

If Only We Could Daven All Day Long

I. If Only...

1. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף כא עמוד א

ורבי אלעזר אמר: ספק קרא קריאת שמע ספק לא קרא - חוזר וקורא קריאת שמע, ספק התפלל ספק לא התפלל - אינו חוזר ומתפלל. ורבי יוחנן אמר: ולואי שיתפלל אדם כל היום כולו.

2. עקידת יצחק - ויקרא שער נו

שאינן ספק שכל מיני העבודות כל עוד שירבו ויארך ענינם ואפילו יותמדו בלי הפסק הוא יותר מועיל כי לפי כן תתחזק האמונה ותתרבה האהבה וימצא הדבקות וכמ"ש (ברכות כ"א א) ולואי שיתפלל אדם כל היום כלו

3. עלי תמר - ברכות פרק ד הלכה ד

כלומר שסובר רבי יוחנן שמעלת עבודת ה' בתפלה גדולה מאד ואם היה אפשר שיתפלל כל היום היה טוב מאוד **ברם אין הדבר אפשר** שא"כ תורה מה תהא עליה והרבצת תורה לתלמידים מה תהא עליה

4. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף לב עמוד ב

תנו רבנן: חסידים הראשונים היו שוהין שעה אחת, ומתפללין שעה אחת, וחוזרין ושוהין שעה אחת. וכי מאחר ששוהין תשע שעות ביום בתפלה, תורתן היאך משתמרת, ומלאכתן היאך נעשית? אלא מתוך שחסידים הם - תורתם משתמרת ומלאכתן מתברכת

II. We CAN Daven All Day Long!

5. תלמוד בבלי - מסכת מנחות דף מג עמוד ב

תניא, היה רבי מאיר אומר: חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום, שנאמר: ועתה ישראל מה ה' אלקיך שואל מעמך

6. פרשת עקב - פרק י פסוק יב

ועתה ישראל מה ה' אלקיך שאל מעמך כי אם ליראה את ה' אלקיך ללכת בכל דרכיו ולא הבה אתו ולעבד את ה' אלקיך בכל לבבך ובכל נפשך:

7. רש"י הירש - שם

נראה מן הטעמים כי ליראה, ללכת, ולא הבה אינם שלוש דרישות נפרדות, אלא "ללכת" ו"לא הבה" הם המסקנות של "ליראה": לירוא את ה' כך שיראת ה' תביא לידי הליכה בכל דרכי ה', וזו תביא לידי אהבת ה'. שהרי זו משמעות "ירא את ה'": לשוות את ה' לנגדנו תמיד ולזכור בכל עת את גודלו ואת רוממותו

9. משנה ברורה - סימן מז ס"ק יד

"חייב אדם לברך בכל יום מאה ברכות לפחות"
והנה בכל יום אנו מברכין עוד יותר ממאה ברכות כיצד בלילה מברך המפיל ובשחר מברך על נט"י ואשר יצר ועוד ט"ז ברכות השחר וג' ברכות על התורה... ונ"ז ברכות דג' תפלות הרי צ"ב ובשתי סעודות יש ט"ז ברכות...

III. The Wonders of the Human Body

10. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף ס עמוד ב

הנכנס לבית הכסא...כי נפיק אומר: ברוך אשר יצר את האדם בחכמה וברא בו נקבים נקבים חללים חללים גלוי וידוע לפני כסא כבודך שאם יפתח אחד מהם או אם יסתם אחד מהם אי אפשר לעמוד לפני...רופא כל בשר ומפליא לעשות

11. רש"י - שם

ומפליא לעשות - כנגד שהגוף חלול כמו נאד, והנאד הזה אם יש בו נקב אין הרוח עומד בתוכו, והקדוש ברוך הוא ברא את האדם בחכמה וברא בו נקבים נקבים הרבה, ואף על פי כן הרוח בתוכו כל ימי חייו, וזו היא פליאה וחכמה

12. שולחן ערוך - אורח חיים סימן ו

הגה: שמפליא לעשות במה ששומר רוח האדם בקרבו, וקושר דבר רוחני בדבר גשמי, והכל הוא ע"י שהוא רופא כל בשר, כי אז האדם בקו הבריאות ונשמתו משתמרת בקרבו

IV. Thanks For The Food...And The Whole World!

13. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף מח עמוד ב

תניא, רבי אליעזר אומר: כל שלא אמר ארץ חמדה טובה ורחבה, בברכת הארץ ומלכות בית דוד בבונה ירושלים - לא יצא ידי חובתו; נחום הזקן אומר: צריך שיזכור בה ברית. רבי יוסי אומר: צריך שיזכור בה תורה

14. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף מ עמוד ב

אמר רב: כל ברכה שאין בה הזכרת השם - אינה ברכה. ורבי יוחנן אמר: כל ברכה שאין בה מלכות - אינה ברכה

V. Thanks For Making Us Needy

15. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף לו עמוד א

בתחלה מברך עליו שהכל נהיה בדברו, ולבסוף בורא נפשות רבות וחסרונן על כל מה שבראת... הכוסס את האורז...טחנה אפאו ובשלו...בתחלה מברך עליו בורא מיני מזונות, ולבסוף ולא כלום... (כלומר אין טעון מברכות פירות א"י ולא כלום אלא בורא נפשות רבות, ככל מידי דליתיה משבעת המינים - רש"י)

16. תוספות - שם

"וחסרונם" - כמו לחם ומים שאי אפשר בלא הם. ו"על כל מה שברא להחיות בהם נפש כל חי" כלומר על כל מה שבעולם שגם אם לא בראם יכולין העולם לחיות בלא הם שלא בראם כי אם לתענוג בעלמא כמו תפוחים וכיוצא בהן

17. שו"ת הרשב"א - חלק א סימן תתכג

עוד כתב במה שקראו בורא נפשות רבות "ולא כלום" אומר אני מפני שאינו מברך על הדבר שנהנה ממנו. וכל שאר הברכות מברך על הדבר שנהנה ממנו...ואפילו ברכת שהכל שאינו מזכיר אותם אלא דרך כלל מ"מ הרי הוא כולל מה שנהנה ממנו כלל הדברים שמתנהגו כמאמרו להנות מהם. אבל בברכת בורא נפשות אינו כן. שאינו מזכיר בברכה הדבר שנהנה ממנו בכלל הדברים לא בפירושו ולא בכלל. שאינו אומר בורא מיני הרבה למלאת חסרון הדברים שברא. אלא אדרבה הוא מברך על שברא נפשות שחסרות וצריכות למה שברא. על כן קראה ולא כלום.

18. פרשת בראשית - פרק ג פסוק יד

וַיֹּאמֶר ה' אֱלֹהִים אֶל הַנֶּחֱשׁ כִּי עָשִׂיתָ זֹאת אָרוּר אַתָּה מִכָּל הַבְּהֵמָה וּמִכָּל חַיַּת הַשָּׂדֶה עַל גָּחֹנֶךָ תֵּלֵךְ וְעֵפֶר תֹּאכַל כָּל יְמֵי חַיֶּיךָ

19. תלמוד בבלי - מסכת יומא דף עה עמוד א

תניא, אמר רבי יוסי: בוא וראה שלא כמדת הקדוש ברוך הוא מדת בשר ודם. מדת בשר ודם, מקניט את חברו - יורד עמו לחייו. אבל הקדוש ברוך הוא אינו כן, קלל את הנחש - עולה לגג מזונותיו עמו, יורד למטה - מזונותיו עמו

20. תלמוד בבלי - מסכת ברכות דף נז עמוד א

תני תנא קמיה דרב ששת: הרואה נחש בחלום - פרנסתו מזומנת לו (כנחש שעפר לחמו, ומצוי לו בכל מקום - רש"י)

21. חידושי הרי"ם (מספר "מעיינה של תורה" - פרשת בראשית)

קשה איפוא מה קללה היא זו?

ברם הקללה היתה בכך שהורחק כל כך מן הקדושה עד כדי למנוע ממנו שיצטרך אי-פעם לשאת עיניו אל השמים כדרך ברואים אחרים המחפשים להם מזונותיהם ונושאים לפעמים עיניהם השמימה לבקש מזונם מאת השם יתברך כגון "הכפירים שואגים לטרף ולבקש מאל אכלם" (תהילים קד: כא) את קולו אין רוצים בכלל לשמוע בבחינת "קח לך את שלך והסתלק מנגד עיני לבל אראך ולבל אשמעך עוד"

22. תלמוד בבלי - מסכת יומא דף עו עמוד א

שאלו תלמידיו את רבי שמעון בן יוחי: מפני מה לא ירד להם לישראל מן פעם אחת בשנה? אמר להם: אמשול לכם משל: למה הדבר דומה - למלך בשר ודם שיש לו בן אחד. פסק לו מזונותיו פעם אחת בשנה, ולא היה מקביל פני אביו אלא פעם אחת בשנה. עמד ופסק מזונותיו בכל יום, והיה מקביל פני אביו כל יום. אף ישראל, מי שיש לו ארבעה וחמשה בנים היה דואג ואומר: שמא לא ירד מן למחר ונמצאו כולן מתים ברעב, נמצאו כולן מכוונים את לבם לאביהן שבשמים

23. הרב שמשון פינקוס (שערים בתפלה - עמי' קלז-קלח)

ובאמת כאשר מבקש אדם מהקב"ה על ענין מסויים עצם מעשה הבקשה היא התכלית המבוקשת יותר מעצם השגת בקשתו.

בנוהג שבעולם כאשר יבקש איש מרעהו או עני מעשיר כיון שתכלית הבקשה היא רק העזרה שרוצה לקבל נמצא שהמטרה הסופית היא שלא יצטרך לבקש עוד שזהו רצונו האמיתי של העני שיהא הוא עצמו עשיר ולא יצטרך לבקש וא"כ נמצא שסוף המטרה הוא לבטל הבקשה כליל אבל אצל הקב"ה כאשר מבקש האדם חיים הרי עצם חסד זה שאפשר לו לעמוד ולדבר איתו יתברך בתפילה זה עצמו יותר טוב מהשגת הבקשה עצמה ונמצא שאין המטרה שלא יצטרך לבקש עוד אלא אדרבא תכליתה היא הבקשה עצמה וכיון שכן כל שמבקש יותר ויותר הרי זהו עצמו התקרבות לתכלית יותר ויותר ואהוב ורצוי הוא אצל הקב"ה.

Takeaways

1. Berachos are an opportunity to speak to Hashem throughout the day.
 - a. This is a very practical way to increase Yiras Hashem at all times, especially in Elul
2. Berachos are more expansive than just the blessing in front of us:
 - a. Asher Yatzar is about the entire human body, and health in general.
 - b. Blessings over food also acknowledge the entirety of creation.
 - c. We're thankful for being needy, allowing us to relate to Hashem all day long.