

מונה מאה ברכות בכל יום

שבת		חול	
ברכות קבועות:			
אשה	איש	אשה	איש
4	4	4	4
7	7	19	19
3	3	1	1
18	18	1	1
1	1	1	1
1	1	1	1
1	1	14	15
1	1	2	2
14	15		1
2	2		1
	1		2
	2		3
	3	19	19
7	7	19	19
7	7		
7	7		
69	80	77	89
סך הכל:			
31	20	23	11
להשלים למאה ברכות חסר עוד:			
המלצה להשלמה ע"י ברכות נוספות:			
		6	6
3	3	3	3
2	2	1	1
2	2	2	1
2	2	2	1
2	2	1	1
3	2	1	1
3	2	1	1
3	2	1	1
3	2	1	1
3	2	2	1
3	2	1	1
3	2	1	1
101	105	100	109
סך הכל:			

- הסכומים הנצברים בטבלה "ברכות נוספות" הם כשאוכלים סעודה אחת עם לחם בחול ושלוש סעודות בשבת. והאיש יברך שלוש ברכות הריח, ומג"ע א"ש. (מזונות, גפן, עץ, אדמה, שהכל) בחול - פעם אחת, ובשבת - פעמיים. והאשה תברך יותר כמפורט בטבלת "ברכות נוספות". ומקפידים לאכול/לשתות כשיעור כדי להתחייב במעין שלוש ונפשות בכל פעם.
- מי שאינו אוכל ביום חול פת שחרית עם לחם אלא רק עם "מזונות", יעשה פעם נוספת מג"ע א"ש ויאכל שיעור המחייב בברכה אחרונה.
- חיוב מאה ברכות בכל יום הוא שיעור למטה, אבל למעלה אין שיעור, וככל שירבה בברכות יותר - הרי זה משובח. וכן כתב בשו"ע בסימן מו סעיף ג: "חייב אדם לברך בכל יום מאה ברכות לפחות".
- על האדם לספור את ברכותיו ולוודא שאכן הוא מגיע למאה ברכות. וכמו שפסק הרמב"ם (הלכות תפילה ונשיאת כפים פרק ז): "ומונה כל הברכות עד שמשלים מאה ברכות".
- אין באמור פסיקת הלכה, ככלל ישאל כל אחד את מו"ר הלכה למעשה לגבי הברכות המנויות ויעשה כמנהגו.

"הוקם על" (שמואל ב, כג, א) כנגד מאה ברכות (על=100). שבכל יום היו מתים מישראל מאה אנשים, בא דוד ותקן להם מאה ברכות. כיון שתקנם נתעצרה המגפה" (במדבר רבה יח, כא)

כל המשלים מאה ברכות בכל יום – ניצול ממגיפה

לבנות עדות המזרח

יש להשלים 23 ברכות בחול, ו- 31 בשבת.

																					שם:
31 ברכות	המשימה: 23 ברכות						31 ברכות	המשימה: 23 ברכות						31 ברכות	המשימה: 23 ברכות						
שבת	ו	ה	ד	ג	ב	א	שבת	ו	ה	ד	ג	ב	א	שבת	ו	ה	ד	ג	ב	א	
																					סעודה עם לחם – 6 ברכות
																					אשר יצר (נוספות)
																					הנותן ריח טוב בפירות
																					עצי בשמים
																					עשבי בשמים
																					בורא מיני מזונות
																					בורא פרי הגפן
																					בורא פרי העץ
																					בורא פרי האדמה
																					שהכל נהיה בדברו
																					מעין שלוש
																					בורא נפשות רבות
																					סיכום יומי: