גם בקניינים, שלא אהיה צרת עין בזולתי, וגם במידות הנפש, שאדע שמה שנתת לי הוא הצידה לדרך. שמה שנראה בעיניי כחיסרון הוא המקום שבו אזכה לקבל מאחרים, להתחבר עימם חיבור של אמת. נתת מנעלים לרגליי, מנעלים להרגליי, מתווכים למציאות, שיהיו לי הכלים לקבל את האור הגדול שאתה משפיע לעולמנו.



אוזר ישראל בגבורה

חָסָד צָרִיךְ נְעָלַיִם

אוזר ישראל בגבורה, נתת בי חסד, רצון להיטיב, להתפשט, לתת. ואמרת לי, כמו לאברהם: שימי לו נעליים, אחרת הוא מסוכן, את עלולה להטביע את העולם. חגור אותי היום בגבול: גבורה שעוטפת את השפע ונותנת לטוב שבי להגיע באמת, לא לשטוף ולא להציף. שכל מידה שבי תופיע כפי מידתה. חסד וגבורה, והכול באיזון.



עוטר ישראל בתפארה

מִי אֲנִי רוֹצֶה לִהְיוֹת

עוטר ישראל בתפארה, עטרה היא לא כיסוי אלא הדגשה: היא אומרת שיש כאן מישהי בתפקיד, שיש לה ייעוד. תן לי לזכור את זה היום, בכל מקום שאגיע אליו. שהתפארת תהיה כבוד ביני לבין עצמי, ולא תדמית כלפי חוץ. ושאוכל לבטא דרכה לא רק מי אני, אלא גם מי אני רוצה להיות. 'עוז והדר לבושה'.



שלא עשני גוי

בַּת שֶׁל מֶלֶךְ

אלוהיי, נתת בי את הכוח לבחור, לקבל החלטות, אך יודעת אני גם להודות היום על כך שלא השארת אותי בגפי באותן שעות גורליות. היית עימי בצמתים, כיוונת את צעדיי לטוב לי כל הימים, הולכת אותי בדרך ישרה. יש דברים עמוקים מכדי לומר מה הם, ועליהם אומרים רק מה לא. תודה, ריבונו של עולם, 'שלא עשית אותי' מה שאינני, ומתוך כך עשית את מי שהנני. בת של מלך.



שלא עשני עבד

לִהְיוֹת נוֹכַחַת

אנא, ה', עזור לי להיות נאמנה לעצמי, לעצמותי, לעוצמתי, לעצמיותי. שאהיה בת חורין, שלא אכנע ללחצים ולמוסכמות ואשעבד בכך את עצמי. שאהיה עסוקה בפנים ולא בחוץ: לא שפחה למוסכמות, לא לחיצוניות, לא לנראות. שאהיה נוכחת, שאדע לקבל וליהנות מהמתנה הגדולה שנתת לי, מחיי, ולא אכלה אותם בתיעוד מן החוץ, בלהיות ולא להיות. תן לי להיות איפה שאני נמצאת.



שעשני כרצונו

תְּכְנִית אִישִׁית

קונה הכול, שעשני כרצונך. עומדת אני מולך ומסתכלת פנימה, ויודעת שנתת לי בדיוק את התכונות שאני צריכה, בנית לי תוכנית אישית. שאפנים שמה שנתת לי הוא מה שאני זקוקה לו להשלמתי, הצידה לדרך שבעזרתה אצלח את מסעי. ושתרד ממני כל הקנאה של 'למה אני לא כמוה', כי כמוני לא ברא איש. שאהיה אני באמת.



המעביר חבלי שנה

יְקִיצָה וְלֹא הִתְעוֹרְרוּת

המעביר שינה מעיניי ותנומה מעפעפיי, הרגע הזה שבין שינה לערות הוא מעבר מעבדות לחירות, ובו בודקים אותי כמה אני אוהבת את החירות. אל תיתן לי למשוך את השמיכה מעל הראש. תן לי יקיצה ולא התעוררות: לא לקום בכוח, מתוך שעון, עם האנרגיות הכי שליליות, אלא מעצמי, מרצוני, כי הגיע הזמן. העבר ממני את החבלים, ואקום אליך.



ויהי רצון

מְנֻעָלִים לְהֶרְגֵּלַי

יהי רצון מלפניך שתרגילני בתורתך: שההרגלים שלי יהיו כמנעלים טובים, שמתווכים לי את היום בלי שאישרף ובלי שאיפצע. דבקני במצוותיך, והרחק אותי מחבר רע, ותן לי חבר טוב, שלידו אני נעשית טובה יותר, שאוכל לספר לו גם את חולשותיי. ותנני היום לחן ולחסד בעיניך ובעיני כל רואיי. גומל חסדים טובים לעמך ישראל.



יהי רצון מלפניך

שֶׁלֹּא אֶטְעֶה

יהי רצון מלפניך שתצילני היום מעזי פנים ומעזות פנים. העולם לוקח את השקר, עוטף אותו בעטיפות מכובדות וקורא לו 'אמת', ואני לא תמיד יודעת אם מי שמדבר מדבר מדם ליבו. שלא אפול במלתעות עולם השקר והבלבול, שלא אטעה בין צדיק לרשע, בין בן המלך לבן השפחה. ושלא אהיה אני עזת פנים: שלא אדבר ממקום של פוזה, אלא ממקום כנה ואמיתי.



ברכות התורה

וְהַעֲרֶב נָא

והערב נא. אני לא יכולה לגשת אל התורה ישירות, חשופה; אני חייבת מישהו שיתווך לי את הפסוקים: מסכת סוכה, תורה שבעל פה, רב. תודה על המנעלים האלה, שבלעדיהם לא הייתי מסוגלת כלל. תן שהתיווך יהיה ממוצע מחבר ולא ממוצע מפריד, שדרך התורה ארצה להבין את רצונך, לא לנצח ולא להרשים. גל עיניי ואביטה נפלאות מתורתך.

אשר בחר בנו

בְּשֶׁפָה שֶׁאֲנִי יְכוֹלָה לְשֵׂאת

אשר בחר בנו, ובחרת גם בי: הסתכלת עליי, נתת לי כיוון, דאגת שלא אקבל החלטות לא נכונות. בסיני דיברת איתנו בלי מנעלים, ישירות, ולא עמדנו בזה, פרחה נשמתנו. אז נתת לנו תורה, אור גדול בתוך כלים שאפשר לחיות איתם בכל יום. תודה שבחרת לדבר איתי בשפה שאני יכולה לשאת, ושנתת לי במה לאחוז.



אל היום החדש

עוּרָה כְּבוֹדִי

ריבונו של עולם, הנה היום. העולם עוד שקט, הציפורים החלו מצייצות, התרנגול כבר קורא, וזה המפגש הראשון שלנו היום. בירכתי על כוחות החיים שחידשת בי: על הלב שמבחין, על העיניים שנפקחו, על הגוף שיצא מכלאו, על הקומה שזקפת, על הבגד, על הצעדים, על זה שיש לי כול. כמה פעמים אמרתי את זה בדרך למשהו אחר, בלי לנשום, בלי לשים את הלב. היום אני מבקשת אחרת. תן לי לקחת את היום הזה כעומד בפני עצמו, כאחד שלא היה ויחיד שלא ישוב. לבחור בו בנקיות. להביט בלבן גם כשלידו נקודה שחורה. להיות נוכחת ולא לתעד. ללכת לאן שתוליך אותי, כמפרשית ברוח, ולהיות סקרנית לגלות מה רצית להראות לי שם. ואם איפול, זקוף אותי, כי אתה עמדי. עורה כבודי, אעירה שחר.

הפירוש שלי

מחכה למילים שלך