

# ברכת אשר יצר

... רופא כל בשר ומפליא לעשות:

ברוך אתה ה' מלך העולם...

ברכת אשר יצר היא ברכת הודאה ושבח לה' על החכמה הנפלאה בבדיאת גופו של האדם.

כתוב בספרים הקדושים: שסגולה להנצל ממחלות וכדו' על ידי אמירת הברכות כתיקנן. ובפרט ברכת "אשר יצר" שנתקנה על שבח הבריאה במערכת הגוף של האדם. בוראי שהכוונה בברכה זו היא עצה וסגולה נפלאה למנוע מחלות משונות ר"ל ולהרבות רפואות וישועות. כתב איש אלקים החכם הצדיק ר' משה ו' מכיר זצ"ל בספרו סדר היום "יברך אותה בכוונה ויאמר מלה במלה... לא יחלה כל ימיו ולא יצטרך לרופא ולא לרפואתו". בברכת "אשר יצר" יש מ"ה תיבות כמנין "אדם" וכן תיבות "חלולים חלולים" גימטריא רמ"ח (אברים) חז"ל אמרו: "לא יזרוק את הברכה מפיו (ברכות מז, א) "אלא יכוין בעת האמירה ויברך בנחת" (משנה ברורה ה, א) וכתוב בספח"ק שראוי לומר הברכה מתוך הכתב דוקא. ב"שולחן ערוך" (קצ"א, ג, נפסק: "אסור לעשות מלאכה בעורו מברך", "ואמילו תשמיש קל" (משנה ברורה) והטעם מפני שנראה כמברך דרך עראי ומקרה" (שם). וכן כתב הבן איש חי: "אסור לעסוק בשום עסק אזובעונותינו הרבים נכשלים בברכה זו יותר". ולכן עצה טובה שיעמוד במקומו בשעת הברכה וימנע מניגוב ידים, הליכה, לבישת מעיל, רמיזה בידיים או בעיניים שכל זה מסיח דעתו מן הכונה". ועוד כתב הבן איש חי "שכל אדם איש או אשה צריכים להבין את ביאור המילים בברכה זו".

אם תעצור לרגע ותתבונן בפעולת המכונה המופלאה הנקראת "גוף האדם" תוכל להכיר את בורא העולם כפי שכתוב "מבשרי אחזה אלוה" (איוב י"ט, כ"ו)



והתרכז!  
↓  
במילים

חשוב!

↓

בכוונה

עצור!

↓

לחלוטין



**למשך כ- 20 שניות**

דע שהקדשת 20 שניות לאמירת הברכה בכוונה 6 פעמים ביום לדוגמא, תקח בסך הכל 2 דקות (120 שניות) ביום, לאמירת תודה להקב"ה!!!

ברוך אתה ה' אלהינו תקיף - בעל היכולת ובעל הפחות פלם יי אדון הכל היה הוא ויהיה

יצר את האדם בְּחִכְמָה, מְלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר וּבָרָא וְנָקְבִים וְהָרוּחַ מִשְׁתַּמְרִים בְּתוֹכֵינוּ. אוֹזֵן וְכו' חוֹטֵם, פֶּה, נְקָבִים, חֲלוּלִים חֲלוּלִים. לֵב, פֶּרֶס וּמַעֲיִים גְּלוּי וַיְדוּעַ לְפָנַי כַּסָּא כְבוֹדָךָ שְׁאֵם יִפְתַּח יוֹתֵר מְדֵי צָרְכוֹ אֶחָד מֵהֶם מֵהָאֲבָרִים הַסְּגוּרִים שְׁלָנוּ אוֹ יִפְתָּם יוֹתֵר מְדֵי צָרְכוֹ אֶחָד מֵהֶם מֵהָאֲבָרִים הַפְּתוּחִים שְׁלָנוּ אִי אֲפֹשֶׁר לְהִתְקַוֵּם בְּמַצֵּב כְּזֶה וְלַעֲמֹד לְפָנֶיךָ (אֲפִילוּ) שְׁעָה אַחַת. בְּרוּךְ אַתָּה ה' רופא כל בשר שְׁבוּרָר הָאוֹכֵל וְדוֹחָה הַפְּסוּלָת,

הוא רפואה גדולה לגוף וּמַפְלִיא גְבוּרוֹת וְנִפְלְאוֹת הַשֵּׁם! [בְּשִׁמְחָה עֲצוּמָה] עַל גֹּדֶל לְאֵלְהוּתוֹ יִתְבָּרַךְ וְיִתְעַלֶּה! לַעֲשׂוֹת שְׁשׁוּמֵר רוּחַ הָאָדָם בְּקִרְבוֹ וְקוֹשֶׁר דְּבַר רוּחֵי דְבַר גְּשָׁמִי, גּוֹף מְלֵא נְקָבִים וְהָרוּחַ אֵינוֹ יוֹצֵא, פְּלֵא גְדוֹל וְתַמִּידִי בְּכָל רֵגַע, יוֹצֵא מִגְּדָר הַטֵּבַע!



... אפילו שעה אחת



... אי אפשר להתקיים ולעמוד לפניך



... שאם יפתה או יסתם אחד מהם



וברא בו נקבים חלולים חלולים...

לב  
כליה  
קיבה  
דִּיאָה



התפתחות האדם

