

**SHABBAT
MORNING
PRAYERS**

**EDITED BY
RABBIS OREN STEINITZ
AND DAVID LAZAR**

**MADE POSSIBLE BY SANDIE OVESEN, IN LOVING
MEMORY OF HER BELOVED, HARRY DEAN**

The Preliminary Service

ברכות השחר

Modeh Ani [I Thank You]

מודה אני

*Modeh ani l'fanecha, melech chai v'kayam,
shehechezarta bi nishmati b'chemlah,
rabah emunatecha.*

מודה / מודה אני לפניך מלך חי וקים
שהחזרת בי נשמתִי בחמלה,
רבה אמונתך:

I give thanks to You, living and enduring Ruler.
You have carefully restored my soul to me.
Great is Your trust.

Breathing in, I am grateful for my heart
Even when feeling broken in a thousand little pieces.

*Breathing in, I am grateful for my tears
Even when they flow in endless rivers from my eyes.*

Breathing in, I am grateful for my strength,
Even when there is nothing left to hold onto.

*Breathing in, I am grateful for my gifts
Even on the days there is nothing left to give.*

Breathing in, I am grateful for my soul,
Even when empty darkness leaves me feeling all alone.

*Breathing in, I am grateful for my joy
Even when my dancing feet are stumbling.*

Breathing in, I am grateful for my life
Day by day unfolding

*In the good times and the bad
Breathing in, I am grateful.*

—Nancy Lynch Gibson

For Wearing a Tallit

להתעטף בציצית

*Baruch atah Adonai eloheinu melech ha-olam,
asher kid'shanu b'mitzvotav,
v'tzivanu l'hitateif batzitzit.*

ברוך אתה יהוה, אלהינו מלך העולם,
אשר קדשנו במצותיו
וצונו להתעטף בציצית:

Praised are You, Adonai, our God, Ruler of the universe,
who makes us holy with Your commandments,
and commands us to wrap ourselves in the tallit.

Mah Tovu [How Goodly]

מה טובו

*Mah tovu ohalecha ya-akov, mishk'notecha
yisra-eil. Va-ani b'rav chasd'cha avo veitecha,
eshtachaveh el heichaol kodsh'cha b'yiratecha.*

מה טובו אהליך יעקב משכנתיך ישראל.
ואני ברב חסדך אבא ביתך
אשתחווה אל היכל קדשך ביראתך.

*Adonai ahavti m'on beitecha,
u'm'kom mishkan k'vodecha.
Va-ani eshtachaveh v'echra-ah,
evr'chah lifnei Adonai osi.*

יהוה אהבתי מעון ביתך
ומקום משכן כבודך.
ואני אשתחווה ואכרעה
אברכה לפני יהוה עשי.

*Va-ani t'filati l'cha Adonai, eit ratzon,
elohim b'rav chasdecha,
aneini be-emet yishecha.*

ואני תפילתי לך יהוה עת רצון
אלהים ברב חסדך
עניי באמת ישעך:

How goodly are your tents, O Jacob,
your dwelling-places, O Israel!
In Your abundant lovingkindness let me enter Your house,
reverently to worship in Your holy temple.
Adonai, I love Your house,
the place where Your glory dwells.
I would worship with humility,
I would seek blessing in the presence of God, my Maker.
To You, Adonai, does my prayer go forth.
May this be a time of favor.
In Your great lovingkindness, God,
answer me with Your saving truth.

*Hareini mekabel alay mitzvat haborei:
ve-ahavtah le-re'acha kamocho.*

הריני מקבל עלי מצות הבורא:
ואהבת לרעך כמוך.

I hereby accept upon myself my Creator's commandment:
to love my neighbor as myself.

Blessing for the Body

ברכת הגוף

*Baruch atah Adonai eloheinu melech ha-olam,
asher yatzar et ha-adam b'choch'mah,
uvara vo n'kavim n'kavim, chalulim
chalulim. Galuy v'yadua lifnei chisei
ch'vodecha, sheim yipatei-ach echad meihem,
o yisateim echad meihem,
i efshar l'hitkayem v'la-amod l'fanecha.
Baruch atah Adonai,
rofei chol basar umafli la-asot.*

ברוך אתה יהוה, אלהינו מלך העולם,
אשר יצר את האדם בחכמה וברא בו
נקבים נקבים, חלולים חלולים.
גלוי וידוע לפני כסא כבודך שאם יפתח
אחד מהם או יסתם אחד מהם,
אי אפשר להתקיים ולעמוד לפניך.
ברוך אתה יהוה,
רופא כל בשר ומפליא לעשות:

Praised are You, Adonai our God, ruler of the Infinite
who formed the human body with wisdom,
creating it with so many tunnels and passageways.
You know that if one of these would open or close by mistake
we could not stand before You.
Praised are You, Adonai
who heals all flesh and does wonders.

Blessing for the Soul

ברכת הנשמה

*Elohai, n'shamah shenatata bi t'horah hi.
Atah v'ratah, atah y'tzartah, atah n'fachtah
bi, v'atah m'sham'rah b'kirbi, v'atah atid
lit'lah mimeni, ul'hachazirah bi le-atid lavo.
Kol z'man shehan'shamah v'kirbi,
modeh/modah ani l'fanecha,
Adonai elohai veilohei avotai v'imotai,
ribon kol hama-asim,
adon kol han'shamot.
Baruch atah Adonai,
hamachazir n'shamot lifgarim meitim.*

אלהי. נשמה שנתת בי טהורה היא.
אתה בראתה, אתה יצרתה,
אתה נפחתה בי, ואתה משמרה בקרבי,
ואתה עתיד לשלה ממני
ולחזירה בי לעתיד לבוא.
כל זמן שהנשמה בקרבי,
מודה/מודה אני לפניך,
יהוה אלהי, ואלהי אבותי ואמותי,
רבון כל המעשים, אדון כל הנשמות.
ברוך אתה יהוה,
המחזיר נשמות לפגרים מתים:

My God, the soul which You have
bestowed in me is pure.
You created it, You formed it,
You breathed it into me,
You maintain it within me,
and You will one day
take my soul from me,
to restore it to me in time to come.

As long as my soul is in me
I give thanks to You,
Adonai my God and God of my
ancestors,
Master of all creation, Ruler of all souls.
Praised are You, Adonai,
who restores the soul to lifeless bodies.

Blessing for Torah Study

ברכת התורה

*Baruch atah Adonai eloheinu melech ha-olam,
asher kid'shanu b'mitzvotav,
v'tzivanu la-asok b'divrei torah.*

בָּרוּךְ אַתָּה יי אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו,
וְצִוָּנוּ לְעִסוֹק בְּדִבְרֵי תוֹרָה.

Praised are You, Adonai our God,
who rules the universe,
for commanding us to engage in the words of Torah.

*V'ha-arev na Adonai eloheinu et divrei
torat'cha b'finu uv'fi am'cha beit yisra-eil,
v'nihyeh anachnu v'tze-etza-einu v'tze-etza-
ei am'cha beit yisra-eil kulanu yod'ei
sh'mecha v'lom'dei toratecha lishmah. Baruch
atah Adonai, hamlameid torah l'amo yisra-eil.*

וְהֵעֵרֵב נָא יי אֱלֹהֵינוּ
אֶת דִּבְרֵי תוֹרַתְךָ בְּפִינוּ
וּבְפִי עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל,
וְנִהְיֶה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצָאֵינוּ
וְצִאֲצָאֵי עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל כְּלָנוּ
יֹדְעֵי שְׁמֶךָ וְלוֹמְדֵי תוֹרַתְךָ לְשִׁמְחָה.

Adonai our God,
let the words of Your Torah be pleasant in our mouths
and the mouths of all Your people, the House of Israel,
and may our descendants
and the descendants of all Your people Israel
know you and study Your Torah for its own sake.

*Baruch atah Adonai,
hamlameid torah l'amo yisra-eil.*

בָּרוּךְ אַתָּה יי,
הַמְלַמֵּד תוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל.

Praised are You, Adonai,
for teaching Torah to Your people Israel.

Morning Blessings

ברכות השחר

*Baruch atah Adonai
eloheinu melech ha-olam...*

ברוך אתה יהוה, אלהינו מלך העולם...

We praise You, Eternal One, Ruler of the universe...

Roka ha-aretz al hamayim.

רוקע הארץ על המים:

For stretching the ground over the waters.

Zokeif k'fufim.

זוקף כפופים:

For straightening the bent over.

Matir asurim.

מתיר אסורים:

For freeing the captive.

Malbish arumim

מלביש ערמים:

For clothing our bodies.

She-asah li kol tzar'ki.

שעשה לי כל צרכי:

For providing us with all our needs.

Hameichin mitzadei einosh.

המכין מצעדי אנוש:

For firming our steps.

Ozeir yisra-eil bigvurah.

אוזר ישראל בגבורה:

For giving us strength.

Oteir yisra-eil b'tifarah.

עוטר ישראל בתפארה:

For crowning us with glory.

*Ha-ma'avir sheinah mei-einay
ut'numah mei-afapay*

המעביר שנה מעיני ותנומה מעפעפי:

For removing sleep from eyes and slumber from our eyelids.

Pokei-ach ivrim

פוקח עורים:

For opening our eyes.

*Asher natan lasechvi v'inah
l'havchin bein yom uvein lay'lah.*

אשר נתן לשכוי בינה
להבחין בין יום ובין לילה:

For giving us consciousness.

Hanotein la-ya'eif koach

הנותן ליעף כוח:

For giving strength to the weary.

She-asanu b'tzalmo.

שעשנו בצלמו:

For making us in God's image.

She-asanu b'nei chorin.

שעשנו בני חורין:

For making us free people.

She-asanu yisra'el.

שעשנו ישראל:

For making us Israel, those who struggle.

Songs of Praise

פסוקי דזמרא

Baruch Sh'amar [Blessed is the One]

ברוך שאמר

*Baruch she-amar v'hayah ha-olam,
baruch hu,
baruch oseh v'reishit,
baruch omeir v'oseh,
baruch gozeir um'kayeim,
baruch m'racheim al ha-aretz,
baruch m'racheim al hab'riyot,
baruch m'shaleim sachar tov lirei-av,
baruch chai la-ad v'kayam lanetzach,
baruch podeh umatzil,
baruch sh'mo.*

ברוך שאמר והיה העולם,
ברוך הוא,
ברוך עשה בראשית,
ברוך אומר ועושה,
ברוך גוזר ומקיים,
ברוך מרחם על הארץ,
ברוך מרחם על הבריות,
ברוך משלם שכר טוב ליראיו,
ברוך חי לעד וקיים לנצח,
ברוך פודה ומציל,
ברוך שמו.

Praised is the One who spoke and the world came to be.

Praised is the Source.

Praised is the Source of Creation.

Praised is the One whose word is deed.

Praised is the One whose thought is fact.

Praised is the One whose compassion covers the earth.

Praised is the One whose compassion covers all creatures.

Praised is the One who removes darkness and brings light.

Praised is the One who lives forever

Praised is God's Name.

Praised are You, Adonai, our God, Infinite Ruler, God, the merciful Parent, who is praised by Your people, glorified and adored by the voice of Your faithful servants, and with the songs of Your servant David. We will exalt you, praise you, glorify You, declare Your name and crown You, our God and Ruler, the source of our lives, the Only One of all the worlds, the blessed and glorified ruler, whose name is forever.

ברוך אתה יהוה, אלהינו מלך העולם,
האל אב הרחמן המהלל בפה עמו.
משבח ומפאר בלשון חסידיו ועבדיו,
ובשירי דוד עבדך נהללך יהוה אלהינו,
בשבחות ובזמירות נגדלך ונשבחך ונפאריך.
ונזכיר שמך ונמליכך מלכנו אלהינו,
יחיד חי העולמים,
מלך משבח ומפאר עדי עד שמו הגדול.

**Baruch atah Adonai,
melech m'hulal batishbachot.**

ברוך אתה יהוה,
מלך מהלל בתשבחות:

Praised are You, Adonai, our ruler, glorified in praises.

*Ashrei yosh'vei veitecha,
od y'hal'lucha selah.*

אשרי יושבי ביתך,
עוד יהללוך סלה:

*Ashrei ha-am shekachah lo,
ashrei ha-am she-adonai elohav.*

אשרי העם שככה לו,
אשרי העם שיהוה אלהיו:

*T'hilah l'david,
aromimcha elohai hamelech,
va-avar'chah shimcha l'olam va-ed.*

תהלה לדוד,
ארוממך אלוהי המלך,
ואברכה שמך לעולם ועד:

*B'chol yom avar'cheka,
va-ahal'lah shimcha l'olam va-ed.*

בכל יום אברכה
ואהללה שמך לעולם ועד:

*Gadol Adonai um'hulal m'od,
v'ligdulato ein cheiker.*

גדול יהוה ומהלל מאד,
ולגדלתו אין חקר:

*Dor l'dor y'shabach ma-asecha,
ug'vurotecha yagidu.*

דור לדור ישבח מעשיך,
וגבורתיך יגידו:

*Hadar k'vod hodecha,
v'divrei nifl'otecha asichah.*

הדר כבוד הודך,
ודברי נפלאתיך אשיחה:

*Ve-ezuz nor'otecha yomeiru,
ug'dulat'cha asap'renah.*

ועוזו נוראתיך יאמרו,
וגדלתך אספרנה:

*Zecher rav tuv'cha yabiu,
v'tzidkat'cha y'raneinu.*

זכר רב טובך יביעו,
ואדקתך ירננו:

*Chanun v'rachum Adonai,
erech apayim ug'dol chased.*

חנון ורחום יהוה,
ארך אפים וגדל חסד:

Tov Adonai lakol, v'rachamav al kol ma-asav.

טוב יהוה לכל, ורחמיו על כל מעשיו:

*Yoducha Adonai kol ma-asecha,
vachasidecha y'var'chuchah.*

יודוך יהוה כל מעשיך,
וחסדיך יברכוכה:

*K'vod malchut'cha yomeiru,
ug'vurat'cha y'dabeiru.*

כבוד מלכותך יאמרו,
וגבורתך ידברו:

*L'hodi-a livnei ha-adam g'vurotav,
uch'vod hadar malchuto.*

להודיע לבני האדם גבורתו,
וכבוד הדר מלכותו:

*Malchut'cha malchut kol olamim,
umemshalt'cha b'chol dor vador.*

מלכותך מלכות כל עולמים,
וממשלתך בכל דור ודר:

**Someich Adonai l'chol hanof'lim,
v'zokeif l'chol hak'fufim.**

*Einei chol eilecha y'sabeiru,
v'atah notein lahem et ach'lam b'ito.*

**Potei-ach et yadecha,
umasbi-a l'chol chai ratzon.**

*Tzadik Adonai b'chol d'rachav,
v'chasic b'chol ma-asav.*

**Karov Adonai l'chol kor'av,
l'chol asher yikrauhu ve-emet.**

*R'tzon y'rei-av ya-aseh, v'et shavatam
ishma v'yoshi-eim.*

**Shomeir Adonai et kol ohavav,
v'eit kol har'shaim yashmid.**

*T'hilat Adonai y'daber pi,
vivareich kol basar sheim kod'sho
l'olam va-ed.*

**Va-anachnu n'vareich yah,
mei-atah v'ad olam, hal'luyah.**

סוּמַךְ יְהוָה לְכֹל הַנּוֹפְלִים,
וְזוֹכֵף לְכֹל הַכּוֹפְּוּפִים:

עֵינֵי כָל אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל,
וְאַתָּה נוֹתֵן לָהֶם אֶת אֲכָלָם בְּעֵתוֹ:

פּוֹתֵחַ אֶת יָדְךָ,
וּמְשַׁבֵּיעַ לְכֹל חַי רָצוֹן:

צַדִּיק יְהוָה בְּכֹל דְרָכָיו,
וְחָסִיד בְּכֹל מַעֲשָׂיו:

קָרוֹב יְהוָה לְכֹל קוֹרְאֵיו,
לְכֹל אֲשֶׁר יִקְרָאֵהוּ בְאֱמֶת:

רָצוֹן יִרְאֵיו יַעֲשֶׂה,
וְאֵת שְׁוֹעֲתָם יִשְׁמַע וַיּוֹשִׁיעֵם:

שׂוֹמֵר יְהוָה אֶת כָּל אֲהַבָּיו,
וְאֵת כָּל הַרְשָׁעִים יִשְׁמִיד:

תְּהִלַּת יְהוָה יְדַבֵּר פִּי,
וַיְבָרֵךְ כָּל בָּשָׂר שֵׁם קִדְשׁוֹ
לְעוֹלָם וָעֶד:

וְאֲנַחְנוּ נְבָרֵךְ יְהוָה,
מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם, הַלְלוּיָהּ:

Happy are those who dwell in Your house;
they shall praise You:

*Happy is the nation that has it so;
Happy are the people whose God is Adonai.*

David's song of praise.

I will extol You, my God and Ruler;
and I will bless Your name for ever and ever.

*Every day will I bless You;
and I will praise Your name for ever and ever.*

Great is Adonai, and highly to be praised;
God's greatness is unsearchable.

*One generation shall laud Your works to another,
and shall declare Your mighty acts.*

The glorious splendor of Your majesty,
and Your wondrous works shall I recite.

*People shall speak of the might of Your tremendous acts;
I will tell of Your greatness.*

They shall utter the fame of Your great goodness,
and shall sing of Your righteousness.

*Adonai is gracious and full of compassion;
slow to anger, great in mercy.*

Adonai is good to all;
tender mercies are over all God's works.

*All Your works shall thank You, Adonai;
Your pious ones shall bless You.*

They shall speak of the glory of Your dominion,
and talk of Your might;

*To make known to all humans God's mighty acts,
and the majestic glory of God's sovereignty.*

Your dominion is for all ages,
and Your rule endures through all generations.

*Adonai supports all who fall,
and raises up all those who are bowed down.*

The eyes of all wait for You,
and You give them their food in due season.

*You open Your hand,
and satisfy every living thing with favor.*

All Adonai's ways are righteous
and all God's works are gracious.

*Adonai is close to all who call,
to all who call upon God in truth.*

God, You fulfill the desire of those in awe of You,
hearing their cry and saving them.

*You, Adonai guard all who love You,
but destroy all the wicked.*

My mouth shall speak Adonai's praise,
let all flesh bless God's holy name for ever and ever.

*We will bless Adonai now and forever,
Halleluyah.*

Hal'luyah,
 hal'lu eil b'kod'sho,
 hal'luhu birki-a uzo.
 Hal'luhu bigvurotav,
 hal'luhu k'rov gudlo.
 Hal'luhu b'teika shofar,
 hal'luhu b'neivel v'chinor.
 Hal'luhu b'tof umachol,
 hal'luhu b'minim v'ugav.
 Hal'luhu b'tziltz'lei shama,
 hal'luhu b'tziltz'lei t'ruah.
 Kol han'shamah t'haleil yah hal'luyah.
 Kol han'shamah t'haleil yah hal'luyah.

הַלְלוּ יְהוָה.
 הַלְלוּ אֱלֹהִים בְּקֹדֶשׁוֹ,
 הַלְלוּהוּ בְּרִקְיעַ עֲזָו:
 הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו,
 הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלוֹ:
 הַלְלוּהוּ בְּתִקְעַ שׁוֹפָר,
 הַלְלוּהוּ בְּנֵבֶל וְכִנּוֹר:
 הַלְלוּהוּ בְּתוֹף וּמַחֲוֹל,
 הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעָגָב:
 הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי שָׁמַע,
 הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה:
 כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה, הַלְלוּ יְהוָה:
 כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה, הַלְלוּ יְהוָה:

Halleluyah!
 Praise the source in the holy space!
 Praise the source in the heights above!
 Praise the source in its infinite expanse!
 Praise the source with shofar blast,
 with lute and harp, with drum and dance,
 with flute and strings, with tambourines!
 Praise the source with crashing cymbals!
 Let all who breathe now praise their source!
 Let every breath now praise the source!

—Burt Jacobson

Praise Life!
 Praise Wonder!
 look and see
 listen and hear
 taste and touch and smell
 the awesome simplicity of This.

—Rami Shapiro

SHACHARIT

תפילת שחרית

*Shochein ad, marom v'kadosh sh'mo.
V'chatuv, ran'nu tzadikim b'Adonai,
laysharim navah t'hilah.*

שׁוֹכֵן עַד מְרוֹם וְקָדוֹשׁ שְׁמוֹ.
וְכָתוּב: רָנְנוּ צַדִּיקִים בַּיהוָה.
לְיִשְׂרָאֵל נְאֻה תְהִלָּה.

God abides forever, the High and Holy One.
As it is written:
Righteous ones sing to Adonai;
it is fitting that the upright praise God.

*B'fi y'sharim titromam,
uv'divrei tzadikim titbarach,
uv'ilshon chasidim titkadesh,
uv'kerev k'doshim tithalal.*

בְּפִי יִשְׂרָאֵל תִּתְרוֹמַם,
וּבְדִבְרֵי צַדִּיקִים תִּתְבָּרַךְ,
וּבְלִשׁוֹן חֲסִידִים, תִּתְקַדֵּשׁ,
וּבְקֶרֶב קְדוֹשִׁים תִּתְהַלַּל.

In the mouths of the honest You are exalted
In the words of the righteous You are blessed
In the actions of the devotees You are sanctified
In the midst of the holy You are praised.

*Uv'makhalot rivvot am'cha beit yisra-eil,
b'rinah yitpa-ar shimcha malkeinu,
b'chol dor vador*

וּבְמַקְהֵלוֹת רִבְבוֹת עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל,
בְּרִנָּה יִתְפָּאֵר שִׁמְךָ מַלְכֵנוּ,
בְּכָל דּוֹר וָדוֹר.

In every gathering of Your people,
the House of Israel,
Your name will be glorified with song,
our Source, in every generation.

(We Rise)

Yishtabach [Your Name be Praised]

ישתבח

*Yishtabach shimcha la-ad malkeinu,
ha-eil hamelech hagadol v'hakadosh
bashamayim uva-aretz.
Ki l'cha na-eh, Adonai eloheinu veilohei
avoteinu, shir ush'vachah, haleil v'zimrah, oz
umemshalah, netzach, g'dulah ug'vurah,
t'hilah v'tiferet, k'dushah umalchut.
B'rachot v'hoda-ot mei-atah v'ad olam.
Baruch atah Adonai, eil melech gadol
batishbachot, eil hahoda-ot, adon
hanifla-ot, habocheir b'shinei zimrah,
melech, eil, chei ha-olamim.*

ישתבח שמך לעד מלכנו,
האל המלך הגדול והקדוש בשמים ובארץ.
כי לך נאה, יי אלהינו ואלהי אבותינו,
שיר ושבח, הלל וזמרה, עז וממשלה,
נצח, גדלה וגבורה, תהלה ותפארת,
קדשה ומלכות.
ברכות והודאות מעתה ועד עולם.
ברוך אתה יי, אל מלך גדול בתשבות,
אל ההודאות, אדון הנפלאות,
הבוחר בשירי זמרה,
מלך, אל, חי העולמים.

Your name be praised without end,
majestic One.
Powerful, generous Source of the sacred,
Filling heaven and earth.
It is pleasant to dedicate to You,
Our God, our ancestors' God,
Time and again, Music and Celebration,
Jubilation and Symphony, Fortissimo, Anthem,
Victory-march, Largo, Forte, Paean,
Hymn, Sanctus, and Maestoso,
Hymns of blessing and thanksgiving,
Celebrating Your reputation, awesome and holy,
Because in every realm, there You are divine.
We worship You, Adonai, Generous, Great, Majestic One,
Who is celebrated in all praise,
Who is the God of thanksgiving,
The source of miracles, the fountain of souls,
The author of all happenings,
Who delights in music and in chant,
Origin of unity,
The life that flows through the worlds.

— Zalman Shachter-Shalomi

The Sh'ma and Its Blessings

קריאת שמע וברכותיה

Chatsi Kaddish [Reader's Kaddish]

חצי קדיש

Yitgadal v'yitkadash sh'meih raba. [Amein]

יתגדל ויתקדש שמה רבא. [אמן:]

*B'al'ma di v'ra chiruteih, v'yamlich
malchuteih b'chayeichon uv'yomeichon
uv'chayei d'chol beit yisra-eil, ba-agala
uvizman kariv, v'imru **amein**.*

בעלמא די ברא כרעותה וימליך מלכותה
בחיכון וביומיון ובחיי דכל בית ישראל,
בעגלא ובזמן קריב, ואמרו: אמן:

*Y'hei sh'meih raba m'varach l'alam
ul'al'mei al'maya.*

יהא שמה רבא מברך לעלם ולעלמי
עלמיא:

*Yitbarach v'yishtabach v'yitpa-ar v'yitromam
v'yitnasei v'yithadar v'yitaleh v'yithalal
sh'meih d'kudsha **b'rich hu**,
l'eila (on Shabbat Shuva u-l'eila) min kol birchata
v'shirata tushb'chata v'nechemata, da-amiran
b'al'ma, v'imru **amein**.*

יתברך וישתבח ויתפאר ויתרומם ויתנשא
ויתהדר ויתעלה ויתהלל שמה דקדשא,
ברוך הוא. לעלא (בשבת שובה ולעלא) מן כל
ברכתא ושירתא תשבחתא ונחמתא,
דאמירן בעלמא. ואמרו: אמן:

Let the great name of God be extolled and sanctified
Let God's great name be hallowed
in the world whose creation God willed.
May God's sovereignty soon prevail,
in our own day, in our own lives,
and in the life of all Israel, and let us say: **Amen**.

Let God's great name be blessed for ever and ever.

Let the name of the Holy Blessed One be glorified,
exalted and honored,
though God is beyond all the praises, songs, and adorations
that we can utter, and let us say:
Amen

Our goal should be to live life in radical amazement.
Get up in the morning and look at the world
in a way that takes nothing for granted.
Everything is phenomenal;
everything is incredible;
never treat life casually.
To be spiritual is to be amazed.

—Abraham Joshua Heschel

Bar'chu [The Call for Prayer]

ברכו

Bar'chu et Adonai hamvorach.
Baruch Adonai ham'vorach l'olam va-ed.

ש"ץ: בָּרְכוּ אֶת יְהוָה הַמְבָרָךְ.
קהל: בָּרוּךְ יְהוָה הַמְבָרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד.

Praise Adonai to whom our praise is due!

*Praised be Adonai to whom our praise is due,
now and forever!*

*Baruch atah Adonai, eloheinu melech ha-
olam, yotzeir or uvorei choshech, oseh shalom
uvorei et hakol.*

ברוך אתה יהוה, אלהינו מלך העולם,
יוצר אור ובורא חשך,
עשה שלום ובורא את הכל.

Praised are You, Adonai our God, ruler of the world,
Forming light, creating darkness, making peace, creating all.

*Hakol yoducha, v'hakol y'shab' chucha,
v'hakol yomru, ein kadosh k'Adonai.
Hameiir la-aretz v'ladarim aleha b'rachamim,
uv'tuvo m'chadeish b'chol yom tamid
ma-aseih v'reishit.
Mah rabu ma-asecha Adonai,
kulam b'choch'mah asita,
mal'ah ha-aretz kinyanecha.
Titbarach moshi'einu
al shevach ma-asheih yadecha,
v'al m'orei or she-asita
y'fa-arucha selah.*

הכל יודוך, והכל ישבחוך,
והכל יאמרו, אין קדוש כִּי.
המאיר לארץ ולדרים עליה ברחמים,
ובטובו מחדש בכל יום תמיד
מעשה בראשית.
מה רבו מעשיך יי,
כלם בחכמה עשית,
מלאה הארץ קניינך.
תתברך מושיענו
על שבח מעשה ידך,
ועל מאורי אור שעשית
יפארוך סלה.

All shall thank you, and all shall praise you,
and all shall proclaim: "There is no Holy like our God."
God lovingly gives light to the earth and all who dwell there;
and in goodness renews the work of creation continually, day by day.
How manifold are Your works, Adonai;
in wisdom You made them all;
the earth is full of Your creations.

*Or chadash al tziyon tair,
v'nizkeh chulanu m'heirah l'oro.
Baruch atah Adonai, yotzeir ham'orot.*

אור חדש על ציון תאיר,
ונזכה כלנו מהרה לאורו.
ברוך אתה יי, יוצר המאורות.

Let a new light shine on Zion,
and may we soon be worthy to see it shining.
Praised are You, Adonai, the Maker of light.

*Ahavah rabah ahavtanu, Adonai eloheinu,
chemlah g'dolah viteirah chamalta aleinu.
Avinu malkeinu, ba-avur avoteinu shebat'chu
v'cha, vat'lam'deim chukei chayim, kein
t'chaneinu ut'lam'deinu. Avinu, ha-av
harachaman, hamracheim, racheim aleinu,
v'tein b'libeinu l'havin ul'haskil, lishmoa,
lilmod ul'lameid, lishmor v'la-asot ul'kayeim
et kol divrei talmud toratecha b'ahavah.*

אהבה רבה אהבתנו, יי אלהינו,
חמלה גדולה ויתרה חמלת עלינו.
אבינו מלפנו, בעבור אבותינו שבטחו בך,
ותלמדס חקי חיים, בן תחננו ותלמדנו.
אבינו, האב הרחמן, המרחם, רחם עלינו,
ותן בלבנו להבין ולהשכיל,
לשמע, ללמד וללמד,
לשמר ולעשות ולקיים
את כל דברי תלמוד תורתך באהבה.

How deeply you have loved us, Adonai our God,
Your compassion for us is overflowing.
Our Maker and ruler, our ancestors trusted in You,
and You taught them the laws of life;
be gracious now to us, and teach us.
Have compassion on us, source of mercy,
and guide us to know and understand,
to listen, learn and teach, observe and fulfill
with love all the teachings of Your Torah.

*V'ha-eir eineinu b'toratecha,
v'dabeik libeinu b'mitzvoteych,
l'vaveinu l'ahavah ul'yirah et sh'mecha,
v'lo neivosh l'olam va-ed.
Ki v'sheim kodsh'cha hagadol v'hanora
batach'nu, nagilah v'nism'chah bishuatecha.*

והאר עינינו בתורתך,
ודבק לבנו במצותיך,
ויחד לבבנו לאהבה וליראה את שמך,
ולא נבוש לעולם ועד.
כי בשם קדשך הגדול והנורא בטחנו,
נגילה ונשמחה בישועתך.

Enlighten our eyes in Your Torah,
cause our hearts to cling to Your commandments,
and unite our hearts to love and revere Your name.
Then we shall not be shamed, nor humiliated,
nor shall we ever stumble.
For we shall put our trust in You,
the great, holy, and awesome One.
We shall rejoice and be glad in Your salvation.

*Vahaveih aleinu b'rachah v'shalom
mei-arba kanfot ha-aretz,
v'tolichenu kom'miyut b'artzeinu,
ki eil poeil y'shuot atah,
V'keiravtanu l'shimcha hagadol
b'achdut u-b'ahavah.*

וְהִבָּא עֲלֵינוּ בְרָכָה וְשָׁלוֹם
מֵאַרְבַּע כַּנְפוֹת הָאָרֶץ,
וְתוֹלִיכֵנוּ קוֹמְמִיּוֹת בְּאַרְצֵנוּ,
כִּי אֵל פּוֹעֵל יְשׁוּעוֹת אַתָּה,
וְקִרְבָּתֵנוּ לְשִׁמְךָ הַגָּדוֹל
בְּאַחְדוּת וּבְאַהֲבָה.

Bestow upon us wholeness and blessings
from the four corners of the earth
and lead us to walk upright in our land.
For You, God, are the only One who brings deliverance
and You, God, have drawn us near to Your great name
and your Oneness in love.

*Baruch atah Adonai,
habocheir oheiv Yisrael.*

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ,
אוֹהֵב יִשְׂרָאֵל.

Praised are You, Adonai,
who loves Israel, the ones who struggle.

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלֻכּוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד

*Sh'ma Yisra-eil, Adonai Eloheinu Adonai Echad.
Baruch sheim k'vod malchuto l'olam va-ed.*

Hear, O Israel: Adonai is our God, Adonai is One:

Blessed be the name of God's glorious majesty forever and ever.

*V'ahavta eit Adonai elohecha, b'chol l'vav'cha,
uv'chol nafsh'cha, uv'chol m'odecha. V'hayu
had'varim ha-eileh, asher anochi m'tzav'cha
Hayom, al l'vavecha. V'shinantam l'vanecha,
v'dibarta bam, b'shivt'cha b'veitecha,
uv'lecht'cha vaderech, uv'shochb'cha,
uv'kumecha. uk'shartam l'ot al yadecha,
v'hayu l'totafot bein einecha.
Uch'tavtam al m'zuzot beitecha uvisharecha.*

וְאַהֲבַתְּ אֶת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בְּכָל-לִבְבְּךָ
וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-מְאֹדְךָ:
וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנִי מְצַוְּךָ
הַיּוֹם עַל-לִבְבְּךָ:
וְשִׁנַּנְתָּם לְבִנְיֶיךָ וּדְבַרְתָּ בָּם בְּשַׁבְּתֶךָ בְּבֵיתְךָ
וּבְלֶכְתְּךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ:
וְקָשַׁרְתָּם לְאוֹת עַל-יָדְךָ
וְהָיוּ לְטֹטְפוֹת בֵּין עֵינֶיךָ:
וְכָתַבְתָּם עַל-מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ:

You shall love Adonai your God with all your heart,
with all your soul and with all your being.

These words which I command you now
shall be in your heart,
always.

Continuously teach them to your children,
speak of them at all times,
while at home, about town and on the road,
when you lie down at night and when you rise up in the morning
– always.

Bind them on your arm,
close to your heart,
and between your eyes,
close to your brain.

Write them upon the doorposts of your home
and at the entrance of your property.

Vayomer Adonai el mosheh leimor.
 Dabeir el b'nei yisra-eil v'amarta aleihem,
 v'asu lahem tzitzit al kanfei vigdeihem
 l'dorotam, v'nat'nu al tzitzit hakanaf
 p'til t'cheilet.
 V'hayah lachem l'tzitzit, ur'item oto
 uz'chartem et kol mitzvat Adonai, va-asitem
 otam, v'lo taturu acharei l'va'ochem v'acharei
 eineichem, asher atem zonim achareihem.

L'ma-an tizk'ru va-asitem et kol mitzvotay,
 vihyitem k'doshim leiloheichem.
 Ani Adonai eloheichem,
 asher hotzeiti etchem mei-eretz mitzrayim,
 lihyot lachem leilohim,
 ani Adonai eloheichem. Emet

ויאמר יי אל משה לאמר.
 דבר אל בני ישראל ואמרת אליהם,
 ועשו להם ציצת על כנפי בגדיהם לדרתם,
 ונתנו על ציצת הכנף
 פתיל תכלת.
 והיה לכם לציצת,
 וראיתם אתו וזכרתם את כל מצות יי,
 ועשיתם אתם, ולא תתורו אחרי לבבכם
 ואחרי עיניכם, אשר אתם זנים אחריהם.

למען תזכרו ועשיתם את-כל-מצותי
 והייתם קדשים לאלהיכם:
 אני יהוה אלהיכם
 אשר הוצאתי אתכם מארץ מצרים
 להיות לכם לאלהים
 אני יהוה אלהיכם: אמת

It came to pass and will come to pass
 that we wore *tzitzit* / fringes
 on the corners of our clothing –
tzitzit with a twine of blue,
 to remember God in our deeds.
 And when we come to want things without end,
 we grasp the corners of our *tzitzit*
 and fly to the sacred ground
 to remember Adonai in our living.
 I am Adonai your God
 when I call you out
 of the narrow places of your lives,
 so that I can become the sacred power among you.

—Lynn Gottlieb

*Emet v'yatziv, v'nachon v'kayam,
v'yashar v'ne-eman, v'ahuv v'chaviv,
v'nechmad v'naim, v'nora v'adir, um'tukan
um'kubal, v'tov v'yafeh
hadavar hazeh aleinu l'olam va-ed.*

אמת ויציב, ונכון וקיים, וישר ונאמן,
ואהוב וחביב, ונחמד ונעים, ונורא ואדיר,
ומתקן ומקבל, וטוב ויפה
הדבר הזה עלינו לעולם ועד.

Your word is the truth that stands,
Your word is the certainty that endures,
Your word is the unswerving trust.
Your word is lovely and beloved,
joyful and happy,
awesome and majestic,
sweet and receptive,
beautiful and good, forever and ever.

*T'hilot l'eil elyon, baruch hu um'vorach.
Miryam u-Mosheh uv'nei yisra-eil
l'cha anu shirah b'simchah rabah,
v'am'ru chulam:*

תהלות לאל עליון, ברוך הוא ומברך.
מרים ומשה ובני ישראל
לך ענו שירה בשמחה רבה,
ואמרו כלם:

All praise to God Most High, the source of blessing!
Like Miriam, Moses and all Israel,
they sang to You this song of rejoicing:

*Mi chamochah ba-eilim Adonai,
mi kamochah nedar bakodesh,
nora t'hilot, oseih fele.*

מי כמכה באלים יהוה,
מי כמכה נאדר בקדש,
נורא תהלות עשה פלא.

*Shirah chadashah shib'chu g'ulim
l'shimcha al s'fat hayam,
yachad kulam hodu v'himlichu v'am'ru:
Adonai yimloch l'olam va-ed.*

שירה חדשה שבחו גאולים
לשמך על שפת הים,
יחד כלם הודו והמליכו ואמרו:
יהוה ימלך לעלם ועד.

Who is like You, Eternal One,
among the gods that are worshipped?
Who is like You, majestic in holiness,
awesome in splendor, doing wonders?

On the edge of the sea,
those saved sang a new song in praise of You,
all of them thanking you as their Ruler, saying:
Adonai will reign for ever and ever!

The Amidah

תפילת העמידה

Adonai s'fatai tiftach ufi yagid t'hilatecha.

אֲדֹנָי שְׁפָתַי תִּפְתָּח וּפִי יַגִּיד תְּהִלָּתֶךָ:

Adonai, open up my lips,
that my mouth may declare Your glory.

1 – Avot v'Imahot [Ancestors]

1 – אבות ואמהות

*Baruch Atah Adonai
Eloheinu Veilohei avoteinu,
Elohei Avraham, Elohei Sarah,
Elohei Yitzchak, Elohei Rivkah,
Eilohei Ya-akov, Elohei Rachel ve-Elohei Le'ah.
Ha-eil hagadol hagibor v'hanora, Eil elyon,
gomeil chasadim tovim, v'koneih hakol,
v'zocheir chasdei avot ve-imahot,
umeivi ge'ulah livnei v'neihem,
l'ma-an sh'mo b'ahavah.*

בְּרוּךְ אַתָּה יי
אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
אֱלֹהֵי אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי שָׂרָה,
אֱלֹהֵי יִצְחָק, אֱלֹהֵי רִבְקָה,
אֱלֹהֵי יַעֲקֹב, אֱלֹהֵי רָחֵל וְאֱלֹהֵי לֵאָה.
הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא,
אֵל עֲלִיּוֹן, גּוֹמֵל חַסְדִּים טוֹבִים, וְקֹנֵה הַכֹּל,
וְזוֹכֵר חַסְדֵי אֲבוֹת וְאִמּוֹת,
וּמְבִיא לְבָנֵי בְנֵיהֶם,
לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה.

On Shabbat Shuva add:

*Mi chamocho av rachamim,
zocheir y'tzurav l'chayim b'rachamim.*

– בשבת שובה –
מִי כְמוֹךָ אָב הַרְחָמִים
זוֹכֵר יְצוּרָיו לְחַיִּים בְּרַחֲמִים.

*Melech ozeir umoshi-a umagein.
Baruch Atah Adonai, magein Avot.*

מֶלֶךְ עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמְגַן.
בְּרוּךְ אַתָּה יי, מְגַן אֲבוֹת.

Praised are You, Adonai, our God and God of our ancestors:
God of Abraham, God of Sarah,
God of Isaac, God of Rebecca,
God of Jacob, God of Rachel and God of Leah,
God great, mighty and awesome God, God supreme.

God who bestows lovingkindness. Creator of all.
God who remembers the faithfulness of our ancestors and lovingly brings
redemption to their offspring for the glorification of God's name.

God, our ruler, our help, our savior and our shield.
Praised are You, Adonai, Shield of our ancestors.

2 – G'vurot [God's Might]

2 - גבורות

Atah gibor l'olam Adonai,
m'chayeih meitim Atah, rav l'hoshi-a.

אתה גבור לעולם אדני,
מחיה מתים אתה, רב להושיע.

Winter: Mashiv haruach umorid hageshem.
Summer: Morid Hatal.

משמיני עצרת: משיב הרוח ומוריד הגשם.
מ-א' של פסח: מוריד הטל.

M'chalkeil chayim b'chesed,
m'chayeih meitim b'rachamim rabim,
someich nof'lim, v'rofei cholim, umatir asurim,
um'kayeim emunato lisheinei afar,
mi chamocha ba-al g'vurot umi domeh lach,
melech meimit um'chayeh
umatzmi-ach y'shuah.

מכלכל חיים בחסד,
מחיה מתים ברחמים רבים,
סומך נופלים, ורופא חולים, ומתיר אסורים,
ומקים אמונתו לישגי עפר,
מי כמוך בעל גבורות ומי דומה לך,
מלך ממית ומחיה
ומצמיח ישועה.

On Shabbat Shuva add:

Mi chamocha av harachamim,
zocheir y'tzurav l'chayim b'rachamim.

בשבת שובה –
מי כמוך אב הרחמים
זוכר יצוריו לחיים ברחמים.

V'ne-eman Atah l'hachayot meitim.
Baruch Atah Adonai, m'chayeih hameitim.

ונאמן אתה להחיות מתים.
ברוך אתה יי, מחיה המתים.

Your might, Adonai, is Eternal.
You give life to all.
Great is Your power to save.

Summer: You cause the dew to fall.
Winter: You cause the wind to blow and rain to fall.

With love You sustain the living,
with great compassion give life to all.
You support the falling and heal the sick;
You bring freedom to the captive and keep faith
with those who sleep in the dust.
Who is like You, Master of Might? Who is comparable?
Source of life and death, who causes salvation to blossom.

On Shabbat Shuva add:

Who is like You, nurturing parent, who in compassion sustains the life of all creatures?

You faithfully give life to all creatures.
Praised are You, who brings life to the dead.

(If praying privately add "Atah Kadosh." and continue on page 28.
When the Amidah is said out loud continue with K'dushah.)

*Atah kadosh v'shimcha kadosh,
uk'doshim b'chol yom y'hal'lucha selah.
Baruch atah Adonai, ha-eil hakadosh*

On Shabbat Shuva:

Baruch atah Adonai, ha-melech hakadosh

אתה קדוש ושמך קדוש
וקדושים בכל יום יהללוך-סלה.
ברוך אתה יי, האל הקדוש
כשבת שובה:
ברוך אתה יהוה, המלך הקדוש

You are holy and Your name is holy,
and those who strive to be holy declare
Your glory day by day.
Praised are You, Adonai, the Holy God.

3 – K'dushah [Sanctification]

3 – קדושה

*N'kadeish et shimcha ba-olam, k'sheim
shemakdishim oto bishmei marom, kakatuvo al
yad n'vi-echa, v'kara zeh el zeh v'amar:*

נקדש את שמך בעולם כשם שמקדישים
אותו בשמי מרום, ככתוב על יד נביאך.
וקרא זה אל זה ואמר:

We will sanctify Your name on earth,
as it is sanctified in the Heavens above
in the words written by Your prophet,
"the Angels called out to one another, saying:"

*Kadosh, kadosh, kadosh, adonai tz'va-ot,
m'lo chol ha-aretz k'vodo.*

קדוש קדוש קדוש יהוה צבאות,
מלא כל הארץ כבודו.

**Holy, Holy, Holy is Adonai Tz'va'ot!
The whole earth is filled with God's glory.**

*Az b'kol ra-ash gadol adir v'chazak,
mashmiim kol, mitnasim l'umat s'rafim,
l'umatam baruch yomeiru:*

אז בקול רעש גדול אדיר וחזק,
משמיעים קול, מתנשאים לעמת שרפים,
לעמתם ברוך יאמרו:

Then with great noise, mighty and tremendous to be heard,
the angels rise up and, responding, they offer praise:

Baruch k'vod adonai mim'komo.

ברוך כבוד יי ממקומו.

Praised be the Glory of God from God's place.

*Mim'kom'cha malkeinu tofi-a, v'timloch
aleinu, ki m'chakim anachnu lach Matai
timloch b'tziyon, b'karov b'yameinu, l'olam
va-ed tishkon. Titgadal v'titkadash b'toch
y'rushalayim ir'cha, l'dor vador ul'neitzach
n'tzachim. V'eineinu tirenah malchutecha,
kadavar ha-amur b'shirei uzecha.*

ממקומך מלכנו תופיע, ותמלך עלינו,
כי מחכים אנחנו לך. מתי תמלך בציון,
בקרב בימינו, לעולם ועד תשכון.
תתגדל ותתקדש בתוך ירושלים עירך,
לדור ודור ולנצח נצחים.
ועינינו תראינה מלכותך,
כדבר האמור בשרי ענך.

Reveal yourself, wherever you are, our Ruler,
and reign over us, for we await You.
When will You reign in Zion? Let it be soon, in our time!
May Your glory and holiness be apparent to all
in Jerusalem Your city,
from generation to generation, eternally.
May we see Your sovereignty,
as described in the songs of your mightiness.

*Yimloch adonai l'olam, elohayich tziyon,
l'dor vador, hal'luyah.*

ימלך יי לעולם, אלהיך ציון,
לדר ודר, הללויה.

**Adonai shall reign forever, your God O Zion,
from generation to generation, Halleluyah!**

*L'dor vador nagid god'lecha,
u'l'neitzach n'tzachim k'dushat'cha nakdish,
v'shivchacha, eloheinu,
mipinu lo yamush l'olam va-ed,
ki eil melech gadol v'kadosh atah.*

לדור ודור נגיד גדלך,
ולנצח נצחים קדשתיך נקדיש,
ושבחך אלהינו,
מפינו לא ימוש לעולם ועד,
כי אל מלך גדול וקדוש אתה.

To all generations we will proclaim your greatness,
and for all eternity proclaim your holiness.
Your praise, O God, shall never leave our lips,
for You are a great and holy God.

Baruch atah Adonai, ha-eil hakadosh.

ברוך אתה יי, האל הקדוש

On Shabbat Shuva:

Baruch atah Adonai, ha-melech hakadosh

בשבת שובה:

ברוך אתה יהוה, המלך הקדוש

Praised are You, Adonai, the holy God.

On Shabbat Shuva: Praised are You, Adonai the holy Ruler.

*Yismach mosheh b'mat'nat chelko,
ki eved ne-eman karata lo.
K'lil tiferet b'rosho natata,
b'am'do l'fanecha al har sinai.
Ush'nei luchot avanim horid b'yado,
v'chatuv bahem sh'mirat shabat,
v'chein katuv b'toratecha.*

יִשְׂמַח מֹשֶׁה בְּמַתְנַת חֶלְקוֹ,
כִּי עֶבֶד נְאֻמָּן קָרָאתָ לוֹ.
כְּלִיל תִּפְאָרֶת בְּרֹאשׁוֹ נָתַתָּ
בְּעַמְדוֹ לְפָנֶיךָ עַל הַר סִינַי,
וְשְׁנֵי לְחוֹת אֲבָנִים הוֹרִיד בְּיָדוֹ,
וְכָתוּב בָּהֶם שְׁמִירַת שַׁבָּת,
וְכֵן כָּתוּב בְּתוֹרָתְךָ:

Moses, Your faithful servant,
rejoiced before You on Mount Sinai,
bringing to us the two tablets of stone,
engraved with the commandment to observe Shabbat,
and so it is written in Your Torah:

*V'sham'ru v'nei yisra-eil et hashabat,
la-asot et hashabat l'dorotam b'rit olam.
Beini uvein b'nei yisra-eil ot hi l'olam,
ki sheishet yamim asah Adonai et hashamayim
v'et ha-aretz, uvayom hashvii
shavat vayinafash.*

וְשָׁמְרוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשַּׁבָּת
לַעֲשׂוֹת אֶת הַשַּׁבָּת לְדוֹרֹתֵם בְּרִית עוֹלָם.
בֵּינִי וּבֵין בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אוֹת הִיא לְעוֹלָם.
כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה יְהוָה
אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ
וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי שָׁבַת וַיִּנְפֹּשׁ.

The people of Israel shall keep Shabbat,
observing Shabbat in every generation as a covenant for all time.
It is a sign forever between Me and the people of Israel,
for in six days the Eternal God made heaven and earth,
and on the seventh day God rested from labor and was refreshed.

*Eloheinu veilohei avoteinu, r'tzeih na
vimmuchateinu, kad'sheinu b'mitzvatecha,
v'tein chelkeinu b'toratecha, sab'einu
mituvecha, v'sam'cheinu bishuatecha, v'taheir
libeinu l'ovd'cha be-emet, v'hanchileinu
Adonai Eloheinu b'ahavah uv'ratzon shabat
kod'shecha, v'yanuchu vah kol yisra-eil
m'kad'shei sh'mecha.*

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, רְצֵה נָא בְּמִנוּחָתֵנוּ,
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתֶיךָ וְתֵן חֶלְקֵנוּ בְּתוֹרָתְךָ,
שְׁבַעֲנוּ מִשׁוּבָךָ, וְשִׂמַּח נַפְשָׁנוּ בִּישׁוּעָתְךָ,
וְטַהַר לִבֵּנוּ לְעִבְדֶּךָ בְּאֵמֶת,
וְהַנְחִילֵנוּ יְיָ אֱלֹהֵינוּ בְּאַהֲבָה
וּבְרַצוֹן שַׁבַּת קִדְּשְׁךָ,
וַיְנַוְחוּ בָּהּ כָּל יִשְׂרָאֵל,
מִקְדְּשֵׁי שְׁמֶךָ.

Baruch atah Adonai, m'kadeish hashabat.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מְקַדֵּשׁ הַשַּׁבָּת.

Our God and God of our ancestors,
 may our rest on this day be pleasing in Your sight.
 Make us Holy with Your Mitzvot,
 and let Your Torah be our way of life.
 Satisfy us with Your goodness,
 gladden us with Your salvation,
 and purify our hearts to serve You in truth.
 In Your gracious love, Adonai our God,
 let Your holy Shabbat remain our heritage,
 that all Israel, declaring Your name holy,
 may find rest and peace.
 Praised are You, Adonai, who makes Shabbat holy.

5 - Avodah [Worship]

5 - עבודה

*R'tzeih, Adonai Eloheinu, b'am'cha yisra-eil,
 u'lt'filatam meheirah b'ahavah t'kabeil
 b'ratzon, ut'hi l'ratzon tamid avodat yisra-eil
 amecha.*

רְצֵה יי אֱלֹהֵינוּ, בְּעִמְךָ יִשְׂרָאֵל,
 וּתְפִלָּתָם מְהֵרָה בְּאַהֲבָה תִקְבֵּל בְּרָצוֹן,
 וְתִהְיֶה לְרָצוֹן תָּמִיד
 עֲבוֹדַת יִשְׂרָאֵל עִמְךָ.

*V'techezenah eineinu
 b'shuvo'cha l'tziyon b'rachamim.
 Baruch atah Adonai,
 hamachazir sh'chinato l'tziyon.*

וְתַחֲזִינָה עֵינֵינוּ
 בְּשׁוּבוֹךָ לְצִיּוֹן בְּרַחֲמִים.
 בְּרוּךְ אַתָּה יי
 הַמַּחְזִיר שְׁכִינָתוֹ לְצִיּוֹן.

Take pleasure, Adonai our God,
 in Israel your people and heed their prayer,
 willingly and lovingly.
 May the worship of your people Israel
 always be acceptable to you.

And may our eyes behold your homecoming,
 with merciful intent, to Zion.
 Praised are you, Adonai,
 who brings your presence home to Zion.

*Modim anachnu lach, sha-atah hu, Adonai
Eloheinu veilohei avoteinu, l'olam va-ed, tzur
chayeinu, magein yisheinu, atah hu l'dor
vador, nodeh l'cha un'sapeir t'hilatecha, al
chayeinu ham'surim b'yadecha, v'al
nishmoteinu hap'kudot lach v'al nisecha
sheb'chol yom imanu, v'al nifl'otecha
v'tovotecha sheb'chol eit, erev vavoker
v'tzahorayim, hatov, ki lo chalu rachamecha,
v'hamracheim, ki lo tamu chasadecha,
meiolam kivinu lach.*

מוֹדִים אֲנַחְנוּ לָךְ שְׂאֲתָהּ הוּא יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
וְאֵלֵהִי אֲבוֹתֵינוּ לְעוֹלָם וָעֶד.
צוּר חַיֵּינוּ, מָגֵן יִשְׁעֵנוּ אַתָּה הוּא לְדוֹר וָדוֹר.
נֹדֵה לָךְ וְנִסְפָּר תְּהִלָּתְךָ, עַל חַיֵּינוּ הַמְּסוּרִים
בְּיָדְךָ, וְעַל נִשְׁמוֹתֵינוּ הַפְּקוּדוֹת לָךְ,
וְעַל נִסְיָךְ שֶׁבְּכָל יוֹם עִמָּנוּ,
וְעַל נִפְלְאוֹתֶיךָ וְטוֹבוֹתֶיךָ שֶׁבְּכָל עֵת,
עֶרֶב וּבֹקֶר וְצַהֲרַיִם. הַטּוֹב,
כִּי לֹא כָלוּ רַחֲמֶיךָ,
וְהַמְּרַחֵם, כִּי לֹא תָמוּ חַסְדֶּיךָ,
מֵעוֹלָם קִיִּינוּ לָךְ.

We gratefully acknowledge that You are Adonai
our God and God of our people,
the God of all generations.

You are the rock of our life, the power that shields us in every age.

We thank You and sing Your praises:

for our lives, which are in Your hands;

for our souls, which are in Your keeping;

for the signs of Your wondrous gifts at all times,
morning, noon, and night.

You are Goodness:

Your mercies never end;

You are Compassion: Your love will never fail.

You have always been our hope.

*V'al kulam yitbarach v'yitromam shimcha
malkeinu tamid l'olam va-ed.*

וְעַל כָּלֶם יִתְבָּרַךְ וַיִּתְרַומַם שְׁמֶךָ מְלַכְנוּ
תָּמִיד לְעוֹלָם וָעֶד.

On Shabbat Shuva:

Uch'tov l'chayim tovim kol b'nei v'ritecha

*V'chol hachayim yoducha selah,
vihal'lu et shimcha be-emet,
ha-eil y'shuateinu v'ezrateinu selah.*

כַּשֶּׁבֶת שׁוֹבָה:
וּכְתַב לְחַיִּים טוֹבִים כָּל בְּנֵי בְרִיתְךָ.

וְכָל הַחַיִּים יוֹדוּךָ סֵלָה,
וַיְהַלְלוּ אֶת שְׁמֶךָ בְּאֵמֶת,
הָאֵל יִשְׁוְעֵתָנוּ וְעִזְרָתָנוּ סֵלָה.

**Baruch atah Adonai,
hatov shimcha ul'cha na-eh l'hodot.**

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה,
הַטּוֹב שְׁמֶךָ וְלָךְ נָאֵה לְהוֹדוֹת:

For all these things, Sovereign God,
 let Your name be for ever exalted and blessed.
 All who live shall affirm You and praise Your name in truth,
 Adonai our Redeemer and Helper.
 Praised are You, Adonai, whose name is good,
 to whom all thanks is due.

7 – Shalom [Peace]

7 – ברכת שלום

*Sim shalom tovah uv' rachah,
 chein vacheshed v' rachamim,
 aleinu v'al kol yisra-eil v'al- ha-olam kulo.
 Bar'cheinu, avinu, kulanu k'echad b'or
 panecha, ki v'or panecha natata lanu,
 Adonai eloheinu,
 torat chayim v' ahavat chesed,
 utz' dakah uv' rachah v' rachamim
 v' chayim v' shalom,
 v'tov b'einecha l'vareich et am'cha yisra-eil
 v'eit ha-olam kulo
 b'chol eit uv'chol sha-ah bishlomecha.*

שִׁים שְׁלוֹם, טוֹבָה וּבְרָכָה,
 חֵן וְחֶסֶד וְרַחֲמִים
 עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְעַל הָעוֹלָם כּוּלוֹ.
 בְּרַכְנוּ, אָבֵינוּ, כְּלָנוּ כְּאַחַד בְּאוֹר פְּנֵיךָ.
 כִּי בְאוֹר פְּנֵיךָ נָתַתָּ לָנוּ,
 יְהוָה אֱלֹהֵינוּ,
 תּוֹרַת חַיִּים וְאַהֲבַת חֶסֶד,
 וּצְדָקָה וּבְרָכָה, וְרַחֲמִים
 וְחַיִּים וְשְׁלוֹם.
 וְטוֹב בְּעֵינֶיךָ לְבָרֵךְ אֶת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל
 וְאֶת הָעוֹלָם כּוּלוֹ
 בְּכָל עֵת וּבְכָל שְׁעָה בְּשְׁלוֹמְךָ.

On Shabbat Shuvah add:

*B'seifer chayim, b' rachah, v' shalom, ufarnasah tovah,
 nizacheir v'nikateiv l'fanecha, anachnu v'chol am'cha
 beit yisra-eil, l'chayim tovim ul' shalom.*

בשבת שובה:
 בְּסֵפֶר חַיִּים, בְּרָכָה וְשְׁלוֹם וּפְרָנְסָה טוֹבָה,
 נִזְכָּר וְנִכְתָּב לְפָנֶיךָ, אֲנַחְנוּ וְכָל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל,
 לְחַיִּים טוֹבִים וּלְשְׁלוֹם.

**Baruch atah Adonai,
 oseh ha-shalom.**

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ,
 עוֹשֵׂה הַשְּׁלוֹם.

May peace, happiness and blessing,
 grace and love and mercy
 descend upon us, and on all Israel Your people.
 Bless us, our Creator, one and all,
 with the light of Your presence;
 for by that light, O God,
 You have revealed to us the Torah of life;
 to love kindness, and justice, blessing and mercy, life and peace.
 It is good in Your eyes to bless Your people and all peoples
 at all times with Your peace.

Praised are You, Adonai,
 Maker of peace.

*Oseh shalom bimromav,
hu ya-aseh shalom aleinu,
v'al kol yisra-eil, v'al kol yoshvei tevel,
v'imru amen.*

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְוֹמָיו,
הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל
וְעַל כָּל יוֹשְׁבֵי תֵבֵל. וְאָמְרוּ: אָמֵן:

May the One who causes peace to reign in the high heavens,
grant peace to us, and to all Israel, and to all the world,
and let us say: Amen.

(Please be seated and take a moment for your own thoughts and prayers)

*Yitgadal v'yitkadesh sh'meih raba. [Amein]
B'al'ma di v'ra chiruteih, v'yamlich
malchuteih b'chayeichon uv'yomeichon
uv'chayei d'chol beit yisra-eil, ba-agala
uvizman kariv, v'imru **amein**.*

יִתְגַּדֵּל וְיִתְקַדֵּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. [אָמֵן]:
בְּעֵלְמָא דִּי בְּרָא כְרֵעוּתָהּ וְיִמְלִיךְ מַלְכוּתָהּ
בְּחַיֵּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל,
בְּעֵגְלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְאָמְרוּ: אָמֵן:

**Y'hei sh'meih raba m'varach l'alam
ul'al'mei al'maya.**

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ
לְעָלְמָא וְלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא:

*Yitbarach v'yishtabach v'yitpa-ar v'yitromam
v'yitnasei v'yithadar v'yitaleh v'yithalal
sh'meih d'kudsha b'rich hu,
l'eila (on Shabbat Shuva u-l'eila) min kol birchata
v'shirata tushb'chata v'nechemata, da-amiran
b'al'ma, v'imru **amein**.*

יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרֹמֵם וְיִתְנַשֵּׂא
וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא,
בְּרִיךְ הוּא.
לְעֵלָא (בשבת שובה ולעלא) מן כל ברכתא
וְשִׁירָתָא תִּשְׁבַּחְתָּא וְנַחֲמָתָא, דְאָמְרִין
בְּעֵלְמָא. וְאָמְרוּ: אָמֵן:

*Titkabeil tz'lot'hon uvaut'hon d'chol beit
yisra-eil kodam avuhon di vishmaya
v'imru **amein**.*

תִּתְקַבֵּל צְלוֹתְהוֹן וּבְעוֹתְהוֹן דְכָל בֵּית
יִשְׂרָאֵל קָדָם אַבוּהוֹן דִּי בְשַׁמַּיָּא וְאָמְרוּ אָמֵן:

*Y'hei sh'lama raba min sh'maya, v'chayim
tovim aleinu, al kol yisra-eil, v'al kol ba'ei olam
v'imru **amein**.*

יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא וְחַיִּים טוֹבִים
עָלֵינוּ עַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְעַל כָּל בְּאֵי עוֹלָם
וְאָמְרוּ: אָמֵן:

*Oseh shalom bimromav, hu ya-aseh shalom
aleinu, v'al kol yisra-eil, v'al kol yoshvei tevel,
v'imru **amein**.*

עוֹשֵׂה שְׁלוֹם בְּמְרוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם
עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְעַל כָּל יוֹשְׁבֵי תֵבֵל
וְאָמְרוּ: אָמֵן:

May all prayers and petitions of the entire House of Israel
be accepted by their Heavenly Source,
and let us say: **Amen!**

May there be good life for us,
for all Israel and for all those who walk the earth,
and let us say: **Amen!**

May the One who makes peace in the High Heavens
send peace to all of us,
to all of Israel,
and all who dwell on earth,
and let us say: **Amen!**

For Those in Need of Healing

*Mi sh'beirach avoteinu
Hu yivarech v'yir'rapeh et ha-cholim
bi'refuah sheimah,
refuat hanefesh v'refuat haguf.*

*Sh'yachkim et hametaplim bahem
b'yedah u'ba'kishraon
k'dei l'hakeil al machovam,
sh'y'varech otanu b'ahavah
k'dei sh'na'amod l'tzidam u'l'tzidei
mishpahoteihem.*

*El nah, r'fah nah lahem.
Yachad im kol haholim, v'nomar amen.*

May the One who blessed our ancestors
bless and heal all those who are ill
with a wholeness of body and of soul.
May God grant wisdom and knowledge
to those professionals who care for them that they may ease their pain.

May God bestow upon us love
that we may stand by their side
and by the side of their loved ones.

Please God, heal them!

Together with all those who are ill and let us say, Amen.

מי שברך לחולים

מי שברך אבותינו
הוא יברך וירפא את החולים
ברפואה שלמה,
רפואת הנפש ורפואת הגוף.

שיחכים את המטפלים בהם
בידע וכשרון
כדי להקל על מכאובם,
שיברך אותנו באהבה
כדי שנעמד לצדם
ולצדי משפחותיהם.

אל נא רפא נא להם.
יחד עם כל החולים, ונאמר אמן.

Mi sh'beirach avoteinu
M'kor ha-brachah l'imoteinu

מִי שִׁבְרַךְ אֲבוֹתֵינוּ
מִקּוֹר הַבְּרָכָה לְאִמּוֹתֵינוּ

May the source of strength
who blessed the ones before us,
help us find the courage
to make our lives a blessing
and let us say: Amen.

Mi sh'beirach imoteinu
M'kor ha-brachah l'avoteinu

מִי שִׁבְרַךְ אִמּוֹתֵינוּ
מִקּוֹר הַבְּרָכָה לְאֲבוֹתֵינוּ

Bless those in need of healing
with *refu'ah sh'leimah*
the renewal of body, the renewal of spirit
and let us say: Amen.

—Debbie Friedman

We Rise

Aleinu (Traditional modified)

*Aleinu l'shabei-ach la-adon hakol, lateit
g'dulah l'yotzeir b'reishit,*

*Va-anachnu kor'im
umishtachavim umodim,
lifnei melech malchei ham'lachim,
hakadosh baruch hu.*

עלינו לשבח

עלינו לשבח לאדון הכל,
לתת גדלה ליוצר בראשית,

ואנחנו כורעים
ומשתחווים ומודים
לפני מלך מלכי המלכים,
הקדוש ברוך הוא.

We rise to praise You, Source of all,
your generous work as Creator of all.
You made us one with all of Life,
you helped us to share with all humankind.
You linked our fate with all that lives,
and made our portion with all in the world.

And so, we bend the knee and bow,
acknowledging the sovereign
who rules above all those who rule,
the Holy Blessed One.

And then all that has divided us will merge
And then compassion will be wedded to power
And then softness will come to a world that is harsh and unkind

*And then both men and women will be gentle
And then both women and men will be strong
And then no person will be subject to another's will*

And then all will be rich and free and varied
And then the greed of some will give way to the needs of many
And then all will share equally in the Earth's abundance

*And then all will care for the sick and the weak and the old
And then all will nourish the young
And then all will cherish life's creatures*

And then all will live in harmony with each other and the Earth

And then everywhere will be called Eden once again.

—Judy Chicago

*V'ne-emar, v'hayah Adonai l'melech al kol ha-
aretz, bayom hahu yihyeh Adonai echad,
ush'mo echad.*

וְנֹאמַר: וְהָיָה יְהוָה לְמֶלֶךְ עַל כָּל הָאָרֶץ.
בַּיּוֹם הַהוּא יִהְיֶה יְהוָה אֶחָד
וּשְׁמוֹ אֶחָד:

As it is written:
On that day Adonai will be One and God's name will be One.

Mourner's Kaddish

קדיש אבליים

Yitgadal v'yitkadash sh'meih raba. [Amein]
B'al'ma di v'ra chiruteih, v'yamlich
malchuteih b'chayeichon uv'yomeichon
uv'chayei d'chol beit yisra-eil, ba-agala
uvizman kariv, v'imru **amein**.

יִתְגַּדֵּל וַיִּתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. [אָמֵן]:
בְּעֵלְמָא דִּי בְּרָא כְרַעוּתָהּ וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ
בְּחַיִּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל,
בְּעֵגְלָא וּבְזִמְן קָרִיב, וְאָמְרוּ: אָמֵן:

Y'hei sh'meih raba m'varach
l'alam ul'al'mei al'maya.

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ
לְעָלַם וּלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא:

Yitbarach v'yishtabach v'yitpa-ar
v'yitromam v'yitnasei v'yithadar v'yitaleh
v'yithalal sh'meih d'kudsha b'rich hu, l'eila
(on Shabbat Shuva u-l'eila) min kol birchata
v'shirata tushb'chata v'nechemata, da-amiran
b'al'ma, v'imru **amein**.

יִתְבָּרַךְ וַיִּשְׁתַּבַּח וַיִּתְפָּאֵר וַיִּתְרֹמַם וַיִּתְנַשֵּׂא
וַיִּתְהַדָּר וַיִּתְעַלֶּה וַיִּתְהַלֵּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא,
בְּרִיךְ הוּא. לְעֵלְא (בְּשַׁבַּת שׁוּבָה וּלְעֵלְא) מִן כָּל
בְּרַכָּתָא וְשִׁירָתָא תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחֲמָתָא,
דְאָמְרִין בְּעֵלְמָא. וְאָמְרוּ: אָמֵן:

Y'hei sh'lama raba min sh'maya, v'chayim
tovim aleinu, al kol yisra-eil, v'al kol ba'ei
olam v'imru **amein**.

יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא וְחַיִּים טוֹבִים
עָלֵינוּ עַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְעַל כָּל בְּאֵי עוֹלָם
וְאָמְרוּ: אָמֵן:

Oseh shalom bimromav, hu ya-aseh shalom
aleinu, v'al kol yisra-eil, v'al kol yoshvei tevel,
v'imru **amein**.

עוֹשֵׂה שְׁלוֹם בְּמְרוֹמָיו הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם
עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְעַל כָּל יוֹשְׁבֵי תֵבֵל
וְאָמְרוּ: אָמֵן:

Let the glory of God be extolled [Amen].
Let God's great name be hallowed in the world whose creation Adonai willed.
May God's sovereignty soon prevail in our own day, our own lives,
and in the life of all Israel, and let us say: **Amen**.

Let God's great name be blessed forever and ever.

Let the name of the Holy Blessed One be glorified, exalted, and honored,
though Adonai is beyond all the praises, songs, and adorations that we can utter,
and let us say: **Amen**.

May there be good life for us,
for all Israel and for all those who walk the earth,
and let us say: Amen!

May God, who makes peace on high, bring peace to us, to all Israel,
and to all those who live on earth, and let us say: **Amen**.