קיצור שלחן ערוך — דיני השכמת הבקר

שִׁוִּיתִי ה' לְנֶגְדִּי תָּמִיד, הוּא כְּלָל גָּדוֹל בַּתּוֹרָה וּבְמַעֲלוֹת הַצַּדִּיקִים אֲשֶׁר הוֹלְכִים לִפְנֵי הָאֱלֹהִים. כִּי אֵין יְשִׁיבַת הָאָדָם תְּנוּעָתוֹ וַעֲסָקָיו וְהוּא לְבַדּוֹ בְּבֵיתוֹ, כְּמוֹ יְשִׁיבָתוֹ וּתְנוּעָתוֹ וַעֲסָקָיו כַּאֲשֶׁר הוּא לִפְנֵי מֶלֶךְ גָּדוֹל. וְכֵן אֵין דִּבּוּרוֹ וְהַרְחָבַת פִּיו בְּהִיוֹתוֹ עִם אַנְשֵׁי בֵיתוֹ וּקְרוֹבָיו, כְּמוֹ בְּהִיוֹתוֹ בְּמוֹשַׁב הַמֶּלֶךְ, כִּי אָז מַשְׂגִּיחַ בְּוַדַּאי עַל כָּל תְּנוּעוֹתָיו וְדִבּוּרָיו שֶׁיִּהְיוּ מְתֻקָּנִים כָּרָאוּי. כָּל שֶׁכֵּן כַּאֲשֶׁר יָשִׂים הָאָדָם אֶל לִבּוֹ כִּי הַמֶּלֶךְ הַגָּדוֹל הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא אֲשֶׁר מִלֹּא כָל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ עוֹמֵד עָלָיו וְרוֹאֶה בְּמַעֲשָׂיו, כְּמוֹ שֶׁנֶּאֱמַר, אִם יִסָּתֵר אִישׁ בַּמִּסְתָּרִים וַאֲנִי לֹא אֶרְאֶנּוּ נְאֻם ה', הֲלוֹא אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ אֲנִי מָלֵא, בְּוַדַּאי מִיָּד תַּגִּיעַ אֵלָיו הַיִּרְאָה וְהַהַכְנָעָה מִפַּחַד הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ וְיִבּוֹשׁ מִמֶּנּוּ (אוֹרַח חַיִּים סָעִיף א).

וְגַם בְּשָׁכְבוֹ עַל מִשְׁכָּבוֹ, יֵדַע לִפְנֵי מִי הוּא שׁוֹכֵב. וּמִיָּד כְּשֶׁיֵּעוֹר מִשְּׁנָתוֹ יִזְכֹּר חַסְדֵי ה', יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה עִמּוֹ שֶׁהֶחֱזִיר לוֹ אֶת נִשְׁמָתוֹ אֲשֶׁר הִפְקִידָהּ אֶצְלוֹ עֲיֵפָה, וְהֶחֱזִירָהּ לוֹ חֲדָשָׁה וּרְגוּעָה כְּדֵי לַעֲבֹד עֲבוֹדָתוֹ יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ בְּכָל יְכָלְתּוֹ וּלְשָׁרְתוֹ כָּל הַיּוֹם, כִּי זֶה כָּל הָאָדָם, כְּמוֹ שֶׁאָמַר הַכָּתוּב, חֲדָשִׁים לַבְּקָרִים רַבָּה אֱמוּנָתֶךָ, פֵּרוּשׁ, בְּכָל בֹּקֶר נַעֲשֶׂה הָאָדָם בְּרִיָּה חֲדָשָׁה. וְיוֹדֶה בְּכָל בֹּקֶר לְהַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ עַל זֹאת. וּבְעוֹדוֹ עַל מִשְׁכָּבוֹ, יֹאמַר, מוֹדֶה אֲנִי לְפָנֶיךָ מֶלֶךְ חַי וְקַיָּם שֶׁהֶחֱזַרְתָּ בִּי נִשְׁמָתִי בְּחֶמְלָה, רַבָּה אֱמוּנָתֶךָ (וְאַף עַל פִּי שֶׁעֲדַיִן אֵין יָדָיו נְקִיּוֹת, יָכוֹל לוֹמַר זֹאת, כֵּיוָן שֶׁאֵין בּוֹ שֵׁם). וְיַפְסִיק מְעַט בֵּין תֵּבַת בְּחֶמְלָה לְתֵבַת רַבָּה (שם ובמגן אברהם ויד אפרים סוֹף סִימָן ד).

יְהוּדָה בֶּן תֵּימָא אוֹמֵר, הֱוֵי עַז כַּנָּמֵר וְקַל כַּנֶּשֶׁר, רָץ כַּצְּבִי וְגִבּוֹר כָּאֲרִי לַעֲשׂוֹת רְצוֹן אָבִיךָ שֶׁבַּשָּׁמַיִם. עַז כַּנָּמֵר, פֵּרוּשׁוֹ שֶׁלֹּא יִתְבַּיֵּשׁ מִפְּנֵי בְּנֵי אָדָם הַמַּלְעִיגִים עָלָיו בַּעֲבוֹדַת ה' יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ. קַל כַּנֶּשֶׁר, כְּנֶגֶד רְאוֹת הָעַיִן. לוֹמַר שֶׁתְּהֵא קַל לַעֲצֹם עֵינֶיךָ מֵרְאוֹת בְּרָע, כִּי הוּא הַתְחָלַת הָעֲבֵרָה, הָעַיִן רוֹאָה, וְהַלֵּב חוֹמֵד, וּכְלֵי מַעֲשֶׂה גּוֹמְרִים. רָץ כַּצְּבִי, כְּנֶגֶד הָרַגְלַיִם, שֶׁרַגְלֶיךָ לְטוֹב יָרוּצוּ. וְגִבּוֹר כָּאֲרִי, כְּנֶגֶד הַלֵּב, כִּי הַגְּבוּרָה בַּעֲבוֹדַת הַבּוֹרֵא יִתְבָּרַךְ, הִיא בַּלֵּב. וְאָמַר שֶׁתְּחַזֵּק לִבְּךָ בַּעֲבוֹדָתוֹ וְתִתְגַּבֵּר עַל הַיֵּצֶר לְנַצְּחוֹ כְּגִבּוֹר הַמִּתְגַּבֵּר עַל שׂוֹנְאוֹ לְנַצְּחוֹ וּלְהַפִּילוֹ לָאָרֶץ (אוֹרַח חַיִּים סִימָן א).

לָכֵן צָרִיךְ הָאָדָם לְהִתְגַּבֵּר כַּאֲרִי, וּמִיָּד כְּשֶׁיֵּעוֹר מִשְּׁנָתוֹ (וְאָמַר מוֹדֶה אֲנִי וְכוּ'), יָקוּם בְּזְרִיזוּת לַעֲבוֹדַת הַבּוֹרֵא יִתְבָּרַךְ וְיִתְעַלֶּה קֹדֶם שֶׁיִּתְגַּבֵּר עָלָיו הַיֵּצֶר הָרַע בְּטַעֲנוֹת וְתוֹאֲנוֹת לְבַל יָקוּם. וְיִתְחַכֵּם עָלָיו לְהַשִּׁיאוֹ בַּחֹרֶף, אֵיךְ תָּקוּם עַתָּה בַּבֹּקֶר הַשְׁכֵּם וְהַקֹּר גָּדוֹל. וּבַקַּיִץ יַשִּׁיאֶנּוּ, אֵיךְ תָּקוּם מִמִּשָּׁתְךָ וַעֲדַיִן לֹא שָׂבַעְתָּ מִשְּׁנָתֶךָ. אוֹ בְּטַעֲנוֹת אֲחֵרוֹת וְכַדּוֹמֶה. כִּי הַיֵּצֶר הָרַע הוּא יוֹדֵעַ הֵיטֵב לָצוּד בְּנֵי אָדָם בְּמַהֲמוֹרוֹת בַּל יָקוּם. וְלָכֵן כָּל בַּעַל נֶפֶשׁ הַיָּרֵא וְחָרֵד לִדְבַר ה', צָרִיךְ לְהִתְגַּבֵּר עָלָיו וְלֹא יִשְׁמַע לוֹ. וְאַף אִם יִכְבַּד עָלָיו הַדָּבָר מִפְּנֵי כִּבְדוּת הַגּוּף וְעַצְלוּתוֹ, יָשִׂים מְגַמָּתוֹ רְצוֹן מֶלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא. וְיָשִׂים אֶל לִבּוֹ כִּי אִם הָיָה קוֹרֵא אוֹתוֹ אֵיזֶה אָדָם לְאֵיזֶה עֵסֶק שֶׁיַּרְוִיחַ בּוֹ מָמוֹן אוֹ לִגְבוֹת חוֹבוֹ, אוֹ שֶׁהָיָה קוֹרֵא אוֹתוֹ שֶׁיַּצִּיל אֶת מָמוֹנוֹ מִן הַהֶפְסֵד, כְּגוֹן אִם נָפְלָה דְּלֵקָה בָּעִיר וְכַדּוֹמֶה, בְּוַדַּאי הָיָה זָרִיז לָקוּם מִיָּד מִפְּנֵי אַהֲבַת מָמוֹנוֹ וְלֹא הָיָה מִתְרַשֵּׁל. וְכֵן אִם צָרִיךְ לָלֶכֶת לַעֲבוֹדַת הַמֶּלֶךְ, הָיָה

קָם בִּזְרִיזוּת וְלֹא הָיָה מִתְרַשֵּׁל, פֶּן יַעֲלִילוּ עָלָיו אוֹ כְּדֵי לִמְצֹא חֵן בְּעֵינֵי הַמֶּלֶךְ. עַל אַחַת כַּמָּה וְכַמָּה לַעֲבוֹדַת מֶלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא, שֶׁיֵּשׁ לוֹ לְהִזָּהֵר לָקוּם בְּמְהִירוּת וּבְזְרִיזוּת. וְהַמַּרְגִּיל אֶת עַצְמוֹ בַּדֶּרֶךְ הַזֶּה אַרְבַּע אוֹ חָמֵשׁ פְּעָמִים, לֹא יִכְבַּד עָלָיו אַחַר כָּךְ. וְהַבָּא לְטַהֵר, מְסַיְּעִין לוֹ (סדר היום וסדור דֶּרֶךְ הַחַיִּים).

אִם אֶפְשָׁר לוֹ לְהַשְׁכִּים וְלָקוּם בַּחֲצוֹת הַלַּיְלָה לַעֲרֹךְ אָז תִּקּוּן חֲצוֹת, מַה טּוֹב, כְּמוֹ שֶׁנֶּאֱמַר, קוּמִי רְנִּי בַלַּיְלָה לִרְאשׁ אַשְׁמוּרוֹת וְגוֹ'. וּכְמוֹ שֶׁהַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא מְקוֹנֵן בָּעֵת הַהִיא, שֶׁנֶּאֱמַר, ה' מִמָּרוֹם יִשְׁאָג וּמִמְּעוֹן קָדְשׁוֹ יִתֵּן קוֹלוֹ שָׁאֹג יִשְׁאַג עַל נָוֵהוּ, וְאוֹמֵר, אוֹי לַבָּנִים שֶׁבַּעֲוֹנוֹתֵיהֶם הֶחֱרַבְתִּי אֶת בֵּיתִי וְשָׂרַפְתִּי אֶת הֵיכָלִי וְהִגְלֵיתִים לְבֵין הָאֻמּוֹת. וְאִם אִי אֶפְשָׁר לוֹ לָקוּם בַּחֲצוֹת, יִתְגַּבֵּר עַל כָּל פָּנִים לָקוּם קֹדֶם עֲלוֹת הַשָּׁחַר. וּכְמוֹ שֶׁאָמַר דָּוִד הַמֶּלֶךְ עָלָיו הַשָּׁלוֹם, אָעִירָה שָׁחַר, אֲנִי מְעוֹרֵר אֶת הַשַּׁחַר וְאֵין הַשַּׁחַר מְעוֹרֵר אוֹתִי. וְגַם לְאַחַר חֲצוֹת הַלַּיְלָה, יָכוֹל לַעֲרֹךְ תִּקּוּן חֲצוֹת, וְאַחַר כָּךְ יַעֲסֹק בַּתּוֹרָה אִישׁ אִישׁ כְּפִי יְכָלְתּוֹ. וְשִׁעוּר מִשְׁנָיוֹת קוֹדֵם לְכָל דָּבָר (וְעַל יְדֵי זֶה זוֹכֶה לִנְשָׁמָה, מִשְׁנָה אוֹתִיּוֹת נְשָׁמָה). וְאִם אֵינוֹ בַר הָכִי, יַעֲסֹק בַּתְּהִלִּים וּמַעֲמָדוֹת וְסִפְרֵי מוּסָר. וְטוֹב מְעַט בְּכַוָּנָה, מֵהַרְבּוֹת בְּלֹא כַוָּנָה. תָּנָא רַבִּי חִיָּא, כָּל הָעוֹסֵק בַּתּוֹרָה בַּלַּיְלָה, שְׁכִינָה כְּנֶגְדּוֹ, שֶׁנֶּאֱמַר, קוּמִי רְנִּי בַלַּיְלָה לִרְאשׁ אַשְׁמוּרוֹת שִׁפְכִי כַמַּיִם לִבֵּךְ נֹכַח פְּנֵי ה'. פֵּרוּשׁ, שֶׁהַשְׁכִינָה הִיא אָז כְּנֶגְדֶּךָ. עוֹד אָמְרוּ רַבּוֹתֵינוּ זִכְרוֹנָם לִבְרָכָה, שֶׁכָּל הָעוֹסֵק בַּתּוֹרָה בַּלַּיְלָה, נִקְרָא עֶבֶד ה', כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב, כָּל עַבְדֵי ה' הָעוֹמְדִים בְּבֵית ה' בַּלֵּילוֹת (וְעַיֵּן לְקַמָּן סִימָן עא). וּבַלֵּילוֹת הַקְּצָרִים שֶׁאִי אֶפְשָׁר לוֹ לְהַשְׁכִּים כָּל כָּךְ, לְכָל הַפָּחוֹת יִתְאַמֵּץ לָקוּם בְּעוֹד שֶׁיִּהְיֶה לוֹ זְמַן לְהָכִין אֶת עַצְמוֹ לָלֶכֶת לְבֵית הַכְּנֶסֶת לְהִתְפַּלֵּל עִם הַצִּבּוּר (אוֹרַח חַיִּים סִימָן א').

מִזְמוֹרֵי תְהִלִּים וְכֵן שְׁאָר פָּרָשִׁיוֹת מִתּוֹרָה נְבִיאִים וּכְתוּבִים שֶׁאֵינָם שְׁגוּרִים בְּפִי הַכֹּל, אָסוּר לְאָמְרָם בְּעַל פֶּה. אֲפִלּוּ מִי שֶׁהוּא יוֹדֵעַ לְאָמְרָם בְּעַל פֶּה, יֵשׁ לוֹ לְזָהֵר שֶׁלֹּא לְאָמְרָם בְּעַל פֶּה. וְסוּמָא מֻתָּר (סִימָן מ"ט).

יֵשׁ לִמְחוֹת בְּיַד הָאוֹמְרִים תְּחִנּוֹת שֶׁבַּמַּעֲמָדוֹת שֶׁמְּסַיְּמִים, בָּרוּךְ אַתָּה ה' שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה, אֶלָּא יֵשׁ לוֹמַר, בָּרוּךְ שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה, בִּלֹּא שֵׁם (טו"ז סוֹף סִימָן קל"א).