

MORNING BLESSINGS: Derive Benefit & Then Bless : ברכת השחר

 ROOSTER	כִּשְׁשׁוּמֵעַ קוֹל הַתְּרַנְגוּל--מְבַרֵךְ בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַנּוֹתֵן לְשִׁכּוּי בִּינָה לְהַבִּין בֵּין יוֹם וּבֵין לַיְלָה.
 CLOTHING	כִּשְׁלֹבֶשׁ בְּגָדָיו-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, מְלַבֵּישׁ עַרְמָיִם.
Wrap Head	כִּשְׁמַנִּית סָדִינוּ עַל רֹאשׁוֹ- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאֲרָה.
 RUB EYES - SEE	כִּשְׁמַעְבִּיר יָדָיו עַל עֵינָיו-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, פּוֹקֵחַ עוֹרִים.
 RELEASE BOUND	כִּשְׁיָשׁב עַל מַטְתּוֹ-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, מַתִּיר אֲסוּרִים.
 LAND-WATER	כִּכְשִׁמְרִיד רִגְלָיו מִן הַמַּטָּה וּמַנִּיחָם עַל הָאָרֶץ-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, רוֹקֵעַ הָאָרֶץ עַל הַמַּיִם.
 STAND	כִּשְׁעוֹמֵד-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, זוֹקֵף כְּפוֹפִים.
WASH  HANDS	כִּשְׁנוֹטֵל יָדָיו-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמַצּוּוֹתָיו וְצָוָנוּ עַל נְטִילַת יָדַיִם.
WASH YOUR FACE	כִּשְׁרוֹחֵץ פָּנָיו- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַמַּעְבִּיר שִׁינָה מֵעֵינָי וְתוֹנוּמָה מֵעַפְעָפִי; יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה' אֱ-לֹהֵינוּ וְאֵלֵינוּ אֲבוֹתֵינוּ, שְׁתַּרְגִּילֵנוּ לְדַבֵּר מִצְוָה, וְאֵל תַּרְגִּילֵנוּ לְדַבֵּר עֲבָרָה, וְתִשְׁלַט בִּי יֵצֶר טוֹב, וְאֵל תִּשְׁלַט בִּי יֵצֶר רָע, וְתַחַזְקֵנוּ בְּמַצּוּוֹתֶיךָ, וְתַמְּן חֵלְקֵי בְּתוּרְתֶךָ, וְתַתְּנֵנוּ לְחֵן לְחֶסֶד וּלְרַחֲמִים בְּעֵינֶיךָ וּבְעֵינָי כָּל רוּאֵי, וְתַגְּמֵלֵנוּ חֻסְדִּים טוֹבִים מִלְּפָנֶיךָ; בְּרוּךְ אַתָּה ה', גּוֹמֵל חֻסְדִּים טוֹבִים.
 RESTROOM	וְכָל זְמַן שִׁיפְנֵס אָדָם לְבֵית הַפֶּסַע--אוֹמֵר ק'נָם שִׁיפְנֵס, הַתְּכַבְּדוּ מְכַבְּדִים קְדוּשִׁים, מִשְׁרָתֵי עֲלִיוֹן, שְׁמְרוּנֵי עַד שִׁאפְנֵס וְאַצָּא, כִּי זֶה דַּרְכּוֹ שְׁלִבְנֵי אָדָם. וְאַחַר שִׁיפְנֵס-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר יֵצֶר אֶת הָאָדָם בְּחֻכְמָה, וּבִרְאָ בּוֹ נְקֻבִים נְקֻבִים וְנַחֲלָלִים חֲלָלִים, מִהֵן סְתוּמִים וּמִהֵן פְּתוּחִים, שְׁאֵם יִסְתֵּם אֶחָד מֵהֵן אוֹ יִפְתַּח, אֵינּוּ יָכוֹל לְהִתְקַיֵּם אִפְלוּ שָׁעָה אַחַת; בְּרוּךְ אַתָּה ה', רּוֹפֵא כָּל בָּשָׂר וּמִפְּלִיא לַעֲשׂוֹת.

 <p>TIGHTEN BELT</p>	<p>כְּשֶׁחֹגֵר תְּגוּרוּ-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲזִיר יִשְׂרָאֵל בְּגִבּוֹרָה.</p>
 <p>SANDALS</p>	<p>כְּשֶׁלֹּבֵשׁ מִנְעָלוֹ-- בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׁעֲשֵׂה לִי כָּל צְרָכָי.</p>
 <p>ON THE ROAD</p>	<p>כְּשֶׁמְהַלֵּךְ לְצֵאת לְדֶרֶךְ בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, הַמַּכִּין מַצְעָדֵי גִבֹּר.</p>
 <p>שְׂלֵא עֲשֵׂנִי גוֹי JEWISH</p>	<p>וַיִּמְכַּךְ אָדָם בְּכָל יוֹם בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׂלֵא עֲשֵׂנִי גוֹי</p>
 <p>NOT A SLAVE</p>	<p>בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׂלֵא עֲשֵׂנִי עֶבֶד</p>
 <p>שְׂלֵא עֲשֵׂנִי אִשָּׁה</p>	<p>בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱ-לֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שְׂלֵא עֲשֵׂנִי אִשָּׁה.</p>

<http://www.mechon-mamre.org> :TEXT PROVIDED BY

[Posters Back To Torah](#)