

Lesson Six-The Obligation To Recite 100 Brachos Each Day

Source 1

תלמוד בבלי מסכת מנחות דף מג' עמ' ב'-תניא, היה רבי מאיר אומר: חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום, שנאמר: (דברים י', יב') ועתה ישראל מה ה' אלקיך שואל מעמך. רב חייא בריה דרב אויא בשבתא וביומי טבי טרה וממלי להו באיספרמקי ומגדי.

Translation: It was taught: R. Meir used to say: A man is required to say one hundred Brachos daily, as it is written (Devarim 10, 12): And now, Israel, what does the Lord your G-d require of you? On Sabbaths and on Festivals R. Hiyya the son of R. Avia endeavored to make up this number by the use of spices and delicacies.

Source 2

א סדור רב עמרם גאון

עמרם בר ששנא ריש מתיבתא דמהא בחסא, לרבינו יצחק ברי' דמרנא ורבנא שבעין חביב ויקיר ונכד עלינו ועל ישיבה כלה. שלום רב מרחמנות השמים יהי עליך ועל זרעך, ועל כל החכמים והתלמידים ואחינו ישראל הסרוס סס, שאלו שלום חמנו ומן רב צבא אב בית דין ישראל, ומן אלופים וחכמי ישיבה ובני ישיבה שלנו ושל עיר בחסא, שכלם בשלים חכמים תלמידים, ואחינו ישראל הסרוס כאן, שתמיד אלו שואלים בשלומכם וייראו אחכם בזכרון טוב, ומתפללים בעדכם ומבקשים רחמים עליכם, שירחם הב' ברחמיו הרבים, ויגן עליכם וייל אחכם מכל צרה ומכל חולי ומכאוב ומשלטון רע, ומכל מיני משחית ומכל מיני פורעניות המתרגשות בעולם, וימלא ברחמיו הרבים כל חשאלות לבכם. שגר לפנינו רבינו יעקב בן רבנא יצחק עשרה זכוים שגרת לישיבה, ה' שלנו וה' לקופה של ישיבה, וליוני וברכנו אותך ברכות שיתקיימו כך וזרעך וזרע זרעך. וסדר תפלות וברכות של שנה כלה ששאלת, שהראנו מן השמים, ראיו לסדר ולהשיב כמסורת שבידנו כתיקון תנאים ואמוראים. דתניא ר' מאיר אומר חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום, ובגמרא דארץ ישראל גרסינן הכי, תניא בשם ר' מאיר אין לך אדם מישראל שאינו עושה מאה מלות בכל יום, שנאמר ועתה ישראל מה ה' אלהיך שואל מעמך, אל תקרא מה אלא מאה. ודוד מלך ישראל תקן, כשהודיעו יושבי ירושלים שמחיים מישראל מאה בכל יום, עמד ותקן. ונראה הדבר שנשתכחו ועמדו תנאים ואמוראים ויכדו. וסדר אלו מאה ברכות כך השיב רב נחמניא ב"ר הילאי ריש מתיבתא דמתא בחסא לבני קהל אליבאנה על ידי מר רב יוסף מאור עינינו, לברך כל אחת ואחת בשעתה אי אפשר מפני טופת ידים העסקיות העשויות ליושנים, אלא כשיעור משנתו רוחץ פניו ידיו ורגליו כהוגן, לקיים מה שנאמר הכון לקראת אלהיך ישראל, וכל יחיד ויחיד חייב בהם. ומנהג² כל ישראל בספרד הוא אכפתיה כך היא, להוציא לפני שאלו יודע שליח ליבור, כהשיב³ רב נחמניא בר הילאי:

Translation: Amrom son of Shashna, head of the Yeshiva in Masa Machsiya (suburb of Sura) responding to Rav Yitzchok son of the teacher and Rabbi, Rabbi Shimon, who is held dear, adored and honored in our eyes and in the opinion of the entire Yeshiva. Greetings of peace. May Heaven show compassion to you, your children and all the scholars, their students and our Jewish brethren who live there. Send greetings

Womens Tefila On-Line Class

of peace from us and from Rav Tzemach head of the Jewish Court, from the officers, the scholars of the Yeshiva and the students of our Yeshiva and of the city of Machsiya. We, the teachers, the students and the Jewish citizens of this area are at peace. We are constantly concerned about your welfare and think of you favorably at all times. We pray for you and ask that G-d show compassion to you; that G-d bestow abundant mercy upon you, protect you, save you from troubles and difficulties, from sickness and affliction, from oppressive governments, from destructive actions, and from all the troubles that can occur in life. May G-d demonstrate compassion in granting you all that you ask for yourselves. Rabbi Yaakov, son of Rav Yitzchok, delivered ten gold coins that were sent for the benefit of the Yeshiva; five for the leadership of the Yeshiva and five for the Yeshiva itself. We have commanded that you be blessed with Brachos and that they come to fruition for you and for your descendants.

The order of prayers and Brachos for the entire year that you requested, that has been shown to us by Heaven, we deem appropriate to set forth and lay out in the manner in which the tradition was passed down to us, as compiled by the Rabbis during the period of the Mishna and of the Gemara. And so we learned: Rabbi Mayer said: a person is obligated to recite 100 Brachos each day. In the Jerusalem Talmud we learned: it was taught in the name of Rabbi Mayer; there is no Jew who does not fulfill one hundred Mitzvos each day, as it was written: Now Israel, what does G-d your G-d ask of you? Do not read the verse as providing for the word: "what" (Mah); instead read it as including the word: "one hundred" (Mai'Eh). King David established the practice of reciting one hundred Brachos each day. When the residents of Jerusalem informed him that one hundred Jews were dying everyday, he established this requirement. It appears that the practice was forgotten until our Sages at the time of the Mishna and at the time of the Gemara re-established it. The order of the 100 Brachos was set forth by Rav Natroni son of Hil'Ai, head of the Yeshiva at Masa Machsiya, in correspondence with the community in Lucena, Spain through Rav Yosef, the elder. Rav Natroni provided as follows: it is no longer possible to recite each Bracha at its correct time because today we awake each day with unclean hands, hands that inadvertently came in contact with unclean parts of our bodies during the night. Instead when a person wakes, he should first wash his face, hands and feet as is appropriate. That is how a Jew fulfills the directive in the following verse: Prepare, Jews, for meeting with the Almighty. Every person is obligated to do so. The following represents the custom among Jews in Spain, which is Hispania: in synagogue, the prayer leader recites the morning blessings on behalf of those present so that they may fulfill their obligation by answering: Amen to the Brachos that the prayer leader recites, as Rav Natroni son of Hil'Ai provided.

Source 3

תוספתא מסכת ברכות (ליברמן) פרק ג', הלכה כה'—שמונה עשרה ברכות שאמרו חכמים כנגד שמנה עשרה אזכרות שבהבו לה' בני אלים. כולל של מינים בשל פרושין; ושל גרים בשל זקנים; ושל דוד בבונה ירושלם. אם אמר אלו לעצמן ואילו לעצמן יצא.

Translation: The eighteen Brachos of Shemona Esrei that our Sages composed correspond to the eighteen times that G-d's name appears in Chapter 29 of Tehillim. In order to maintain eighteen Brachos within Shemona Esrei, it is permissible to join the Bracha in opposition to apostates with the Bracha of the sinners or the Bracha that concerns the converts with the Bracha concerning our elders or the Bracha that requests the restoration of the Davidic monarchy with the request for the restoration of Jerusalem. If you wish, you may recite any of these Brachos individually.

Womens Tefila On-Line Class

Source 4

תהלים פרק קטז, ד' – ובשם ה' אקרא אנה ה' מלטה נפשי:

Translation: Then I called upon the name of the Lord; O Lord, I beseech You, save my soul.

תהלים פרק קטז, יג' – כוס־ישועות אשא ובשם ה' אקרא:

Translation: I will raise the cup of salvation, and call upon the name of the Lord.

תהלים פרק קטז, יז' – לך־אזבח זבח תודה ובשם ה' אקרא:

Translation: I will offer to You the sacrifice of thanksgiving, and will call upon the name of the Lord.

Source 5

רא"ש מסכת ברכות פרק ט' – סימן כד' – גרסינן בפ' התכלת (דף מג' ב') תניא היה רמ"א חייב אדם לברך מאה ברכות בכל יום שנאמר ועתה ישראל מה ה' אלהיך שואל מעמך אל תקרי מה אלא מאה אמר רבי חייא בריה דרב אויא בשבתות וי"ט דלא נפיש ברכות ממלא להו באיספרמקי ומגדי וגם יכוין אדם בשבתות וימים טובים לברכת הקורא בתורה והמפטיר ויענה אמן ויעלו לו להשלים מגין ברכות.

Translation: This is what we learned in the chapter that begins with the words: Ha'Techeles (Menachos 43b): R. Meir taught: a person is required to recite one hundred Brachos each day based on the following source: Now, Israel, what does G-d ask of you? Interpret the Hebrew word: Mah as representing the Hebrew word Mayah (one hundred). On Sabbaths and on Festivals R. Hiyya the son of R. Avia endeavored to make up this number by the use of spices and delicacies. In addition a person should have this requirement in mind on Shabbos and Yom Tovim when he answers Amen to the Brachos of those who are called to the Torah and to the Haftorah. In doing so, he reaches his goal of reciting one hundred Brachos on those days.

Source 6

סידור רש"י סימן א' – בשבתא דליכא צלותא היכי מתמלאין כולהו אי אפשר לאשלימנהו! משלם להו כדקאמר רב חייא בריה דרב אויה ביומא דשבתא וביומא טבא טרה וממלי להו באיספרמקי ומגדי מיני בשמים ומיני פירות, כגון עצי בשמים ובורא עשבי בשמים ובורא מיני בשמים וכל פירא ופירא כדחזי, ולכך תיקנו בשבת לומר אין כא – להינו, לפי שאין מתפללין שמונה עשרה, כי אם שבע, ד' פעמים אין, מי ד' פעמים, נודה ד' פעמים, אין מי נודה, הרי י"ב פעמים אמן, ולבסוף ברוך אתה ונראה עתה כאומר י"ב פעמים ברוך אתה אמן. והם שתים עשרה ברכות, והשבע של חובת היום הרי י"ט.

Translation: On Shabbos how do reach our goal of reciting one hundred Brachos. It appears that we cannot make up for the fewer Brachos that we recite in Shemona Esrei on those days. One way to reach our goal is to follow the advice of R. Hiyya the son of R. Avia and make up for the fewer Brachos in Shemona Esrei by the use of spices and delicacies. In doing so we will be reciting the Brachos of Atzei Besamim, Borei Asavei Besamim and Borei Minei Besamim and the Brachos for the fruits that we choose to eat. In addition, the practice to recite the poem of Ain K'Elokeinu on Shabbos originated because of the fewer number of Brachos in Shemona Esrei on Shabbos. We recite a version that consists of only seven Brachos instead of nineteen. Because we say the word "Ain" four times, a word that begins with the letter Aleph and we say the word "Mi" four times, a word that begins with the letter Mem and we say the word

Womens Tefila On-Line Class

"Nodeh" four times, a word that begins with the letter Nun which together spell "Amen" and we recite those words twelve times and in the last line we say the words "Baruch Ata", it is as if we recited twelve Brachos and answered amen twelve times. That together with the additional seven Brachos of Mussaf provide for us nineteen Brachos that we do not recite during the week.

Source 7

ספר כלבו סימן לז' - יש מקומות שנהגו לומר אין כא - להינו אחר תפלת מוסף אחד שבת ואחד יום טוב כדי להשלים מאה ברכות שחייב אדם לברך בכל יום כי בשבת וביום טוב אין אדם מתפלל מי"ח ברכות רק ז' נמצא שיצאו מהן ל"ג ברכות בין ערבית בין שחרית ומנחה ומשלימין אותן בז' ברכות של מוסף ושש שבסעודה שלישית וכ' כנויים שיש באין כא - להינו שכל אחד מהן עולה להשלים ברכה אחת נמצאו נשלמו ל"ג ברכות שהיו חסרות.

Translation: There are localities where they recite the poem of Ain K'Elokeinu after Tefilas Mussaf on Shabbos and on Yomim Tovim in order to help reach the goal of reciting one hundred Brachos on those days. The problem on those days is centered on Shemona Esrei consisting of only seven Brachos instead of nineteen as it does on weekdays. That means that we are missing thirty three Brachos on Shabbos and Yomim Tovim. We compensate for the missing thirty three Brachos by reciting seven Brachos in Mussaf Shemona Esrei; by reciting six Brachos during the third meal of Shabbos and by reciting G-d's name twenty times in the poem of Ain K'Elokeinu, each representing a Bracha. Those practices provide us with the missing thirty three Brachos.

Source 8

אבודרהם - עוד יש רמז להם מן הנביאים, שנאמר (מיכה ו, ח) ומה ה' דורש "ממך" - בגמטריא מאה. וגם יש רמז מן הכתובים, שנאמר (תהילים קכה, ד) הנה כי כן יבורך גבר ירא ה' - כלומר, כמנין "כי כן", דהיינו מאה, יברך גבר.

Translation: There is an additional hint to the need to recite 100 blessings each day from the Prophets as it is written, Micah, Chapter 6, Verse 8: What does G-d ask of you (Hebrew: mimcha). Mimcha in Gematria is 100. There is also a hint to the need to recite 100 blessings from Scriptures as it is written in Psalms, Chapter 128 Verse 4: Behold, thus shall the man be blessed who fears the Lord (the Hebrew words: Ki Kain appear in the verse. The letters in those words total 100 in Gematria). It teaches you that the number represented by the Hebrew words "ki Kain" leads a person to be blessed.

Source 9

סידור צלותא ד' אברהם - ברכות - ולפי שמתחיל ב"ברוך" קרואה ברכה. ומזקנים התבוננו שכך משום שכשבאו להלל לה' על איזה מאורע התחלו: ברוך ה'. נח אמר: (בראשית ט') ברוך ה' אלקי שם; מלכי צדק אמר: (בראשית יד') ברוך קל עליון; יתרו אמר: (שמות יח') ברוך ה' אשר הציל אתכם; הנשים אמרו אל נעמי: (רות ד') ברוך ה' אשר לא השבית לך גואל. דוד אמר לאביגיל: (שמואל א', ה') ברוך ה' אלקי ישראל אשר שלחך. ואמר (מלאכים א', ה') ברוך ה' אלקי ישראל אשר נתן... שלמה אמר (מלכים א', ה') ברוך ה' אלקי ישראל אשר דבר... עזרא אמר (עזרא ז') ברוך ה' אלקי ישראל אשר דבר ושם ברוך ה' אשר נתן. ובדרך זו קבעו הברכות לומר "ברוך אלוקינו" במקום "ברוך ה' אלקי ישראל" ולפי שמצינו

Womens Tefila On-Line Class

שדוד המלך ע"ה אמר גם ברוך אתה ה' למדנו חקך (תהילים קיט, יב') לכך קבעו גם הברכות בלשון נכת. ותקנו גם לומר: מלך העולם. ואמרינן בירושלמי שם טעמא משום דכתיב: ארומך אלקי המלך.

Translation: Blessings-Because they begin with the word "Blessed," they are known by the name "blessings." From our elders we have learned this form. When they wished to praise G-d on a special occasion, they would begin by saying: Blessed is G-d. Noah said (Breishit Ch. 9): Blessed is G-d, the G-d of Shem; Malki Tzedek said (Breishit Ch. 14): Blessed is the G-d above; Yitro said (Shemot Ch. 18): Blessed is G-d who saved you. The women said to Naomi (Ruth Ch. 4): Blessed is G-d who did not leave you without a redeemer. King David said to Avigayil (Samuel I Ch. 5): Blessed is G-d, the G-d of Israel who sent you; And he further said (Kings I Ch. 5) Blessed is G-d, G-d of Israel who gave...King Solomon said (Kings I Ch. 8): Blessed is G-d, G-d of Israel who spoke...Ezra said (Ezra Ch. 7): Blessed is G-d, G-d of Israel who spoke; and in the same chapter, Ezra said: Blessed is G-d, G-d of Israel who gave. Following along that model, they established that a blessing should begin with the word "Blessed" and include the words "Our G-d" instead of saying "G-d of Israel". We also find that King David said (Tehilim Ch. 119, V. 12) Blessed are You G-d, teach me Your laws. They therefore established that Blessings should begin by addressing G-d as if G-d faced you. They further established that one should say: King of the World. We find that it is written in the Jerusalem Talmud that the addition was based on the verse: I raise you, my G-d, the King.

Source 10

ספר אבודרהם ברכות השחר-ברוך אתה ה', על שם (תהילים קיט, יב') ברוך אתה ה' למדני חקך. וברוך אינו לשון פעול אלא כמו רחום וחנון שהוא עצמו הוא מקור הברכות ואינו מקבלם מאחרים.

Translation: The words "Baruch Ata Hashem" are based on the verse: (Tehillim 119, 12) Baruch Ata Hashem Lamdeini Chukecha. The word Baruch is not to be viewed as a verb but it is an adjective like compassionate; i.e G-d is the source of all blessing and does not depend on receiving blessings from others.

Source 11

ספר אבודרהם ברכות השחר-כתב אבן הירחי: נשאלתי על ענין הברכות שבהתחלתן מדבר כלפי השם כאילו הוא כנגדו, ובסופן כאילו אינו כנגדו; מצאתי במדרש טעם לכולם, ממה שנאמר (תהילים טז, ח') שויתי ה' לנגדי תמיד, כי כשמזכיר את השם ואומר "ברוך אתה ה'" הוא עומד כנגדו, וכיון שהוא אומר אחר כך "מלך העולם", נמצא שאינו עומד כנגדו, שרוצה לומר אותו אלוהינו הוא מלך העולם הוא קדשנו במצוותיו וצונו לעשותם. והריב"א נר"ו כתבנשהטעם שתקנו הברכות בלשון נכת ונסתר, מפני שהקב"ה נגלה ונסתר, נגלה מצד מעשיו ונסתר מצד אלקותו, וגם הנשמה נראית ונעלמת, לכן הנפש מברכת בנוכה ונסתר, כמו שנאמר ברכי נפשי את ה' וכל קרבי שם קדשו (תהילים קג, א'), ברכי נפשי את ה' ה' אלקי גדלת מאוד וגו', עוטה אור כשלמה וגו', תהום כלבוש כסיתו וגו', מן גערתיך ינוסון וגו', (תהילים קד, א'-ז'). והברכה היא בדיבור הפה ובמחשבת הלב- הלב נעלם והקול נשמע. והאדם מורכב מגוף ונשמה, וראוי היה לו לידבק בקונו ולעמוד נכוהו

Womens Tefila On-Line Class

תמיד מצד נשמתו, אלא שאינו יכול מצד גופו, לכך ברכותיו נוכח ונסתר. וזה טעם נכון הוא יותר מהראשון.

Translation: The Even Yarchei wrote: I was asked about the fact that blessings begin by the person referring to G-d as if G-d was immediately in front of the person but end by referring to G-d as if G-d was no longer immediately in front of the person; I found in the Midrash an answer for all of it from a verse in Tehillim: I have set G-d always before me; because when he mentions G-d's name and says: Blessed are you, it is as if G-d stands in front of him. When he then proceeds to say: King of the world, it is as if G-d is no longer standing in front of him. What the person is trying to say is: that G-d, who is King of the World, is the one who commanded us to perform mitzvot. And the Riva wrote: that the reason that brachot contain references to G-d as being close and far is because G-d is in fact both close and far; close when you measure G-d's acts but far when you measure the majesty of G-d. Our souls are also open and hidden, therefore the soul blesses as if it is near and as if it is far as the verses state: "My soul blesses G-d and all that is close to me, His holy name.; my soul blesses G-d and G-d, my G-d, you have become very great; who covers light like a garment; the deep, you covered it like with a garment; at your rebuke they fled." The recital of a blessing also consists of two acts--with the mouth moving and with the heart thinking-- the thought in the heart is hidden while the voice is heard. And man was created to consist of two parts--the body and the soul. By right, because Man was imbued with a soul, Man should have remained physically close to G-d and remained standing next to G-d at all times but it became impossible because the other part of man is the physical body. As a result the blessings that Man makes come from sources that are both near (voice) and far (the soul). This is a better reason than the first.

Source 12

מחזור ויטרי-פה'-לכך אנו אומרים על כל חתימת ברכה וברכה "ברוך אתה... מלך העולם" כאדם המדבר לפני המלך פה אל פה. ובאמצע הברכה מברכים אנו כמו על ידי שליח... והן טעמים של דבר: שכך אמר דוד שויתי ה' לנגדי תמיד. כלומר היתה יראתו על פני ומראה אני בעצמי כאילו שכינה שרויה כנגדי. וכתוב ברוך כבוד ה' ממקומו כלומר יתברך שמו במקומו של מעלה שאין אנו יודעים מקומו, הרי שאינו מראה עצמו כאילו הוא לפני שכינה, והיאך יתכנו שני מקראות הללו. אלא כך משמעותם כשאדם מזכיר שמו של הקב"ה אומר שויתי ה' לנגדי תמיד וצריך להראות עצמו כאילו הוא לפניו. וכיון שהוא לפניו מדבר אליו פה אל פה אבל כשמברכים את הברכה לאחר שהזכרנו השם אומרים ברוך כבוד ה' ממקומו וצריך לברך כמו על ידי שליח.

Therefore we say at the conclusion of every blessing: Blessed are You...King of the World, like a person who is speaking to a King face to face. And in the middle of the blessing, we change to speaking to G-d as if through a messenger...and this is the reason for the matter: This is what King David said: I set G-d in front of me all the time. In other words, the fear of G-d comes upon me as I feel that I am speaking face to face to G-d. As it is written: Blessed is G-d in His place. In other words, may His name be Blessed in His place on high, a place that is unknown to us. And so we are left with an anomaly. How can we also feel as if G-d is close by. Don't these two verses contradict each other? But this therefore must be the correct understanding. When a person mentions the name of G-d, he should feel that he is setting G-d to stand across from him and he should feel as if G-d is in front of him. And while he feels that G-d is across from him, he should feel that he can talk to G-d face to face. But once he finishes mentioning G-d's name, he

Womens Tefila On-Line Class

must remember the other verse, that G-d is blessed in His place. He then has to feel as if he is corresponding with G-d through an agent.

Source 13

סידור התפלה לרוקח-ברוך אתה ה' אלקינו מלך העולם: תימא, בתחילת הברכה נראה כאילו מדבר בשכינה, ובסופה אינה מדברת, שהרי אומר וציונו. ויש לפרש, בתחילת תפילתו של כל אדם, הקב"ה מצוי, שנאמר שויתי ה' לנגדי תמיד, ועוד קרא אחרינא בכל מקום אשר אזכיר את שמי וגו', לכך צריך אדם שיעמוד ביראה ובשמחה, שהרי פסוק אחד אומר עבדו את ה' ביראה, ובפסוק אחר אומר עבדו את ה' בשמחה, נאה לו לאדם שנראה לו השכינה בתחלה, אבל יותר היה גנאי לשכינה, שהרי אפילו משה רבינו מצינו קר' כת' מדבר אליו, כלומר שאינו מדבר אליו, אף על פי שהיה עומד לפני מלך, והדין נותן כי היה גנאי למלך לדבר עבדו אליו, וכל שכן למלך מלכי המלכים הקב"ה.

Translation: Blessed are You, G-d, our G-d, King of the world: In the beginning it appears that he is speaking with G-d but in the end it appears that he is not speaking to G-d because he says who commanded us. This must be the explanation: in the beginning of everyone's prayer, G-d is nearby based on the verse: I set G-d across of me at all times. And there is an additional verse: Anywhere that I mention my name. Therefore Man must stand before G-d feeling fear and feeling joy. Just as one verse says: serve G-d out of fear; while another verse says: serve G-d out of joy. It is appropriate that as Man begins his prayer that G-d appears for a moment to be before him but any longer than that would be a degradation of the honor of G-d. Just as we observed about Moshe that it was written "speaking to him" meaning that G-d did not speak to him even though Moshe was standing before G-d. The rule is that it would be a degradation of G-d's honor just as it is degrading when a servant speaks to a mortal King; how much more degrading it is when a servant speaks to the King of Kings, G-d.

Source 14

A Guide To Jewish Prayer by Rabbi Isaiah Wohlgemuth, p. 7

In order to have the proper *kavanah*, or intensity of feeling, in our prayers and blessings, we must always think of the real meaning of the name of God that we are using. For instance, when we pronounce **אלקים** (*Elokim*), we must think of its connotation, that God is all-powerful; when we pronounce the Tetragrammaton as *Ado-noy*, we must recognize God as the Master and Owner of everything¹.

¹ אורח חיים ה' (Orach Chaim, 5)