

# Morning Davening, Renewal



By Miryam (Margo) Wolfson

**Translations from Rabbi Zalman Schachter-Shalomi's Siddur Tehilat Adonai Yidaber Pi, and Adamah from Open Siddur Project [opensiddur.org](http://opensiddur.org), from Sefaria, Miryam Wolfson, and Rabbi Marc Labowitz, spiritual director of Temple Adath Or, the Renewal Synagogue of South Florida**

Short Meditative Guide to Shacharit/ Morning Service

**Assiyah** - first level, the physical awareness.

-I am alive! So many miracles. Hear your heartbeat, feel your breath.

-Mah Tov, there is goodness. I am in relationship with the Holy One

**Yetzirah**- second level, emotional awareness.

-Allow song and poetry to make my heart sing and my soul soar

**Beriyah** -third level, enlightenment

-Connect to others. We are more than the sum of our parts.

Together we can offer praise to the One

-Yotzer Ohr, there is Light, it is awe inspiring.

-Ahavah, there is Love, we are loved.

-SHEMA deep listening, One-ness. We will love.

-Mi Chamocha- we have been redeemed

**Atzilut** -Spiritual awareness, highest level.

Amida, Standing in the Presence

**B'riyah** -Torah

**Atzilut** - Song

**Assiyah** - Alenu, it's up to us

-Kaddish Yatom - supporting those in loss.

Note from Reb Zalman Schachter-Shalomi whose translations are freely used here:

I translated the Psalms and the liturgy in the way in which I experience them in my feeling consciousness. This does not offer the 'pshat', the literal meaning of the words, but the devotional interpretation that can make it a prayer of the heart...

You may need to pick some paragraphs from each plane of prayer if all of it is too much for you. Some days you may wish to vary some parts and say others. This 'siddur' is meant to help you stay in daily touch with God, to gain blessed assistance from God, to lighten your burdens, not to add to them.

Then recite some of the sentences of blessings and proceed with your daily tasks.

May you experience your praying as a blessed meeting with your God.

Reb Zalman Schachter-Shalomi From [Open Siddur](#).

Images are public domain, unless indicated. One more note: the four letter name of G\*d YHVH is not to be pronounced. Traditionally davenners say "Adonai". Reb Zalman has used Yah, an ancient name of G\*d. I have often used Havayah, combining Yah with HVH- "being" and resonant with Ahavah, Love.

.



photo credit: R. Charles Wolfson

## 1. Level One, Assiyah

*Modeh/Modah Ani lefanekha  
ruah hai v'kayam*

I am grateful before You  
living and enduring spirit.

**2. How good** are your tents oh  
Jacob, your dwellings oh Israel,

*Mah Tovu*, what goodness

Underneath this canopy we share  
2X

As for me, I know I walk on holy  
ground

I promise you to look up to the sky

and offer up, Oh Holy One

My awe to you, *B'yiratecha*

Oh Holy One, I have loved you,  
for it is you that has designed me! I  
am grateful, overwhelmed by Your  
love, *Adonai Osi*

מוֹדָה/מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ

רוּחַ חַי וְקַיָּם:

מֵה־טֹבוֹ אֵהְלִיךָ, יַעֲקֹב;

מִשְׁכְּנֹתֶיךָ, יִשְׂרָאֵל:

וְאֲנִי בְּרֹב חֲסִדֶיךָ אָבּוֹא בֵּיתְךָ

אֲשֶׁתְּחַוֶּה אֶל הַיְכָל־קִדְשֶׁךָ

בִּירְאָתְךָ:

יְהוָה אֶהְבֹּתִי מֵעוֹן בֵּיתְךָ וּמְקוֹם

מִשְׁכַּן כְּבוֹדְךָ: וְאֲנִי אֲשֶׁתְּחַוֶּה

וְאֶכְרַעַה אֶבְרָכָה לְפָנֶי יְהוָה עֲשֵׂי:

וְאֲנִי תִפְלֵת־יִלְדָה יְהוָה יַעֲת רְצוֹן

אֱלֹהִים בְּרֹב־חֲסִדֶיךָ עֲנֵנִי

בְּאַמַּת יִשְׁעֶךָ

And as for me, Oh Holy One, may  
I be my prayer to You, at this time  
of desire, Elohim, in your great  
love please answer me, your truth  
will set me free

3. Child of Earth, why are you  
asleep?

Child of humanity, why are you  
asleep?

Awake and pour out your prayers.

Child of humanity, why are you  
asleep?

Awake and call out to your creator!

בְּן אָדָם מַה לְּךָ נִרְדָּם  
קוּם קְרָא בְּתַחֲנוּנִים  
בְּן אָדָם מַה לְּךָ נִרְדָּם  
קוּם קְרָא אֵל אֱלֹהֶיךָ

Master of the Universe, weaver of  
worlds, with love and longing You  
created all! Surrounded by the  
loving Source infused within the  
light, Banishing my fears, in the  
long night.

Caring for my life, You redeem me,

אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מְלַךְ,  
שְׁכִינָה אֲשֶׁר מְלַכָּה  
בְּטָרֵם כָּל יְצִיר נִבְרָא...  
בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחִי, בְּעֵת אִישׁוֹן  
וְאֶעֱרָה:  
וְעַם רוּחִי גּוֹיָתִי, יְהוָה לִי וְלֹא

**5A. For the Body** I worship You,  
HavaYah, our God, Cosmic  
Majesty. You formed me, a human  
being, so wisely.

You created in me all kinds of  
hollows and ducts, Inner organs  
and intestines.

As I am all transparent to You, it is  
apparent and clear, that if any of  
these that need to be open would  
clog, or any of these which need to  
be enclosed would seep,

I could not exist and live in Your  
sight, not even for a moment. So I  
am grateful And bless You, For  
healing me, In amazing ways

בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ  
הָעוֹלָם אֲשֶׁר יָצַר אֶת־הָאָדָם  
בְּחִכְמָה וּבָרָא בּוֹ נְקָבִים וְנְקָבִים  
חֲלוּלִים חֲלוּלִים גְּלוּי וַיְדוּעַ לְפָנַי  
כִּסָּא כְבוֹדְךָ שָׁאֵם יִפְתַּח אֶחָד  
מֵהֶם אוֹ יִסְתֵּם אֶחָד מֵהֶם אִי  
אֶפְשֶׁר לְהִתְקִים וְלַעֲמֹד לְפָנֶיךָ  
אֶפִּילוּ שָׁעָה אַחַת.  
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה רֹפֵא כָּל־בָּשָׂר  
וּמְפַלֵּא לַעֲשׂוֹת:

**5B.** My G\*d, the soul that You  
have given me, She is pure! You  
created and formed it and placed it

אֱלֹהֵי נְשָׁמָה שֶׁנִּתְּתָ בִּי טְהוֹרָה  
הִיא אַתָּה בְּרָאתָה אַתָּה יִצְרָתָה  
אַתָּה נִפְחָתָה בִּי וְאַתָּה מִשְׁמְרָה

within me and guard it closely.

*Elohai, neshamah she-natata bi,  
tehorah hi!*

I am grateful for this breath of life,  
this soul.

Blessed are You HavaYah, for  
returning soaaul breath to lifeless  
bodies.

*Baruch Atah Adonai,  
haMachazir n'shamot l'fgarim  
meitim.*

בְּקִרְבִי וְאַתָּה עֲתִיד לְשָׁלֵה מִמֶּנִּי  
וְלִהְיֶזְזִירָה בִּי לְעֲתִיד לְבֹא, כָּל זְמַן  
שֶׁהַנְּשָׁמָה בְּקִרְבִי מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ  
יְהוָה אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי רַבּוֹן כָּל  
הַמַּעֲשִׂים אֲדוֹן כָּל הַנְּשָׁמוֹת: בְּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה הַמַּחְזִיר נְשָׁמוֹת  
לְפִגְרִים מֵתִים

6.

Blessed are You, Havayah our God,  
Master of the Universe, You  
sanctify us with Your  
commandments and commanded  
us to be engrossed in the words of  
Torah:

I am here and ready to take upon  
myself

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ  
הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו  
וְצִוָּנוּ לְעֲסֹק בְּדִבְרֵי תוֹרָה:

הֲרִינִי מִקַּבֵּל עָלַי  
אֶת מִצְוֹת הוֹבֵרָא  
וְאֶהְבֵת לְרַעַךְ כָּמוֹךְ

*Hareini mekabel alai et mitzvat*

*haBoreh*

the mitzvah to love my near one as  
I love myself.

*v'ahavta l'rei'acha kamocho,*

7. How precious is Your love, Oh  
Holy One; we children of earth  
take refuge in the shadow of Your  
wings. They will be filled from the  
abundance of Your House, and  
from the stream of Your delights  
You will give them to drink. For  
with You is the source of life, in  
Your light we see light. You stretch  
out Your love to those who know  
You, and Your righteousness to the  
straight of heart

8. In the name of G\*d,

God of Yisra-El.

On my right is MikhaEl,

on my left Gavri-El,

מֵהַיְקָר חֲסִדְךָ אֱלֹהִים וּבְנֵי אָדָם  
בְּצֵל כְּנָפֶיךָ יַחֲסִיוּ: יְרוּיָן מִדְּשָׁן  
בֵּיתְךָ וְנַחַל עֲדָנֶיךָ תִּשְׁקֵם: כִּי־עַמְּךָ  
מִקּוֹר חַיִּים, בְּאוֹרְךָ נִרְאָה־אוֹר:  
מִשֹּׁךְ חֲסִדְךָ לְיַדְעֶיךָ וְצַדִּיקְתְּךָ  
לְיִשְׂרָאֵל־ב

*B shem Hashem Elohei  
Yisrael, Mimini Mikhael,  
mismoli Gavriel, u milfanai  
Oriel, me ahorai Refael. V al  
roshi, v al roshi shekhinat E*



in front of me Uri-El,

behind me Refa-El.

Above my head and inside me,

is Shechinah

9. As a gazelle yearns for streaming waters,

so does my soul yearn for you, God.

*K'ayal Ta-arog al Afikay Mayim*

*Ken nafshi ta-arog eilecha YHVH*

10. These are precepts for which no fixed measure is prescribed:

[leaving] the corner [of a field unharvested], [the offering of] the first fruits, the appearance-offering, [performing] deeds of kindness, and the study of Torah.

These are precepts, the fruits of which humans enjoy in this world,

כאיל תערג על אפיקי מים

כן נפשי תערג אליך יהוה

אלו דברים שאין להם שעור

הפאה והבפורים והראיון וגמילות

חסדים ותלמוד תורה: אלו דברים

שאדם אוכל פרותיהם בעולם

הזה והקרון קנימת לעולם הבא,

ואלו הן

כבוד אב ואם

וגמילות חסדים

והשכמת בית המדרש שחרית

וערבית והכנסת אוהלים

[while] the principal is preserved  
for them in the World-to-Come.

They are: honoring father and  
mother, deeds of loving kindness,

early to the house of study  
morning evening,

providing hospitality to guests,

visiting the sick,

gathering with at weddings,

accompanying the dead,

concentrating on the meaning of  
prayers, making peace between  
people and between husband and  
wife— and the study of Torah is  
able to face them all.

וּבְקוֹר חוֹלִים

וְהַכֹּנֶסֶת כָּלֶּה

וּלְוֵית הַמֵּת

וְעִיּוֹן תְּפִלָּה

וְהַבָּאֵת שְׁלוֹם בֵּין אָדָם לְחֵבְרוֹ

וּבֵין אִישׁ לְאִשְׁתּוֹ

וְתִלְמוּד תּוֹרָה כְּנֶגֶד כָּלֶּם:

## 11. Birchot haShachar

**Barukh attah Havayah, I offer  
You thanks, Cosmic Majesty And  
worship You, For giving me the**

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מְלֶכֶךְ

הָעוֹלָם אֲשֶׁר נָתַן לִשְׁכּוֹי בֵּינָה

לְהַבְחִין בֵּין יוֹם וּבֵין לַיְלָה:

gift (rooster) to know day from night. (you may repeat bold words to continue)

B'rukha - For making me more than my body, emotions and ego, *she-lo asani gavi*

Barukh-For making me free, not enslaved!

B'rukha- For shaping my life in Your image.

Barukh-For giving sight to my eyes.

B'rukha — For giving me clothes to wear.

Barukh — For giving free movement to my limbs

B'rukha — For helping me to stand upright.

Barukh — For spreading earth over the waters.

בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם שְׁלֹא עָשִׂתָּנִי גוֹי  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹה אֱלֹהֵינוּ מִלְּךְ  
הָעוֹלָם שְׁלֹא עָשִׂתָּנִי עֶבֶד:  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם שְׁעָשִׂתָּנִי כְּרִצוֹנָה  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹה אֱלֹהֵינוּ מִלְּךְ  
הָעוֹלָם פּוֹקֵחַ עֲוֹרִים  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם מְלַבֶּשֶׁת עֲרָמִים  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹה אֱלֹהֵינוּ מִלְּךְ  
הָעוֹלָם מְתִיר אֲסוּרִים:  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם זוֹקֶכֶת כְּפּוֹפִים:  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹה אֱלֹהֵינוּ מִלְּךְ  
הָעוֹלָם רוֹקֵעַ הָאָרֶץ עַל הַמַּיִם  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם שְׁעָשִׂתָּה לִּי כָּל־צַרְכֵי  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹה אֱלֹהֵינוּ מִלְּךְ  
הָעוֹלָם הַמְכִּין מִצְעָדֵי גֶבֶר  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ

Barukh — For leading my steps in the right direction.

B'rukha — For providing for all my needs.

Barukh — For giving me strength among other Jews

Barukh — For crowning me with beautiful harmony.

B'rukha — For taking my weariness And giving me energy.

Barukh — For removing The last trace of sleep from my eyes

הָעוֹלָם אוֹזְרֵת יִשְׂרָאֵל בְּגִבּוֹרָה  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ  
הָעוֹלָם עוֹטֵר יִשְׂרָאֵל בְּתַפְאָרָה  
בְּרוּכָה אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ רוּחַ  
הָעוֹלָם הַנוֹתֵן לַיַּעַף כֹּחַ:  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ  
הָעוֹלָם הַמַּעְבִּיר שְׁנָה מֵעֵינַי  
וְתוֹמָה מַעֲפֹעֵפַי:

12. How good is our portion.

We are fortunate!

How pleasant is our destiny!

How beautiful is our heritage!

We are fortunate we who rise early  
and stay late in synagogues and

כְּבוֹד מְלֻכוֹתָיְךָ יְהוָה אֶחָד: אֲשֶׁרֵינוּ  
מָה טוֹב חֶלְקֵנוּ!  
וּמָה נְעִים גּוֹרְלֵנוּ  
וּמָה יָפָה יְרֻשָּׁתֵנוּ:  
אֲשֶׁרֵינוּ  
כְּשָׂאֵנוּ מִשְׁכִּימִים וּמַעֲרִיבִים  
בְּבֵיתִי כְּנִסְיֹת וּבְבֵיתִי מִדְּרָשׁוֹת

houses of study and unify

וּמִיַּחַדִּים שְׁמֶךָ בְּכָל-יוֹם

Your name each day, always and

וְאוֹמְרִים פַּעַמַּיִם בְּאַהֲבָה: :

Lovingly say twice each day:

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ

יְהוָה אֶחָד:

Listen up, you G\*d wrestlers,

HavaYah is our G\*d Adonai is One

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלְכוּתוֹ לְעוֹלָם

וְעַד:

Blessed is the Name,

whose Glorious Presence is forever.

### 13. I call to You, Oh Holy One

אֵלֶיךָ יְהוָה אֶקְרָא

I call to You, oh Holy One

וְאֶל-אֲדֹנָי אֶתְחַנּוּן:

I plead with You, Adonai

מִהַ-בְּצַע בְּדָמִי

What use is there in my death

בְּרִדְתִּי אֶל-שְׁחַת

To go down to ruin

הַיּוֹדֵךְ עֶפֶר

Can dust appreciate You

הַיִּגִּיד אֶמְתָּךְ:

Can it discern Your Truth

שְׁמַע-יְהוָה

Listen, HavaYah

וְחַנּוּנִי

Be kind to me

יְהוָה הֲיִה-עֲזֹר לִי:

HavaYah, Please help me

You turned my grieving

יב הַפְּכֶת מִסְפְּדִי

Into dancing.

You took off my rags

לְמַחֹל לִי

And wrapped me in joy  
Now, Your Glory is my song  
I won't hold back  
HavaYah, my God  
I will ever be grateful

פְּתַחְתָּ שְׂקִי  
וְתֵאַזְרְנִי שְׂמֵחָה:  
יִגְלַמְעֵן | יִזְמַרְךָ כְּבוֹד  
וְלֹא יֵלֵם  
יְהוָה אֱלֹהֵי  
לְעוֹלָם אָדָּךְ:



#### 14. Entering the world of Yetzirah

Siddur Ashkenaz, Weekday,  
Shacharit, Pesukei Dezimra,  
Barukh She'amar 2

Blessed One, You talked the  
Worlds

Into being. What a Blessing, You!

Blessed One, Your Word Makes for  
becoming. What a blessing, Your  
Name.

Blessed One, Your word makes for  
becoming

Blessed One, You decree and  
sustain.

Blessed One, Your love enwombs  
the Earth

Blessed One, Your love sustains all  
creatures

Blessed One, You reward those who  
respect Your Creation. Blessed  
One, Ever Alive,  
Ever confirming existence.

סידור אשכנז, ימי חול, תפילת  
שחרית, פסוקי דזמרה, ברוך  
שאמר ב'

ברוך שאמר והיה העולם.

ברוך הוא.

ברוך עושה בראשית.

ברוך אומר ועושה.

ברוך גוזר ומקים.

ברוך מרחם על הארץ.

ברוך מרחם על הבריות.

ברוך משלם שכר טוב ליראיו.

ברוך חי לעד וקים לנצח. ברוך

פודה ומציל. ברוך שמו. ברוך

אתה יהוה אלהינו מלך העולם

האל האב הרחמן המהלל בפי

עמו משבח ומפאר בלשון חסידיו

Blessed One, You make us free,  
You rescue us!

Unifier, You are the life of  
universes!

**Baruch attah HavaYah, melech  
m'hulal batishbachot.**

וְעַבְדְּךָ וּבְשִׁירֵי דָוִד עֲבַדְךָ. נְהַלְלְךָ  
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּשִׁבְחוֹת וּבְזִמְרוֹת  
וּנְגִידָה וּנְשִׁבְחָה וּנְפָאֵרָה וּנְזַכִּיר  
שְׁמֶךָ וְנַמְלִיכְךָ מִלְּפָנֵינוּ אֱלֹהֵינוּ.  
יְחִיד חַי הָעוֹלָמִים. מֶלֶךְ מְשַׁבַּח  
וּמְפָאֵר עֲדֵי־עַד שְׁמוֹ הַגָּדוֹל. בְּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה מֶלֶךְ מְהֻלָּל  
בַּתְּשִׁבְחוֹת:

### 15A. A song of Gratitude

The whole earth sings a song to the  
One

I will serve the Holy One in Joy,

Before You I will offer up my heart  
in song!

### מְזִמּוֹר לְתוֹדָה

הָרִיעוּ לַיהוָה כָּל־הָאָרֶץ:

עֲבַדוּ אֶת יְהוָה בְּשִׂמְחָה

בָּאוּ לְפָנָיו בְּרִנָּה:

### 15B. Ashrei

Joy can come to one who knows  
They are in Your house

אֲשֶׁרִי יוֹשְׁבֵי בֵיתְךָ עוֹד יְהַלְלוּךָ  
סְלָה: אֲשֶׁרִי הָעַם שָׁכְנָה לוֹ אֲשֶׁרִי  
הָעַם שִׁיְהוּהוּ אֱלֹהָיו:



There is serenity among the people  
Who have You, as their God  
David's alef bet Praise!  
I will raise You up My God, My  
Sovereign.  
In all I do, I will offer praise to You  
Every day I will offer You my  
appreciation  
And I will cheer You In all I do  
Magnificent are You, Oh Holy  
One And much appreciated  
But, Your true greatness Is beyond  
knowing  
One generation transmits its  
excitement to the next telling them  
how amazing You are.  
Your glorious Presence is beautiful  
In all I do I delight to tell of Your  
Marvels  
While others may speak of Your  
awesome power I stress Your great  
kindness  
We remember Your great goodness  
and sing of Your fairness  
Full of grace and compassion are  
You Holy One, and patient and

תְּהִלָּה לְדָוִד  
אֲרוֹמְמֶךָ אֱלֹהֵי הַמֶּלֶךְ וְאַבְרָכָה  
שִׁמְךָ לְעוֹלָם וָעֶד:  
בְּכָל-יּוֹם אֲבָרְכֶךָ וְאֶהְלֶלְהָ שִׁמְךָ  
לְעוֹלָם וָעֶד  
גָּדוֹל יְהוָה וּמְהִלָּל מְאֹד וְלִגְדֻלְתּוֹ  
אֵין חֵקֶר:  
דּוֹר לְדוֹר יִשְׁבַּח מַעֲשֵׂיךָ וּגְבוּרָתֶיךָ  
יִגִּידוּ: הַדֵּר כְּבוֹד הַיּוֹדֶה וְדַבְרֵי  
נִפְלְאוֹתֶיךָ אֲשֵׁיחָה: וְעִזּוֹז נוֹרְאוֹתֶיךָ  
יֹאמְרוּ וּגְדֻלְתֶּךָ אִסְפְּרֶנָּה:  
זָכַר רַב-טוֹבֶךָ יִבְיְעוּ וְצִדְקָתֶךָ יִרְנְנוּ:  
חֲנּוּן וְרַחֲמוֹם יְהוָה אֲרַךְ אַפָּיִם וּגְדֻל-  
חֶסֶד:  
טוֹב-יְהוָה לְכָל וְרַחֲמָיו עַל-כָּל-  
מַעֲשָׂיו:  
יִזְדוֹף יְהוָה כָּל-מַעֲשָׂיךָ וַחֲסִידֶיךָ  
יִבְרָכֶכָה:  
כְּבוֹד מְלִכוּתֶךָ יֹאמְרוּ וּגְבוּרָתֶךָ  
יִדְבְּרוּ:  
לְהוֹדִיעַ לְבַנֵּי הָאָדָם גְּבוּרָתֶיךָ

loving

You, HavaYah, are good to all of us  
that You have made, You hold in  
Your tenderness

We, who are fashioned by You are  
grateful, In fervent devoutness we  
bless You

We talk of the honor of Your  
Presence

And draw our energy from Your  
power

We meditate on your energy and  
the beauty of Your majestic  
Presence

Your domain embraces universes,  
Your authority is recognized  
through the generations

You lift us up when we have fallen  
and straighten us when we are  
bent, discouraged

We look up to You with hope and  
trust that You will provide for us  
when the time is right

The great Hand opens and satisfies  
life's desires

You are a Tzaddik in all your path,

וּכְבוֹד הַדֶּר מְלָכוּתוֹ:

מְלָכוּתְךָ מְלָכוּת כָּל-עֲלָמִים  
וּמְשַׁלְתְּךָ בְּכָל-דָּוָר וְדָר:

סוּמְךָ יְהוָה לְכָל-הַנְּפִלִים וְזוֹקֵךְ  
לְכָל-הַכְּפוּפִים:

עֵינֵי-כָל אֱלֹהִים יִשְׁבְּרוּ וְאַתָּה נוֹתֵן-  
לָהֶם אֶת-אֲכָלָם בְּעֵתוֹ:

פּוֹתַח אֶת-יְדֶיךָ וּמְשַׁבֵּיעַ לְכָל-חַי  
רְצוֹן:

צַדִּיק יְהוָה בְּכָל-דַּרְכָּיו וְחָסִיד בְּכָל-  
מַעֲשָׂיו:

קָרוֹב יְהוָה לְכָל-קוֹרְאֵיו לְכָל אֲשֶׁר  
יִקְרָאֵהוּ בְּאַמֶּת:

רְצוֹן-יִרְאֵיו יַעֲשֶׂה וְאֶת-שׁוֹעֲתָם  
יִשְׁמַע וְיוֹשִׁיעֵם:

שׁוֹמֵר יְהוָה אֶת-כָּל-אֲהָבָיו וְאֶת  
כָּל-הַרְשָׁעִים יִשְׁמִיד:

תְּהִלַּת יְהוָה יִדְבַר פִּי וַיְבָרֵךְ כָּל-  
בְּשָׂר שֵׁם קְדֹשׁוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

וְאֲנַחְנוּ נְבָרֵךְ יְיָ מֵעַתָּה וְעַד-עוֹלָם  
הַלְלוּיָהּ:

and loving in Your works  
 You are close to us when we cry out  
 to You in truth and sincerity  
 The desires of those in awe of you  
 are fulfilled, You listen and can save  
 us.  
 You guard all who love you, and  
 diminish wickedness  
 The words of my mouth offer  
 praise, and my very body will too.  
 And we will praise Yah, from now  
 until forever. Hallelu-Yah!

**.16**

**Psalm 148**

**Hallelu-Yah** Applaud and  
 cheer Yah  
 from the heavens

הַלְלוּ יְהוָה |  
 הַלְלוּ אֶת־יְהוָה מִן־הַשָּׁמַיִם

Praise G\*d the most sublime  
 Angel assembly, sing Hallel  
 Heaven hosts, sing Hallel

הַלְלוּהוּ בַּמְרוֹמִים:  
 הַלְלוּהוּ כָּל־מַלְאָכָיו  
 הַלְלוּהוּ כָּל־צְבָאוֹ [צְבָאוֹ:]

Hallel!, too, sun and moon  
Hallel!, also, stars of light  
Jubilation from the heavens  
of heavens  
From the streams of endless  
space  
He has decreed your existence  
Praise G\*d and be grateful  
for life  
He fortified you to last long  
Set a directive that cannot be  
disobeyed  
Hallel!, too, from earth  
From dragons and deep  
canyons  
Fire, hail, snow and fog  
Tempests and storms Obeying  
his word  
Mountains, Hallel and hills  
echo  
Fruit trees and cedars sway

הַלְלוּהוּ שֶׁמֶשׁ וְיָרֵחַ  
הַלְלוּהוּ כָּל-כּוֹכְבֵי אֹרֶן:  
הַלְלוּהוּ שָׁמַי הַשָּׁמַיִם  
וְהַמַּיִם אֲשֶׁר | מֵעַל הַשָּׁמַיִם:  
יִהְיֶה לְךָ אֶת-שֵׁם יְהוָה  
כִּי הוּא צִוָּה וְנִבְרָאוּ:  
וַיַּעֲמִידֵם לְעֵד לְעוֹלָם  
חֻק־נִתְּנוּ וְלֹא יִעָבֹר:  
הַלְלוּ אֶת-יְהוָה מִן-הָאָרֶץ  
תְּנִינִים וְכָל-תְּהוֹמוֹת:  
אֵשׁ וּבָרָד שֶׁלֶג וְקִיטּוֹר  
רוּחַ סְעָרָה עֲשֵׂה דְבָרוֹ:  
הַהָרִים וְכָל-גְּבָעוֹת  
עֵץ פְּרִי וְכָל-אֲרָזִים:  
הַחַיָּה וְכָל-בְּהֵמָה  
רֶמֶשׁ וְצִפּוֹר כָּנָף:  
מַלְכֵי-אָרֶץ וְכָל-לְאֻמִּים  
שָׂרִים וְכָל-שִׁפְטֵי אָרֶץ:

---

their praise

Wild and tame creatures

Creepers and winged birds

Hallel!, too, rulers and judges  
of nations

---

Lads and lasses, Hallel, elders  
and youths

בַּחֹרִים וְגַם-בְּתוֹלוֹת  
זְקֵנִים עַם-נְעָרִים:

---

All of you, praise Yah's Name  
His very Name, is so  
transcendent

יְהִלְלוּ | אֶת-שֵׁם יְהוָה  
כִּי-נִשְׁגָּב שְׁמוֹ לְבָדוֹ

---

His glory is reflected by  
Heaven and Earth  
Grand is the fate of his  
people his devout ones  
In constant adoration  
Hallelu-Yah those intimate  
and close to him

הוֹדוּ עַל-אֶרֶץ וְשָׁמַיִם:  
וַיִּרְם קָרוֹן | לְעַמּוֹ  
תְּהִלָּה לְכָל-חֲסִידָיו  
לְבְנֵי יִשְׂרָאֵל  
עַם-קָרְבּוֹ הַלְלוּ-יָהּ:

---

You Children of Yisrael,

**Hallelu-Yah**

---

## 17. Psalm 150

**Hallelu-Yah!** Attune to God in

holiness

be in awe of God who is mighty in  
the heavens

mark God for His potent acts

praise God for Her generosity

Salute God with trumpet sound

hail God with the strings and harp

Worship God with drum and

dance

Intone to God with organ and flute

Make rhythm to God with

crashing cymbals

praise God with cymbals that ring

out

Let all souls who breathe praise Yah

**Hallelu-Yah**

הַלְלוּ יְהוָה | הַלְלוּ-אֱלֹהִים בְּקִדְשׁוֹ

הַלְלוּהוּ בְּרִקְיעַ עֲזוֹ:

הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו

הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדֻלּוֹ:

הַלְלוּהוּ בְּתַקְעַ שׁוֹפָר

הַלְלוּהוּ בְּנִבְּל וְכִנּוֹר:

הַלְלוּהוּ בְּתֹף וּמְחֹל

הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעוּגָב:

הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי-שִׁמְעַ

הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה:

כֹּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה

הַלְלוּ-יְהוָה:

**18.** You are my strength and my  
song, Yah;

Yah, you have become my salvation

עָזִי וְזִמְרַת יְהוָה

וַיְהִי לִי לִישׁוּעָה:

*Ozi Vezimrat Yah, Va'ye-hee li li-  
shu-ah*

19. May Your Name be praised  
Always, Majestic One.

Powerful and gentle Source,  
Making Heaven and Earth, sacred.  
It is our pleasure  
To dedicate to you,  
Our god and our parents' god,  
Time and again:  
Music and Celebration,  
Jubilation and Symphony,  
Fortissimo, Anthem,  
Victory March, Largo, Forte,  
Paeon and Hymn,  
Sanctus and maestoso,  
Laudo and Aria,  
Celebrating  
Your Divine reputation  
In every realm.  
We worship you, Yah,  
Generous, Great, Regal One,  
Who is the One,

יִשְׁתַּבַּח שְׁמֶךָ  
לְעַד מְלִכְנוּ.  
הָאֵל הַמְּלֶךְ הַגָּדוֹל  
וְהַקְּדוֹשׁ בַּשָּׁמַיִם וּבָאָרֶץ.  
כִּי לְךָ  
נִאֲמָה יְהוָה  
אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ  
שִׁיר וְשִׁבְחָה.  
הַלֵּל וְזִמְרָה.  
עוֹז וּמְמִשְׁלָה.  
נִצָּח גְּדֻלָּה וּגְבוּרָה.  
תְּהִלָּה וְתִפְאֶרֶת.  
קְדוּשָׁה וּמְלָכוּת:  
בְּרָכוֹת  
וְהוֹדָאוֹת  
לְשִׁמְךָ הַגָּדוֹל וְהַקְּדוֹשׁ.  
וּמֵעוֹלָם וְעַד עוֹלָם אַתָּה אֵל

to whom we offer all these.  
Our god, whom we appreciate,  
Source of all wonder,  
Fountain of all souls,  
Author of all that happens,  
Who delights in music and chant,  
Origin of Unity.  
You are the Life  
That flows  
Through all the worlds. Amein

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה.  
אל מֶלֶךְ גָּדוֹל וּמְהֻלָּל בְּתַשְׁבְּחוֹת.

אל הַהוֹדָאוֹת.  
אֲדוֹן הַנִּפְלְאוֹת.  
בוֹרֵא כָּל הַנְּשָׁמוֹת.  
רְבוֹן כָּל הַמַּעֲשִׂים.  
הַבוֹחֵר בְּשִׁירֵי זְמֵרָה.  
מֶלֶךְ אֵל חַי הָעוֹלָמִים

אָמֵן

Siddur Sefard, Weekday Shacharit,  
Yishtabach 6  
**20.**\*The most beautiful sound I  
ever heard in this world is Your  
name. It is Great Goodness, and  
loving kindness, and wisdom and  
majesty, all rolled into One. May  
we soon find ourselves in a world  
ruled by Your Essence in our own  
days and our children's days. And  
let us say Amein!

סידור ספרד, שחרית לימות  
החול, 'ישתבח ו'  
יִתְגַּדֵּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא  
בְּעֵלְמָא דִּי בְּרָא כְרַעוּתֵיהּ וְיִמְלִיךְ  
מְלְכוּתֵיהּ בְּחַיִּיכוֹן וּבְיֻמֵיכוֹן וּבְחַיִּי  
דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעֵגְלָא וּבְזִמְן  
קָרִיב וְאָמְרוּ אָמֵן:  
יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלַם



May G\*d's Name be blessed  
forever and for all eternity.

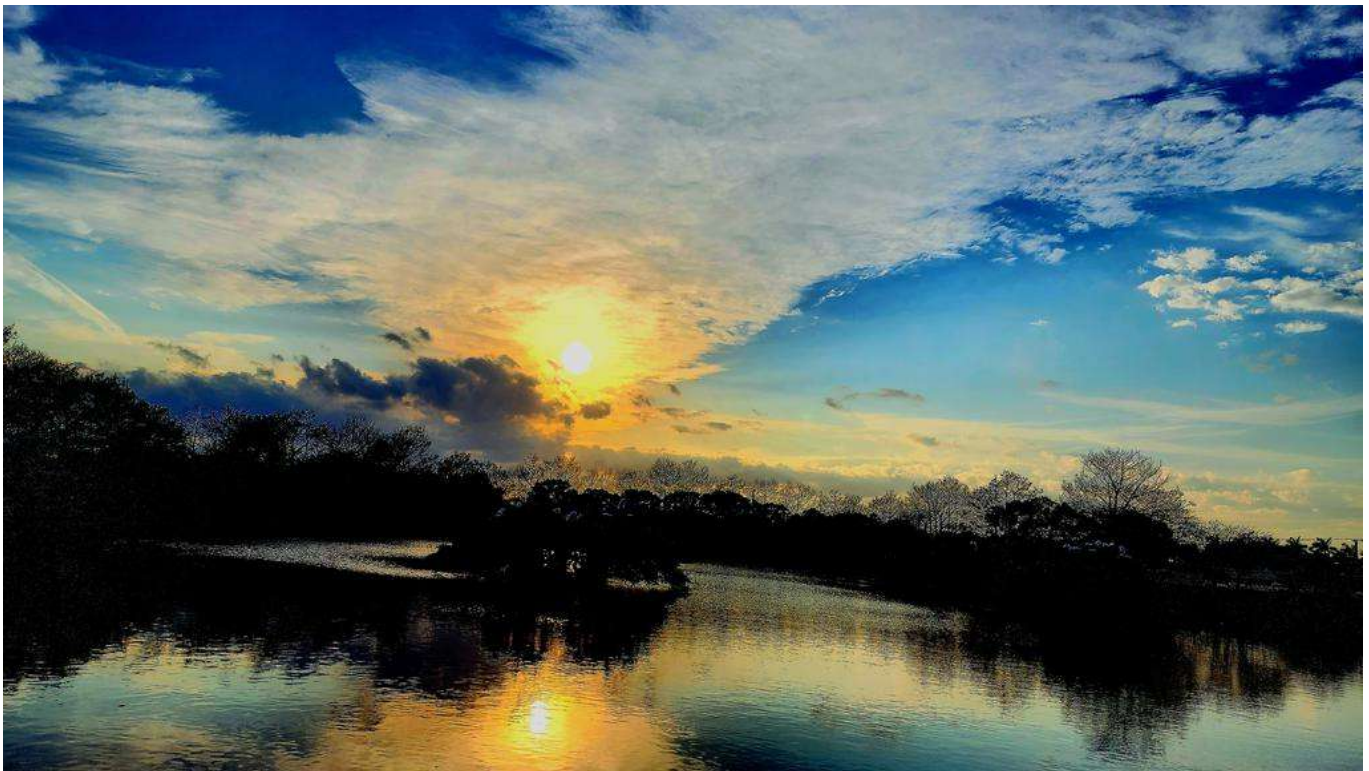
Blessed and praised, glorified, and  
exalted and uplifted, honored and  
elevated and extolled be the Name  
of the Holy One, blessed is He;

above (*Ten Days of Penitence*: far  
above) all the blessings and hymns,  
praises and consolations which we  
utter in the world—and say  
Amein.

וְלְעֵלְמֵי עֶלְמַיָּא:

יְתַבְרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמֵם  
וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל  
שְׁמֵהּ דְקוּדְשָׁא, בְּרִיךְ הוּא

לְעֵלְא (בעשׂי"ת וְלְעֵלְא מְכַל) מִן  
כָּל בְּרַכְתָּא וְשִׁירְתָּא, הַשְּׁבַחְתָּא  
וְנַחֲמְתָּא, דְאֵמִירָן בְּעֵלְמָא, וְאֵמְרוּ  
אָמֵן,



## 20. Entering the Level of B'riyah

*Bar'chu dear One, Sh'chinah, Holy*

*Name,*

*When I call on the light of my soul I  
come home.*

**Bar'chu et Adonai/Havayah\***

**Hamevorach**

The kahal and then the leader  
respond:

**Baruch Adonai HaM'vorach**

**L'Olam Va-d**

בְּרַכּוּ אֶת יְהוָה הַמְּבָרָךְ:

בְּרוּךְ יְהוָה הַמְּבָרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

**20 A** I bow before You, oh Holy  
One, our G\*d, Cosmic Majesty,

For shaping light

And creating darkness,

Promoting peace

And creating what is.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ

מִלְךְ הָעוֹלָם

יוֹצֵר אוֹר

וּבוֹרֵא חֶשֶׁךְ

You light up the world and those in  
it

with love and goodness

You constantly renew each day as it  
happened at the beginning,

Amazingly, You make numberless  
beings, all different.

Each one, with its own wisdom.

All there is, is Yours.

Such glory, You radiate from the  
Heavens. I am awed When I see  
Your skies,

Your handiwork and fingerprints,

The moon and stars You have  
arranged.

עֲשֵׂה שְׁלוֹם וּבוֹרָא אֶת־הַכֹּל:

הַמְאִיר לְאָרֶץ וְלְדָרִים עֲלֶיהָ  
בְּרַחֲמִים וּבְטוֹבוֹ מְחִדֵּשׁ

בְּכָל־יּוֹם תָּמִיד מַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית:

מְהֻרָּבוֹ מַעֲשֵׂיךָ יְהוָה

כָּל־ם בְּחָכְמָה עָשִׂיתָ

מִלְאָה הָאָרֶץ קִנְיָנֶךָ:

תִּתְבָּרַךְ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ  
בַּשָּׁמַיִם מִמַּעַל

וְעַל הָאָרֶץ מִתַּחַת  
עַל כָּל־שְׂבַח מַעֲשֵׂה יְדֶיךָ

וְעַל מְאוֹרֵי אוֹר

שִׁיצֵרְתָּ הַמָּה יִפְאָרוּךְ  
סְלָה

**21.** Blessed is the creator of the  
Holy beings:

תִּתְבָּרַךְ צוֹרְנוּ... .

(And the angels all stand in awe to  
greet the dawn)

All of them are beloved,

all of them are bright,

all of them are brave

And in one chorus, they

Adore and venerate You,

And sanctify Your Name

Chanting:

**Kadosh, Kadosh, Kadosh**

Holy, Holy, Holy are You Oh

Beloved Divine\*

The cosmos is filled With Your  
radiance.

They plead also:

**Bring this glory to radiate on the  
earth**

**on which we live**

וּמִשְׁמֵי עַיִם בְּיִרְאָה יַחְדָּבְקוּל דְּבָרֵי  
אֱלֹהִים חַיִּים וּמְלֶךְ עוֹלָם.

כָּלֵם אֱהוּבִים,

כָּלֵם בְּרוּרִים,

כָּלֵם גְּבוּרִים,

כָּלֵם קְדוּשִׁים,

כָּלֵם כְּאַחַד עוֹנִים

וְאוֹמְרִים בְּיִרְאָה:

קְדוֹשׁ קְדוֹשׁ, קְדוֹשׁ

יְהוָה צְבָאוֹת.

מְלֵא כָּל־הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ

**21 B.** They all offer to You, blessed  
G\*d

לְאֵל בְּרוּךְ נְעִימוֹת יִתְּנוּ. לְמֶלֶךְ

אֵל חַי וְקַיִם זְמֵרוֹת יֹאמְרוּ

All pleasure in worship

וְתִשְׂבַּחֹת יִשְׁמְעוּ.

Aware that You alone,  
Are Sacred, beyond all limits.

כִּי הוּא לְבַדּוֹ פּוֹעֵל גְּבוּרוֹת.

Condensing and focusing,  
Creating anew,

עוֹשֶׂה חֲדָשׁוֹת.

Overcoming all barriers,  
Seeding virtue,

בְּעַל מְלַחְמוֹת.

Growing liberations,  
Making healing available,

זוֹרֵעַ צְדָקוֹת.

Awesome in admiration,  
Master of marvels.

מְצַמִּיחַ יְשׁוּעוֹת.

In Your benevolence

בוֹרֵא רְפוּאוֹת.

You renew each day, Each moment,  
The work of Creation

נוֹרֵא תְהִלּוֹת.

Please, focus, new light on Tsiyyon  
And let us all receive its benefit.

אֲדוֹן הַנִּפְלְאוֹת:

Blessed are You, Holy One, weaver  
of lights!

הַמְּחַדֵּשׁ בְּטוֹבוֹ בְּכָל-יּוֹם תְּמִיד  
מַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית: כְּאִמּוֹר לְעֲשֵׂה  
אוֹרִים גְּדֹלִים כִּי לְעוֹלָם חֲסִדּוֹ:

**Barukh attah Havayah**

**Yotzer Ha'me'orot**

אוֹר חֲדָשׁ עַל-צִיּוֹן תֵּאִיר וְנִזְכָּה  
כְּלָנוּ מִהֲרָה לְאוּרוֹ:

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה יוֹצֵר  
הַמְּאֹרוֹת:

22.

With great love, HavaYah our G\*d,

אַהֲבָה רַבָּה

You have loved us into life.

אַהֲבַתְנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ

You nourished us with kindness

חֲמֵלָה גְדוֹלָה וַיִּתְּרָה חֲמֵלַת עָלֵינוּ

For the sake of Your plan,

אָבֵינוּ מִלְּפָנֵינוּ בְּעִבּוּר אַבוֹתֵינוּ

For Your honor, And because we  
know

שֶׁבְטָחוּ בְךָ וַתְּלַמְּדֵם חֲקֵי חַיִּים

That our parents trusted You,

כֵּן תַּחֲנֹנֵנוּ וַתְּלַמְּדֵנוּ

And You, in turn, taught them

How to live life, we ask You to teach  
us now.

אָבֵינוּ הָאֵב הָרַחֲמָן

Our God, kind Parent,

הַמְּרַחֵם רַחֵם עָלֵינוּ

We live in the embrace of Your  
caring.

וַתֵּן בְּלִבֵּנוּ לְהִבִּין וּלְהַשְׁכִּיל

Make ours an understanding heart,

לְשִׁמְעַ לְלַמֵּד וּלְלַמֵּד

To become aware

And be careful and effective, in this  
way, to make real

לְשִׁמֵר וּלְעֲשׂוֹת וּלְקַיֵּם

What You speak to us in Torah,

אֶת־כָּל־דְּבָרֵי תְלִמוּד תּוֹרָתְךָ

And with so much love.

בְּאַהֲבָה

\*Enlighten our eyes in Torah

וְהָאֵר עֵינֵינוּ בְּתוֹרָתְךָ\*

Bind our hearts to your Mitzvot.

וְדַבַּק לִבֵּנוּ בְּמִצְוֹתֶיךָ

Unite our hearts,

וְיִחַד לִבֵּנוּ לְאַהֲבָה וְלִירָאָה אֶת־שִׁמְךָ

harmonizing our love & awe of You!

וְלֹא יָבוֹשׁ

May we never have to be apologetic  
for our love for You.

לְעוֹלָם וָעֶד

Trusting You, we are happy to see  
Your beneficent plan unfolding.

כִּי בְשֵׁם קְדוֹשְׁךָ

הַגָּדוֹל וְהַנּוֹרָא בְּטַחֲנוּ

May Your Kindness and compassion,  
Be available to us.

נִגְיִלָה וְנִשְׁמָחָה בִּישׁוּעָתְךָ

\*Gather us in peace from the four  
corners,

וְהַבִּיאֵנוּ לְשָׁלוֹם מְאַרְבַּע כַּנְפוֹת הָאָרֶץ

וְתוֹלִיכֵנוּ קוֹמְמֵיּוֹת לְאָרְצֵנוּ

and ground us,

כִּי אֵל פּוֹעֵל יִשׁוּעוֹת אַתָּה

You can do this for us. You have  
assigned us

וּבָנוּ בְּחֵרֶת מְכַלְעִים וְלִשׁוֹן

To do our special work in life

וְקִרְבָּתֵנוּ לְשִׁמְךָ הַגָּדוֹל סְלָה בְּאַמַּת

You brought us close to You.

לְהוֹדוֹת לְךָ וְלִיְחַדְּךָ בְּאַהֲבָה

We are grateful.

We hold You special

and are filled with love for You

*Blessed are You Holy One, you relate to your people through love.* בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה: *Blessed are You Holy One, you relate to your people through love.*

הַבּוֹחֵר בְּעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל בְּאַהֲבָה



23.

שְׁמַע

*Shema Yisrael Adonai Eloheinu*

יִשְׂרָאֵל

*Adonai Echad*

יְהוָה

**Listen**, you, Yisrael person,  
(say your own name here)

אֱלֹהֵינוּ



Havayah/Adonai Is One, is All  
there Is.

יְהוָה

*(whisper)* Through time and  
space, Your glory shines, Majestic  
One.

אֶתְד:

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלִכּוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

**Love** Havayah/ Adonai, who is  
your God,  
In what your heart is, In what you  
aspire to,  
In what you have made your own.  
May these values  
Which I connect with your life,  
Be implanted in your feelings.  
May they become the norm  
For your children: keep talking  
with them  
In the privacy of your home, on  
the errands you run. May they help  
you relax.  
And activate you to be productive.  
Display them visibly on your arm.  
Let them focus your attention.  
See them at all transitions at home,

וְאַהֲבַתְּ אֶת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ

בְּכָל-לִבְבְּךָ וּבְכָל-נַפְשְׁךָ

וּבְכָל-מְאֵדְךָ:

וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אָנֹכִי

מְצַוְּךָ הַיּוֹם עַל-לִבְבְּךָ:

וְשִׁנַּנְתָּם לְבָנֶיךָ וְדַבַּרְתָּ בָּם

בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלִכְתְּךָ בַּדֶּרֶךְ

וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ:

וְקִשְׂרָתָם לְאוֹת עַל-יָדְךָ

וְהָיוּ לְטֹטְפֹת בֵּין עֵינֶיךָ:

And in your environment.

וּכְתַבְתֶּם עַל-מְזוֹזוֹת בְּיַתְדְךָ

24.

וּבְשַׁעֲרֵיךָ:

### How good it will be

When you really listen to my  
directions,

וְהָיָה אִם-שָׁמַעַתְּ שִׁמְעוּ אֶל-מִצְוֹתַי  
אֲשֶׁר אֲנִי מְצַוֶּה אֶתְכֶם הַיּוֹם

Which I give to you today,  
For loving Yah, who is your God,  
And to act godly

לְאַהֲבָה אֶת-יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם וּלְעַבְדוֹ

With feeling and inspiration.

בְּכָל-לִבְבְּכֶם וּבְכָל-נַפְשְׁכֶם:

Your earthly needs will be met at  
the right time, in the right season.

וְנָתַתִּי מִטֶּר-אֲרֻצְכֶם בְּעֵתוֹ

You will reap what you planted  
For your delight and health.

יִזְרָה וּמִלְקוֹשׁ וְאֶסְפָּת דְגָנְךָ

Also, your animals will have ample  
feed.

וְתִירְשֶׁךָ וַיִּצְהָרְךָ:

All of you will eat and be content.

וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשִׂדְךָ לְבַהֲמֹתְךָ

Be careful -watch out! Don't let  
your cravings delude you; Don't  
become alienated;

וְאַכְלֹת וּשְׂבַעְתָּ:

Don't let your cravings become  
your gods;

הַשְׁמִרוּ לָכֶם פֶּן-יִפְתָּה לְבַבְכֶם

Don't debase yourself to them,

וְסָרְתֶם וְעַבַדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים

Because the God-sense within you

וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם:

Will become distorted.  
Heaven will be shut to you,  
Grace will not descend,  
Earth will not yield her produce.  
Your rushing will destroy you!  
And Earth will not be able  
To recover her good balance  
In which God's gifts manifest.  
May these values of Mine, reside in  
your  
Feelings and aspirations:  
Marking what you produce,  
Guiding what you perceive.  
Teach them to your children  
So that they are instructed  
How to make their homes sacred;  
And how they deal with \*life even  
when you are depressed, and when  
you are elated.  
Mark your entrances and exits with  
them, so you will be more  
aware. Then, you and your  
children, and their children, will  
live out on earth that divine  
promise given to your ancestors to

וְחָרָה אֶרְצֵי הָהוּה בְּכֶם  
וְעָצַר אֶת־הַשָּׁמַיִם  
וְלֹא־יִהְיֶה מָטָר  
וְהָאֲדָמָה לֹא תִתֵּן אֶת־יְבוּלָהּ  
וְאֲבֹדְתֶם מִהָרָה  
מֵעַל הָאָרֶץ הַטְּבָה  
אֲשֶׁר יְהוָה נָתַן לְכֶם:  
וּשְׁמֹתֶם אֶת־דְּבָרֵי אֱלֹהֵי עַל־  
לְבַבְכֶם וְעַל־נַפְשֵׁיכֶם וּקְשַׁרְתֶּם  
אֹתָם לְאוֹת עַל־יְדֹכֶם וְהָיוּ לְטוֹטְפוֹת  
בֵּין עֵינֵיכֶם: וְלִמְדֹתֶם אֹתָם אֶת־  
בְּנֵיכֶם לְדַבֵּר בָּם בְּשַׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ  
וּבְלִכְתְּךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ:  
וּכְתַבְתֶּם עַל־מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ  
וּבְשַׁעְרֶיךָ: לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וַיְמֵי  
בְּנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה אֲשֶׁר נִשְׁבַּע  
יְהוָה לְאַבְתִּיכֶם לָתֵת לָהֶם פְּרִי

live heavenly days right here on  
this earth.

**The Holy One of Being said to  
Moses,**

“Speak, telling the Israel folks to  
make tzitzit

On the corners of their garments,  
So they will have generations to  
follow them.

On each tzitzit let them set a blue  
thread.

These tzitzit are for your benefit!

Glance at them, and in your  
seeing,

Remember all the other directives  
Of the Holy One of Being, and act  
on them!

This way, You will not be led  
astray,

Craving to see and want,  
to then prostitute yourself for your  
cravings.

This way you will be mindful  
To actualize my directions

הַשָּׁמַיִם עַל-הָאָרֶץ:

וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל-מֹשֶׁה לֵאמֹר:

דַּבֵּר אֶל-בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ

אֲלֵהֶם וְעָשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל-כַּנְּפֵי

בְּגָדֵיהֶם לְדֹרֹתָם

וְנָתַנּוּ עַל-צִיצִית הַכָּנָף פְּתִיל תְּכֵלֶת:

וְהָיָה לָכֶם לְצִיצִית

וּרְאִיתֶם אֹתוֹ

וְזָכַרְתֶּם אֶת-כָּל-מִצְוֹת יְהוָה

וַעֲשִׂיתֶם אֹתָם

וְלֹא תִתְּוֹרוּ אַחֲרַי לְבַבְכֶם וְאַחֲרַי

עֵינֵיכֶם אֲשֶׁר-אֲתֶם זֹנִים אַחֲרֵיהֶם:

לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-כָּל-

מִצְוֹתַי וְהָיִיתֶם קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם:

אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי

אֶתְכֶם מִמִּצְרָיִם מִצְרַיִם לְהִיּוֹת לָכֶם

For becoming dedicated to your  
God;

To be aware that I Am Yah, who is  
your God, the one who freed you  
from oppression, in order to God  
you.

I am Yah, who is your God.”

That is the truth!

לְאֱלֹהִים אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם

## 25B

Bring your love to the world today

And plant some along your way today

Love

The breath of life, Heart of the Universe

and teach this love to your children

and write it on your mezuzot/ borderlines

B'chol Levavcha u'vechol nafshecha

uv'chol me'odecha

Bring your love to the world today

And plant some along your way today

V'haya, if you listen and

Love

The breath of life, Heart of the Universe

The G\*d will keep the rains to fall

and the grasses green and the

forests green

and the waters of this planet

to flow with life once more

But be warned if you do not heed

The world will turn harsh for you

So teach your children to

bring your love to the world today

and plant some along your way today

Tie fringes on the corners of your robes

with a cord of blue

To remind you of the heavens

My commands and your entanglements

B'chol Levavcha u'vechol nafshecha

uv'chol me'odecha

Bring your love to the world today

And plant some along your way today



26.

**True and Firm**

certain and enduring,

אמת וְיָצִיב

וְנִכּוֹן וְקָיָם

upright and faithful,

וְיָשָׁר וְנֶאֱמָן

beloved and cherished,

וְאֶהוּב וְחֶבִיב

desired and pleasant,

וְנִחְמָד וְנֶעִים

awesome and mighty,

וְנוֹרָא וְאֲדִיר

correct and acceptable,

good and beautiful

וּמְתָקָן וּמְקַבֵּל

is this [affirmation] to us for all  
eternity

וְטוֹב וְיָפֵה

הַדְּבָר הַזֶּה עָלֵינוּ לְעוֹלָם וָעֶד

27. Prayers to G\*d on High,  
Blessed One!

תְּהִלּוֹת לְאֵל עֲלִיוֹן בְּרוּךְ הוּא  
וּמְבָרָךְ.

Moses and Miriam and the  
children of Israel

מֹשֶׁה וּמִרְיָם וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל

sang a song of great joy together  
singing:

לָךְ עָנּוּ שִׁירָה

**Who is like You** among the gods  
people worship? Who is like You,  
adorned in holiness,

בְּשִׁמְחָה רַבָּה וְאָמְרוּ כָלָם:

מִי כְמוֹכָה בְּאֵלִים יְהוָה



awesome in praise, performing  
wonders!

With a new song the redeemed  
people praised Your Name

at the seashore!

All of them gave thanks in unison  
and proclaimed Your sovereignty  
and said:

Havayah, your majesty will be  
eternal!

*Adonai Yimloch L'olam va-ed*

**Rock of Israel**, arise to the aid of  
Israel, and liberate Judah and Israel  
. Our Redeemer— Yah of hosts' is  
Your Name, the Holy One of Israel  
Blessed are You, Holy One, Who  
redeemed Israel.

מִי כְמִכָּה נִאֲדָר בְּקִדְשׁ

נִזְרָא תְהִלַּת עֲשֵׂה פְלֵא:

שִׁירָה חֲדָשָׁה שִׁבְּחוּ גְאוּלִים  
לְשִׁמְךָ

עַל-שְׁפֹת הַיָּם

יַחַד כָּלֵם הוֹדוּ וְהִמְלִיכוּ וְאָמְרוּ:

יְהוָה יִמְלֹךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

צוּר יִשְׂרָאֵל קוּמָה בְּעֶזְרַת יִשְׂרָאֵל

וּפְדֵה כְנַעַמְךָ יְהוּדָה וְיִשְׂרָאֵל,

גְּאֲלֵנוּ יְהוָה צְבָאוֹת שְׁמוֹ קְדוֹשׁ

יִשְׂרָאֵל: בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה גְּאֵל

יִשְׂרָאֵל:



**28.**Level: Atzilut: The Highest Spiritual Level :Amida, Standing in the Presence

-Avot - ancestral awareness

-Gevurot- strength

-Holiness awareness

Weekday asks & gratitudes: Bakashot

-R'tzei - Your desire may meet ours

-Modim - Gratitude

-Shalom - Peace

*My Master, open my lips, and my  
mouth will declare Your praise.*

I bow before You, Yah,  
Our indwelling God,  
Our parents' God,  
Abraham and Sarah's God,  
Isaac and Rebekah's God,  
Jacob and Leah and Rachel's God,  
Great, Powerful and Awesome  
God.  
God transcendent.  
You nurture us gently  
And are kind to us.  
You, who possesses it all.  
You remember  
How our parents loved You.  
Yes, we trust that You  
Will bring redemption  
To us, their children's children,  
Who chant Your name  
And love You...

אֲדַנִּי שְׁפָתַי תִּפְתָּח וּפִי יַגִּיד  
תְּהִלָּתְךָ:

בָּרוּךְ אַתָּה ה'

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ וְאִמּוֹתֵינוּ,

אֱלֹהֵי אַבְרָהָם וְשָׂרָה,

אֱלֹהֵי יִצְחָק וְרִבְקָה,

וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב וְלֵאָה וְרָחֵל

הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא

אֵל עֲלִיוֹן,

גּוֹמֵל חֲסָדִים טוֹבִים,

קוֹנֵה הַכֹּל,

וְזוֹכֵר חֲסֵדֵי אֲבוֹת,

וּמְבִיא גּוֹאֵל

לְבָנֵי בְנֵיהֶם

לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה:

מְלֶךְ עוֹזֵר

Our Prince, Our Helper,  
Our Protector.  
*Barukh attah Yah*  
*Magen Avraham u'Foked Sarah.*  
You are powerful with worlds  
Adonai.  
What is dead, you can make live.  
You are really capable of helping.  
You give dew (and rain)  
To parched earth and souls.  
You feed all life with \*love.  
You invigorate bodies  
with mercy's flow.  
You support us in falling.  
You heal us in sickness.  
You free us from compulsion.  
You keep faith  
With those now dead.  
In Your might,  
No one can compare with You.  
You deal out life and death.  
Yet in all this, You make salvation  
grow  
*Barukh attah Yah*  
*M'hayeh Hametim*

מוֹשִׁיעַ וּמַגִּן:  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה  
מַגֵּן אַבְרָהָם וּפְקֹד שָׂרָה:  
אַתָּה גְבוּר לְעוֹלָם אֲדֹנָי,  
מַחְיֵה מֵתִים  
אַתָּה רַב לְהוֹשִׁיעַ:  
מוֹרִיד הַטֶּל (וּגְשָׁם)  
מִכָּלֵל חַיִּים בְּחֶסֶד,  
מַחְיֵה מֵתִים  
בְּרַחֲמִים רַבִּים,  
סוֹמֵךְ נוֹפְלִים,  
וְרוֹפֵא חוֹלִים,  
וּמַתִּיר אֲסוּרִים,  
וּמְקַיֵּם אֲמוּנָתוֹ לַיִּשְׁנֵי עָפָר.  
מִי כְמוֹךָ בַּעַל גְּבוּרוֹת  
וּמִי דוֹמָה לָךְ, מְלַךְ מַמְיֵת וּמַחְיֵה  
וּמַצְמִיחַ יְשׁוּעָה:  
וְנִאֲמָן אַתָּה לְהַחְיֹת מֵתִים.  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה מַחְיֵה הַמֵּתִים

28B. (when praying alone:)

You are Holy,

Your essence is Sacred.

And those who daily aspire to be  
holy,

Sing your Halleluyah all day.

Indeed, You are

the Great and Holy God.

*Barukh attah Yah*

*Ha'el haKadosh.*

(When praying with ten or more  
adults)

We will be open to Your Holy  
essence in this world as they hallow  
it in the heavens above, as is  
written , and they called one to  
another, and said:

**Holy, Holy Holy is HavaYah of  
the heavens, the whole earth is  
filled with your Presence.** and  
they say: **Blessed is the Presence  
from its place!** as it says:

May You Reign in Majesty forever,

אַתָּה קָדוֹשׁ

וְשִׁמְךָ קָדוֹשׁ,

וְקַדוּשֵׁיךָ בְּכָל יוֹם

יִהְיֶה לְךָ סֶלָה. כִּי אֵל מֶלֶךְ

גָּדוֹל וְקָדוֹשׁ אַתָּה.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה

הָאֵל הַקָּדוֹשׁ:

קְדוּשָׁה (קהל וחזן:)

נִקְדִּישׁ אֶת־שִׁמְךָ בְּעוֹלָם כְּשֵׁם

שִׁמְךָ קְדוֹשִׁים אוֹתוֹ בְּשִׁמֵי מָרוֹם.

כִּפְתוּב עַל־יַד נְבִיאֶיךָ וְקָרָא זֶה אֶל

זֶה וְאָמַר: (קהל וחזן:)

קָדוֹשׁ קָדוֹשׁ קָדוֹשׁ יְהוָה

צְבָאוֹת מְלֵא כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ:

לְעַמְתָּם בְּרוּךְ יֵאמְרוּ:

בְּרוּךְ כְּבוֹד־יְהוָה מִמְּקוֹמוֹ:

וּבְדַבְרֵי קְדוּשְׁךָ כְּתוּב לֵאמֹר:

יְמִלְךָ יְהוָה לְעוֹלָם אֱלֹהֶיךָ צִיּוֹן

לְדֹר וָדֹר הַלְלוּיָהּ:

through the generations

The words of one generation shall teach of Holiness to the next, and form a chain, link by link through time.

לְדוֹר וָדוֹר נִגִּיד גְּדֻלָּתְךָ וְלִנְצַח  
נִצְחִים קִדְשָׁתְךָ נִקְדִּישׁ וְשִׁבְחָךָ  
אֲלֵהֵינוּ מִפִּינוּ לֹא יִמוּשׁ לְעוֹלָם  
וְעַד כִּי אֵל מְלֶךְ גָּדוֹל וְקַדּוֹשׁ  
אַתָּה: בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה הָאֵל  
הַקַּדּוֹשׁ: בַּעֲשִׂית מַסִּים: בְּרוּךְ אַתָּה  
יְהוָה הַמֶּלֶךְ הַקַּדּוֹשׁ:



29 A. Weekday Bakashot

אַתָּה חוֹנֵן לְאָדָם דַּעַת וּמַלְמִיד

**We pray for the right awareness**

(in your own words)

*Barukh attah Yah Honen Hada'at.*

**We pray to become harmonized**

with God's will

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Harotseh Bit'shuvah.*

**We pray for forgiveness**

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Hannun Hammarbeh Lis'lo'ah.*

**We pray to be seen!**

for support and redemption

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Go'el Yisrael*

**We pray for healing**

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Rofé Khol Bassar U'mafli La'assot*

**We pray for the ecology and**

economy

לְאָנוּשׁ בִּינָה: חָנְנוּ מֵאַתָּה יְדָעָה  
בִּינָה וְהַשְׂכֵּל: בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה  
חוֹנֵן הַדָּעוּת:

הַשִּׁיבֵנו אָבִינוּ לְתוֹרָתְךָ וְקִרְבָּנוּ  
מִלְכָנוּ לְעִבּוּדְךָ וְהַחֲזִירֵנוּ  
בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה לְפָנֶיךָ: בָּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה הַרוֹצֵה בְּתַשׁוּבָה:  
סִלַּח לָנוּ אָבִינוּ כִּי חָטָאנוּ מְחַל  
לָנוּ מִלְכָנוּ כִּי פָשַׁעְנוּ כִּי מוֹחֵל  
וְסוֹלַח אַתָּה: בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה  
חַנוּן הַמְרַבֵּה לְסִלּוֹת:

רְאֵה בְעֵינֵינוּ וְרִיבָה רִיבָנוּ וּגְאֹלֵנוּ  
מִהָרָה לְמַעַן שְׁמַךְ כִּי גּוֹאֵל חֲזַק  
אַתָּה:

בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה גּוֹאֵל יִשְׂרָאֵל:  
רַפְּאוּנוּ יְהוָה וְנִרְפָא הוֹשִׁיעֵנוּ  
וְנוֹשְׁעָה כִּי תִהְלֹתָנוּ אַתָּה וְהַעֲלֵה  
רַפּוּאָה שְׁלֵמָה לְכֹל מִכּוֹתֵינוּ  
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה רוֹפֵא חוֹלֵי  
עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

בָּרַךְ עָלֵינוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ אֶת-

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*M'varekh Hashanim*

הַשָּׁנָה הַזֹּאת וְאֶת־כָּל־מִיּוֹ  
תְּבוֹאָתָהּ לְטוֹבָה, וְתֵן בְּרָכָה  
(in winter) טַל וּמָטָר לְבְרָכָה)  
עַל פְּנֵי הָאָדָמָה וְשִׂבְעֵנוּ מִטּוֹבָךָ  
וּבְרַךְ שָׁנָתֵנוּ כַּשָּׁנִים הַטּוֹבוֹת:  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה מְבָרַךְ הַשָּׁנִים:

**29B Sound the great shofar of  
freedom!**

We pray for

the the ending of exile

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*M'kabeits Nid'hei Amo Yisrael.*

**We pray for a just society**

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Melekh Ohev Tsedakah U'mishpat*

**We pray for release**

from the struggle with negativity

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

תִּקַּע בְּשׁוֹפָר גָּדוֹל לְחֵרוּתֵנוּ וְשִׂא  
נֶס לְקַבֵּץ גְּלוּיֹתֵינוּ וְקַבְּצֵנוּ יַחַד  
מֵאַרְבַּע כַּנְפוֹת הָאָרֶץ:

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה מְקַבֵּץ נִדְחֵי  
עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

הַשִּׁיבָה שׁוֹפְטֵינוּ כְּבָרָאשׁוֹנָה  
וְיִוָּעֲצֵנוּ כְּבִתְחִלָּה וְהִסֵּר מִמֶּנּוּ יְגוֹן  
וְאַנְחָה וּמְלוֹךְ עָלֵינוּ אַתָּה יְהוָה  
לְבִדּוֹךָ בְּחֶסֶד וּבְרַחֲמִים וְצִדְקָנוּ  
בְּמִשְׁפָּט

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה מְלֹךְ אֱהָב  
צְדָקָה וּמִשְׁפָּט:

וְכֹל הָרָשָׁעָה כְּרָגַע. בְּרוּךְ אַתָּה  
יְהוָה שׁוֹבֵר אֵיבִים וּמְכַנְיַע יְדֵים



*Shover Oyvim U'makhni'a Zeydim.*

**We pray for righteous effort to succeed**

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Mish'an U'mivtah laTsadiqim.*

**We pray for Jerusalem,**

and for Your help to build cities of peace

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Boneh Yerushalayim*

**We pray for the rule of Mashi'ah,**

a time of our highest ideals to become real

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*Matsmi'ah Keren Yeshu'ah.*

**Hear our prayer, oh compassionate One!**

Accept our pleading, with kindness

עַל־הַצְדִּיקִים וְעַל־הַחֲסִידִים וְעַל־  
זַקְנֵי עַמֶּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל וְעַל פְּלִיטַת  
סוּפְרֵיהֶם וְעַל גְּרֵי הַצַּדִּיק וְעַל־נוֹ  
יְהִמוּ רַחֲמֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְתֵן  
שְׂכָר טוֹב לְכָל הַבוֹטְחִים בְּשִׁמְךָ  
בְּאֵמֶת וְשִׁים חֲלֻקְנוּ עִמָּהֶם לְעוֹלָם  
וְלֹא יִבּוֹשׁ כִּי בָךְ בָּטַחְנוּ: בְּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה מִשְׁעֵן וּמִבְטָח  
לְצַדִּיקִים:

וְלִירוּשָׁלַיִם עִירְךָ בְּרַחֲמִים תָּשׁוּב  
וְתִשְׁכּוֹן בְּתוֹכָהּ כַּאֲשֶׁר דִּבַּרְתָּ  
וּבְנֵה אוֹתָהּ בְּקִרְוֹב בְּיָמֵינוּ בְּנֵן  
עוֹלָם וְכִסֵּא דָוִד מְהֵרָה לְתוֹכָהּ  
תְּכַיֵּן:

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה בּוֹנֵה  
ירוּשָׁלַיִם:

אַתְּ־צִמַּח דָּוִד עַבְדְּךָ מְהֵרָה  
תִּצְמַיֵחַ וְקִרְנוֹ תָרוּם בְּיִשׁוּעָתְךָ כִּי  
לְיִשׁוּעָתְךָ קָנִינוּ כָּל הַיּוֹם: בְּרוּךְ  
אַתָּה יְהוָה מִצְמִיחַ קָרְן יִשׁוּעָה:  
שָׁמַע קוֹלְנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ חוּס

and grace. Everyone praying to  
You, is heard. I add the concerns I  
still have  
And I trust, that You, will respond.  
(in your own words)  
*Barukh attah Yah*  
*Shome'a Tefillah.*

וְרַחֵם עָלֵינוּ וְקַבֵּל בְּרַחֲמִים וּבְרָצוֹן  
אֶת־תְּפִלָּתֵנוּ כִּי אֵל שׁוֹמֵעַ תְּפִלּוֹת  
וְתַחֲנוּנִים אַתָּה.  
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה:

May Your desire for our offerings  
meet our desire for You, Oh Holy  
One  
Teach us,  
To encounter Your Presence.  
And may our eyes behold Your  
merciful return to Zion. Blessed are  
You, Adonoy, Who returns  
Shechinah (G\*d's feminine  
Presence) to Zion.

*Barukh attah Yah*  
*HaMahazir Shekhinato l'Tsyion*

רִצְיָה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּעַמְּךָ יִשְׂרָאֵל  
וּבְתְּפִלָּתָם וְהָשִׁב אֶת הָעֲבוֹדָה  
לְדַבֵּיר בֵּיתְךָ וְאֲשִׁי יִשְׂרָאֵל  
וּתְּפִלָּתָם בְּאַהֲבָה תִּקְבַּל בְּרָצוֹן  
וּתְהִי לְרָצוֹן תָּמִיד עֲבוֹדַת יִשְׂרָאֵל  
עִמָּךְ:  
וְתַחֲזִינָה עֵינֵינוּ בְּשׁוּבְךָ לְצִיּוֹן  
בְּרַחֲמִים: בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה  
הַמַּחְזִיר שְׂכִינָתוֹ לְצִיּוֹן

Yaaleh V'yavo for Rosh Chodesh

אֱלֹהֵינוּ וְאֵלֵהֵי אֲבוֹתֵינוּ יַעֲלֶה

and Festivals only

**Our God** and God of our fathers,  
**may there ascend, come,** and  
reach, appear, be desired, and  
heard, counted and recalled our  
remembrance and reckoning; the  
remembrance of our fathers; the  
remembrance of salvation,  
remembrance of Jerusalem, ..and  
the remembrance of Your entire  
people, the House of Israel, before  
You for survival, for well-being, for  
favor, kindness, compassion, for  
life and peace on this day of the:  
*Rosh Chodesh/Festival of  
Matzot/Festival of Sukkot.*  
Remember us Havayah our God,  
on this day for well-being; be  
mindful of us on this day for  
blessing, and deliver us for  
life...because You are our Ruler,  
Gracious, and Merciful.

וּבֹא וַיִּגִיעַ וַיֵּרָא וַיִּרְצֶה וַיִּשְׁמַע  
וַיִּפְקֹד וַיִּזְכֹּר וַיִּזְכְּרוּנוּ וַיִּפְקְדוּנוּ  
וַיִּזְכְּרוּנוּ אֲבוֹתֵינוּ. וַיִּזְכְּרוּנוּ מְשִׁיחַ בֶּן  
דָּוִד עֲבָדְךָ. וַיִּזְכְּרוּנוּ יְרוּשָׁלַיִם עִיר  
קְדֻשָּׁךְ. וַיִּזְכְּרוּנוּ כָּל עַמְּךָ בֵּית  
יִשְׂרָאֵל לְפָנֶיךָ. לְפִלִיטָה לְטוֹבָה  
לְחַן וּלְחַסֵּד וּלְרַחֲמִים לְחַיִּים  
וּלְשָׁלוֹם. בְּיוֹם לַר"ח: רֹאשׁ הַחֹדֶשׁ  
הַזֶּה: לַפֶּסַח: חַג הַמִּצּוֹת הַזֶּה:  
לַסֻּכּוֹת: חַג הַסֻּכּוֹת הַזֶּה: זְכַרְנוּ  
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בּוֹ לְטוֹבָה. וַיִּפְקְדוּנוּ  
בּוֹ לְבִרְכָה. וְהוֹשִׁיעֵנוּ בּוֹ לְחַיִּים.  
וּבְדַבַּר יְשׁוּעָה וּרְחֻמִּים חוּס וְחַנּוּנוּ  
וּרְחָם עָלֵינוּ וְהוֹשִׁיעֵנוּ. כִּי אֱלֹהֶיךָ  
עֵינֵינוּ כִּי אֵל מְלֶךְ חַנּוּן וּרְחוּם  
אַתָּה:

We are grateful, Oh God for our

מוֹדִים אֲנַחְנוּ לָךְ שָׂאתָ הוּא

many blessings

For our lives which are in your hands

for our souls which are in your keeping

(here in your words detail your gratitude

for events in your life)

**31.**

On Chanukah and Purim the following prayer is added.

[We thank You] for the miracles, for the redemption, for the mighty deeds, for the deliverances ... that You performed for our fathers in those days at this season.

During the Ten days between Rosh Hashanah and Yom Kippur add: May we all be written for a good life

*Barukh attah Yah*

יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ  
לְעוֹלָם וָעֶד צוּר חַיֵּינוּ מִגֵּן יִשְׁעֵנוּ  
אֲתָה הוּא לְדוֹר וָדוֹר גְּדוּדָה לָךְ  
וְנִסְפָּר תְּהִלָּתְךָ עַל־חַיֵּינוּ הַמְּסוּרִים  
בְּיָדְךָ וְעַל נַשְׁמוֹתֵינוּ הַפְּקוּדוֹת לָךְ  
וְעַל גְּסִיךָ שְׁבַכְּל יוֹם עַמָּנוּ וְעַל  
נַפְלְאוֹתֶיךָ וְטוֹבוֹתֶיךָ שְׁבַכְּל עֵת  
עָרַב וּבָקָר וְצֹהָרִים הַטּוֹב כִּי לֹא  
כָלוּ רַחֲמֶיךָ וְהַמְרַחֵם כִּי לֹא תָמוּ  
חֲסָדֶיךָ מֵעוֹלָם קוּיֵנוּ לָךְ:

Chanukah and Purim

-insert

עַל הַנִּסִּים וְעַל הַפְּרָקוֹן וְעַל  
הַגְּבוּרוֹת וְעַל הַתְּשׁוּעוֹת וְעַל  
הַמְּלַחְמוֹת שֶׁעָשִׂיתָ לְאֲבוֹתֵינוּ  
בְּיָמֵם הָהֵם בְּזְמַן הַזֶּה:  
וְעַל־כָּלֵם יְתַבְּרַךְ וְיִתְרוֹמֵם שְׁמֶךָ  
מִלְּכָנוּ תָּמִיד לְעוֹלָם וָעֶד:

During the Ten days of

:Awe

*HaTov Shimkha u'l'Kha Na'eh  
l'Hodot.*

בעשיית: וכתוב לחיים טובים כל  
בני ברייתך:  
וכל החיים יודוך סלה ויהללו  
את שמך באמת האל ישועתנו  
ועזרתנו סלה: ברוך אתה יהוה  
הטוב שמך ולך נאה להודות:

32.

### **We pray for Peace**

(in your own words)

*Barukh attah Yah*

*HaM'varekh Et Amo Yisrael*

*baShalom.*

Amen.

On Festivals, the birkat

HaCohanim is said

Our God, and God of our fathers,

bless us with the threefold blessing

of the Torah, written by the hand

of Moses, Your servant,

pronounced from the mouth of

Aaron and his sons, the *kohanim*,

Your holy people; as it is said:

May the Holy One bless you and

שׁוֹמֵר שְׁלוֹמֵךְ,

טוֹבָה וּבְרָכָה,

חַיִּים חַן וְחֶסֶד וְרַחֲמִים,

עֲלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל עַמֶּךָ,

בְּרַכְנוּ אֲבִינוּ כְּלָנוּ כְּאֶחָד בְּאוֹר

פְּנֶיךָ

נִתְּתָ לָנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ תּוֹרַת חַיִּים

וְאַהֲבַת חֶסֶד,

וְצִדְקָה וּבְרָכָה וְרַחֲמִים וְחַיִּים

וְשְׁלוֹם,

וְטוֹב בְּעֵינֶיךָ לְבָרֵךְ אֶת כָּל עַמֶּךָ

יִשְׂרָאֵל

בְּכָל עֵת וּבְכָל שָׁעָה בְּשְׁלוֹמְךָ:

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה הַמְּבָרֵךְ אֶת-

guard you.

May the light of the Holy One  
shine on you and grace you.

And may God's face be lifted up to  
you and grant you the precious gift  
of peace

עֲמוּ יִשְׂרָאֵל בְּשָׁלוֹם:

Priestly blessing ברכת הכהנים

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ בְּרַכְנוּ

בְּבִרְכָה הַמְּשַׁלֶּשֶׁת בַּתּוֹרָה

הַפְּתוּבָה עַל יְדֵי מֹשֶׁה עֲבָדְךָ,

הָאֲמוּרָה מִפִּי אֱהָרֹן וּבָנָיו כַּהֲנִים

עִם קְדוּשָׁה כְּאֲמֹר:

יְבָרְכֶךָ יְהוָה וְיִשְׁמְרֶךָ:

יְאֵר יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיַּחֲנֶנֶךָ:

יִשָּׂא יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיִּשֶׂם לְךָ

שָׁלוֹם

### 33. Alternative Amida Affirmations for the Weekday Amida

#### I affirm...

The power of positive affirmations.

I affirm that the Shekhinah

Surrounds me, And blesses me.

I affirm the light beings

Of God's service,

Who support and guide me.

*Avot*

I affirm the blessings  
Of Avraham and Sarah, in my life.

*Gevurot*

I affirm  
God's power over my life,  
And death.

*Kedusha*

I affirm God's holiness,  
And my growth toward it.

*Shover oyvim*

I place myself  
Under the protection of the Sefirah of **Keter**,  
Which will shield me  
From all harm and neutralize it.

*Attah chonein*

I invoke the inflow of **Hochmah**,  
To align my intellect  
With clarity and purpose,  
To inspiration and realization.

*Hashivenu*

I invoke the care of **Binah**,  
To lead me to God's heart.

*Selichah*

I invoke the abundance of **Hesed**,  
To bring me to atonement.

*Ge'ulah*

I invoke the power of **Gevurah**,  
To see me through trouble  
And lead me to redemption.

*Refuah*

I place myself  
In the compassionate heart  
Of God's **Tiferet**,  
And affirm the healing,  
balancing, integrative,  
Centering light within me.

*B'rachah, Mashiach, Shechinah*

I support myself  
On the pillar of **Netzah**,



Channeling to me  
All manner of  
Blessing and prosperity,  
And place it at the disposal  
Of the redeeming Mashiah,  
Unfolding to witness  
The Shekhinah's residing in Tsiyyon.

I support myself  
On the pillar of **Hōd**,

---

*Kibbutz galut, Yerushalayim,*

Making order in my life,  
Gathering all the forces  
From dispersion,  
And settling them  
In the blessed Yerushalayim,  
Where I offer my thanks  
מודים, Modim

I am grateful!

*Tsedakah Umishpat, Tsaddikim, Shalom*

I base myself  
On the foundation  
Of **Yesōd**,

To act righteously and justly.

To assist

Every righteous effort

In the world,

And to become

Peaceful,

To work for peace.

*Shomeia T'filah*

I affirm that **Malkhūt**,

The Shekhinah, is the one

Offering these affirmations in me,

And is attracting

The flow of blessings,

To suffuse my life.

Amein

34.

May the One who makes peace in  
the high heavens

make peace upon us and upon all  
Israel .

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמְרוֹמָיו

: הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל־יִשְׂרָאֵל

---

and say Amein

ואמרו אמן

---

36. Reading of the Torah,

הַמְּבָרָךְ בְּרָכּוֹ אֶת יְהוָה הַמְּבָרָךְ: Blessed Havayah Who is blessed.

הַמְּבָרָךְ בְּרוּךְ יְהוָה הַמְּבָרָךְ Blessed is Havayah, Who is blessed,

לְעוֹלָם וָעֶד: forever and ever.

יְהוָה אַתָּה בְּרוּךְ Blessed are You, Haavayah

אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם our God, Ruler of the Universe,

אֲשֶׁר בָּחַר בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים Who chose us with among all the peoples

וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרַתוֹ: and gave us Your Torah.

יְהוָה בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, Blessed are You, Havayah,

נוֹתֵן הַתּוֹרָה: Giver of the Torah.

After the Torah is read,

יְהוָה בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה Blessed are You, Havayah

אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם our God, Ruler of the Universe

אֲשֶׁר נָתַן לָנוּ תּוֹרַת אֱמֶת Who gave us the Torah of truth,

וְחַיֵּי עוֹלָם נִטְעַ בְּתוֹכֵנוּ:

יְהוָה בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה Blessed are You, Havayah

נוֹתֵן הַתּוֹרָה: Giver of the Torah.

**.37**

---

Alenu: It's up to us, Assiyah

---

,We rise to praise You	עָלֵינוּ לְשַׁבַּח
,Source of All	לְאֲדוֹן הַכֹּל,
,Your generous work	לְתֵת גְּדֻלָּה
.As Creator of All	לְיוֹצֵר בְּרֵאשִׁית,
You made us One	
.With all of Life	
You inspired us to share	שְׁלֵא עֲשָׂנוּ
.with all mankind	כְּגוֹיֵי הָאָרְצוֹת,
You linked our fate	וְלֹא שָׁמְנוּ
.With all that lives	כְּמִשְׁפְּחוֹת הָאֲדָמָה.
And made our portion	שְׁלֵא שָׁם חֶלְקֵנוּ כָּהֵם,
.With all in the world	וְגוֹרְלֵנוּ כְּכֹל הַמוֹנִם,

---

Some of us like to worship	שֶׁהֵם מִשְׁתַּחֲוִים
,You	לְהִבָּל וְרִיק, (ישעיה לז: חלק)
.As emptiness and void	וּמִתְפַּלְלִים אֶל אֵל לֹא יוֹשִׁיעַ.
	(ישעיה מה:כ חלק)

---

Some of us want to worship  
    ,You  
    .As King of Kings  
We all consider You  
    .sacred and blessed

---

וְאַנְחָנוּ כּוֹרְעִים  
וּמְשַׁתַּחֲוִים וּמוֹדִים,  
לְפָנֵי מֶלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים  
הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא,

---

    We stand amazed  
    ,At the vault of the sky  
    .At the firmness of Earth  
    ,And deem You  
Enthroned in the Highest  
    ,realms  
    .Dwelling also in and with us

---

שֶׁהוּא נוֹטֵה שָׁמַיִם  
וְיֹסֵד אֶרֶץ,  
וּמוֹשֵׁב יְקָרוֹ  
בְּשָׁמַיִם מִמַּעַל,  
וְשׁוֹכֵנֵת עִזּוֹ בְּגִבְהֵי מְרוֹמִים.

---

    .You are our God  
    .There is nothing else  
    .Your Truth is supreme  
    .Existence is nothing but You

---

הוּא אֱלֹהֵינוּ  
אֵין עוֹד,  
אֱמֶת מִלְּפָנָיו,  
אָפֶס זוּלָתוֹ.  
כִּכְתוּב בְּתוֹרָתוֹ:  
וַיִּדְעַת הַיּוֹם  
וְהִשְׁבַּת אֶל לְבָבָהּ,  
כִּי יְהוָה הוּא הָאֱלֹהִים

---

בְּשֵׁמִים מִמֶּעַל  
וְעַל הָאָרֶץ מִתַּחַת  
אֵין עוֹד: (דְּבָרִים ז:ל"ט)

---

;So Your Torah guides us	כְּפָתוּב בְּתוֹרָתְךָ:
Yah's kingdom	יְהוָה יִמְלֹךְ
Extends throughout the	לְעֵלָם וְעַד: (שְׁמוֹת טו:יח)
.Cosmos	וְנֶאֱמַר:
:Further it is stated	וְהָיָה יְהוָה לְמֶלֶךְ
Yah will indeed govern	עַל כָּל הָאָרֶץ
.Over all there is	בַּיּוֹם הַהוּא יְהִיָּה יְהוָה אֶחָד
On that Day, Yah will be	וְשִׁמוֹ אֶחָד: (זְכוּרִיָּה יד:ט)
.One	
And Her Name, Will be	
.ONE	

---

### 38. Alenu 2 R' Marc Labowitz

---

Alenu, Alenu, Alenu, L'shabeach	עֲלֵינוּ לְשַׁבַּח
---------------------------------	--------------------

---

Now you rest upon us

---

Alenu, Alenu, Alenu, L'shabeach	עֲלֵינוּ לְשַׁבַּח
---------------------------------	--------------------

---

Now, you are within us

---

Alenu..Now You have become us

---

Alenu....Now you're moving through  
us

---

*Va-anachnu Kor'im*

וְאַנְחֵנוּ כּוֹרְעִים

*Va-anachnu Mishtachavim*

וּמִשְׁתַּחֲוִים וּמוֹדִים,

*V'anachnu Modim*

---

Remember this moment

וְיָדַעַת הַיּוֹם

and commit it to your heart,

וְהִשְׁבַּת אֶל לְבָבְךָ

This moment

and commit it to your soul

This moment

Amen

---

39 The Mourner's Kaddish

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ

Yitgadal v'yitkadash

שְׁמֵהּ רַבָּא

shemei Raba

בְּעֲלָמָא דִּי בְּרָא כְּרַעוּתָהּ

B'Alma Di v'ra Chirutei

וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ

V'yamlich malchutei

בְּחַיִּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן

B'Chayechon uv'yomechon

וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל

U'v'chayei D'chol Beit Yisrael

Ba-agala u'vizman karov, v'imru

בְּעֲגָלָא וּבְזִמַּן קָרִיב וְאָמְרוּ

**Amen**

**אָמֵן**

**Y'hei Shmei Raba Mevorach**

יְהִי שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלַם

**L'olam ul'olmay almaya**

וּלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא

Yitbarach v'yishtabach v'yit'pa'ar

יִתְבָּרַךְ וַיִּשְׁתַּבַּח וַיִּתְפָּאֵר וַיִּתְרוֹמֵם

V'yithadar v'yit'aleh v'yithalal

וַיִּתְנַשֵּׂא וַיִּתְהַדָּר וַיִּתְעַלֶּה וַיִּתְהַלָּל

Sh'mei dekudesha **B'reech Hu**

שְׁמֵהּ דְקוּדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא

L'eila (u'le'eila)

לְעֵלָא מִן-כָּל- (בעשׂי"ת לְעֵלָא

min kol Birchata v'shirata

לְעֵלָא מְכָל) בְּרַכְתָּא וְשִׁירְתָּא

Tushbe-chata v'nechemata

תְּשֻׁבְחָתָא וְנַחֲמָתָא דְאֲמִירָן

Da-amiran B'alma v'imru

בְּעֲלָמָא וְאָמְרוּ אָמֵן:

יְהִי שְׁלָמָא רַבָּא מִן-שְׁמַיָּא וְחַיִּים

עָלֵינוּ וְעַל-כָּל-יִשְׂרָאֵל וְאָמְרוּ אָמֵן:



**Amen**

Y'hei Sh'lama Rabba min Shamaya

V'chayim Alenu V'al kol Yisrael

V'imru **Amen**

Oseh Shalom B'mromav,

Hu Yaaseh Shalom Alenu

V'al Kol Yisrael, V'al kol yoshvei  
tevel

V'imru **Amen**

עוֹשֶׂה שְׁלוֹם (בעֲשֵׂי"ת הַשְּׁלוֹם)

בְּמִרְוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ

וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְאִמְרוּ אָמֵן:

#### 40. Psalm 27 for Elul

---

דָּוִד | יְהוָה | אֹרֵי וַיִּשְׁעֵי

מִמֵּי אִירָא

יְהוָה מְעוֹז־חַיִּי

מִמֵּי אֶפְחָד:

Yah, you are my Light, my Savior,

Whom need I dread?

Yah, With You as my strong

Protector

Who can make me panic?

בְּקָרֵב עָלַי | מְרַעִים

לְאַכֵּל אֶת־בְּשָׂרִי

צָרִי וְאִיְבֵי לִי

When hateful bullies gang up on me,

Wanting to harass me,

To oppress and terrorize me,

הֵמָּה כִּשְׁלוֹ וְנִפְלוֹ:

They are the ones who stumble and fall.

אִם־תִּחְנֶנֶה עָלַי | מִחְנֶנֶה

לֹא־יִירָא לְבִי

אִם־תִּקְוֶם עָלַי מִלְחָמָה

בְּזֹאת אֲנִי בֹטֵחַ:

Even if a gang surrounds me

My heart is not weakened.

If a battle is joined around me

My trust in You is firm.

אַחַת | שְׁאַלְתִּי מֵאֵת־יְהוָה

אוֹתָהּ אֲבַקֵּשׁ

שְׁבִיתִי בְּבֵית־יְהוָה

כָּל־יְמֵי חַיֵּי

לְחַזֹּת בְּנֹעַם־יְהוָה

וּלְבַקֵּר בְּהִיכָלוֹ:

Only one thing do I ask of You, Yah,

Just this alone do I seek:

I want to be at home with You, Yah,

All the days of my life.

I want to delight in seeing You,

When I come to visit You in Your Temple.

כִּי יִצְפֹּנֵנִי | בְּסֹפֶה בְּיוֹם רָעָה

יִסְתַּרְנִי בְּסֹתֵר אֹהֶלוֹ

בְּצֹר יְרוּמָמְנִי:

You hide me in Your Sukkah on a foul day.

You conceal me unseen in Your tent  
And also raise me beyond anyone's

reach.

וְעַתָּה יְרוּם רֹאשִׁי

עַל אֵיבֵי סְבִיבוֹתַי

וְאֶזְבְּחָהּ בְּאֹהֶלוֹ זִבְחֵי תְרוּעָה

אֲשִׁירָה וְאֶזְמְרָה לַיהוָה:

And now, as You have held my head high,

Despite the presence of my powerful foes,

I prepare to celebrate and thrill,

---

Singing and making music to You,  
Yah!

---

שְׁמַע־יְהוָה קוֹלִי אֶקְרָא  
וְחַנּוּנִי וְעֲנֵנִי:

---

Listen, Yah, to the sound of my cry  
And, being kind, answer me.

---

לֵךְ | אֶמַר לְבִי בִקְשׁוּ פָנַי  
אֶת־פָּנֶיךָ יְהוָה אֲבַקֵּשׁ:

---

My heart has said: I turn to seek You,  
Your Presence is what I beg for.

---

אַל־תִּסְתֵּר פָּנֶיךָ | מִמֶּנִּי  
אַל־תִּטְּבֵאֵן  
עֲבָדְךָ עֲזָרְתִי הָיִיתָ  
אַל־תִּטְּשֵׁנִי וְאַל־תִּעְזֹבֵנִי  
אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל:

---

Don't hide Your Face from me.  
Don't just put me down,  
You, who have been my helper  
Don't abandon me, don't forsake me,  
God, my support.

---

כִּי־אָבִי וְאִמִּי עֲזָבוּנִי  
וַיְהוֶה יֶאֱסֶפֶנִּי:

---

Though father and mother have left  
me  
You, Yah, will hold me securely.

---

הֲוֹרֵנִי יְהוָה דְרָכְךָ  
וְנַחֲנִי בְּאַרְחַ מִיִּשׁוֹר לְמַעַן שׁוֹרְרֵי:

---

Please teach me Your way  
And guide me on the straight path.

---

אַל־תִּתְּנֵנִי בְּגִפְשׁ צָרִי  
כִּי קָמוּ־בִי עֲדֵי־שֹׁקֵר  
וַיִּפַּח חָמָס:

---

Discourage those who defame me.  
False witnesses stood up against me,  
Belching out violence.  
Don't let me become the victim of  
my foes.

---

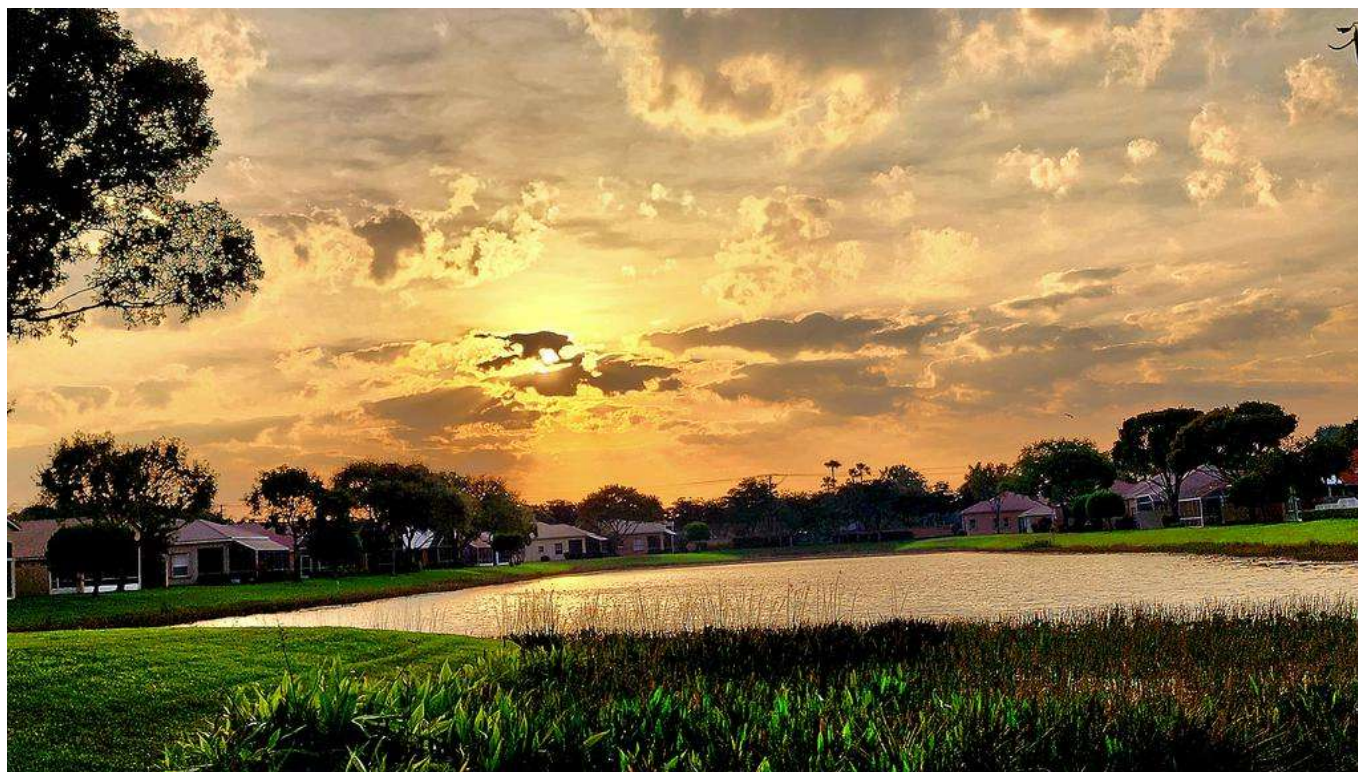
לֹא אֶמְנַתִּי לְרֵאוֹת  
בְּטוֹב־יְהוָה בְּאַרְצֵי חַיִּים:

[I would not have survived]  
If I had not hoped that I would yet  
see  
Yah's goodness fully alive on Earth.

---

קְוֵה אֶל־יְהוָה  
חֲזָק  
וַיַּצְמַח לִבְךָ  
וְקְוֵה אֶל־יְהוָה:

So friend, you too, hope to Yah.  
Be sturdy!  
And make strong your heart!  
And most of all —keep hoping to  
Yah.



**FESTIVALS AND ROSH CHODESH HALLEL** Photo by R. Charles  
Wolfson

40. O Holy One, You are the source of Blessing, you sanctify us in the command to call out the Songs of Praise!

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מְלֶךְ  
הָעוֹלָם. אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו  
וְצִוָּנוּ לְקַרְאֵךְ אֶת הַהִלֵּל:

### Psalm 113

Sing out praises you servants of the One, Praise the G\*d's Holy essence/ name, may the Name be blessed from now until forever. From where the sun rises to where it sets, we will praise the Name. Raised beyond all earthly nations is G\*d's Heavenly Presence. Who is like the Eternal, our G\*d, such a lofty throne to view what is in the heavens and on earth.

The Holy One's power raises the poor and lifts up the needy from the dust, to set them with honored people.

G\*d sets the childless woman up as a joyous mother of children,

הַלְלוּיָהּ הַלְלוּ עַבְדֵי יְהוָה הַלְלוּ  
אֶת שֵׁם יְהוָה: יְהִי שֵׁם יְהוָה  
מְבָרָךְ מֵעַתָּה וְעַד-עוֹלָם: מִמְּזֻרְחַ-  
שָׁמַשׁ עַד-מְבוֹאוֹ מְהֵלֵל שֵׁם יְהוָה:  
רַם עַל-כָּל-גּוֹיִם יְהוָה עַל הַשָּׁמַיִם  
כְּבוֹדוֹ: מִי כִּיְהוָה אֱלֹהֵינוּ הַמְגַבִּיֵּה  
לְשֹׁבֵת: הַמְשַׁפִּילִי לְרֵאוֹת בַּשָּׁמַיִם  
וּבְאַרְץ: מְקִימֵי מַעְפָּר דָּל מֵאַשְׁפַּת  
יָרִים אָבִיוֹן: לְהוֹשִׁיבֵי עַם-נְדִיבִים  
עַם נְדִיבֵי עַמּוֹ: מוֹשִׁיבֵי עֵקֶרֶת  
הַבַּיִת אִם-הַבָּנִים שְׂמֵחָה הַלְלוּיָהּ:

## Halleluah!

### Psalms 114

When Israel went out of Egypt,  
the house of Jacob from a people of  
strange speech,

Judah became His holy one,  
Israel, His dominion.

The sea saw them and fled,  
Jordan ran backward,  
mountains skipped like rams,  
hills like sheep.

What's up with you, O sea, that  
you fled,

Jordan, that you ran backward,  
mountains, that you skipped like  
rams,

hills, like sheep?

Tremble, O earth, at the presence  
of the Lord,

at the presence of the God of  
Jacob,

who turned the rock into a pool of  
water,

בְּצֵאת יִשְׂרָאֵל מִמִּצְרַיִם בַּיִת  
יַעֲקֹב מֵעַם לֵעָז: הִיְתָה יְהוּדָה  
לְקֹדֶשׁוֹ יִשְׂרָאֵל מִמְּשֻׁלֹתָיו: הַיָּם  
רָאָה וַיָּנֹס הַיַּרְדֵּן יָסַב לְאַחֹר:  
הַהָרִים רָקְדוּ כְּאֵילִים גְּבָעוֹת כְּבָנֵי־  
צֹאן: מַה־לָּךְ הַיָּם כִּי תִנוּס הַיַּרְדֵּן  
תִּסַּב לְאַחֹר: הַהָרִים תִּרְקְדוּ  
כְּאֵילִים גְּבָעוֹת כְּבָנֵי־צֹאן: מִלְּפָנֶי  
אֲדֹנָי חוּלֵי אֶרֶץ מִלְּפָנֶי אֱלֹהֵי  
יַעֲקֹב: הַהִפְכִי הַצּוּר אֲגָם־מַיִם  
חֲלָמִישׁ לְמַעַיְנו־מַיִם:

the flinty rock into a fountain.

### Psalm 115

The Creator is mindful of us.

G\*d will bless us;

G\*d will bless the house of Israel;

G\*d will bless the house of Aaron;

The Holy One will bless those who are in awe, small and great alike.

May the Holy One increase your numbers, and your children's as well!

May You be blessed by the Creator, Maker of heaven and earth.

The heavens belong to G\*d, but the earth is for earthlings.

The dead cannot sing Hallel, to You, Oh G\*d, nor those who descend in silence!

And we will forever praise You, Yah, from now until forever, Halleluyah!

יְהוָה זָכָרְנוּ יְבָרֵךְ יְבָרֵךְ אֶת־בַּיִת  
יִשְׂרָאֵל יְבָרֵךְ אֶת־בַּיִת אֱהֲרֹן: יְבָרֵךְ  
יִרְאֵי יְהוָה הַקְּטָנִים עִם־הַגְּדֹלִים:  
יִסַּף יְהוָה עֲלֵיכֶם וְעַל־  
בְּנֵיכֶם: בְּרוּכִים אַתֶּם לַיהוָה עֹשֵׂה  
שָׁמַיִם וָאָרֶץ: הַשָּׁמַיִם שָׁמַיִם  
לַיהוָה וְהָאָרֶץ נָתַן לַבְּנֵי־אָדָם: לֹא־  
הִמְתִּים יְהַלְלוּ־יָהּ וְלֹא כָל־יִרְדֵי  
דוֹמָה: וְאַנְחָנוּ נְבָרֵךְ יְהוָה מֵעַתָּה  
וְעַד־עוֹלָם הַלְלוּ־יָהּ:

### Psalm 116

מִהָ־אֲשִׁיב לַיהוָה כָּל־תַּגְּמוֹלוֹתַי

How can I repay You, Holy One  
for all Your acts of grace to me?  
I raise the cup of deliverance  
and invoke Your name...  
O Holy One,  
I am Your servant,  
Your servant, and the child of your  
servant  
You have undone the cords that  
bound me.  
I will sacrifice a thank offering to  
You  
and invoke the name of the Holy  
One.  
I will pay my vows to You  
in the presence of all Your people,  
in the courts of the house of G\*d,  
in the midst of Jerusalem.  
Halleluyah.

עָלַי: כּוֹס־יְשׁוּעוֹת אֲשָׂא וּבָשִׂם  
יְהוָה אֶקְרָא: נְדָרַי לַיהוָה אֲשַׁלֵּם  
נִגְדָה־נָּא לְכָל־עַמּוֹ: יִקָּר בְּעֵינַי  
יְהוָה הַמּוֹתֵה לַחֲסִידָיו: אָנָּה יְהוָה  
כִּי־אֲנִי עַבְדְּךָ אֲנִי־עַבְדְּךָ בְּוַאֲמַתְךָ  
פִּתְחַת לְמוֹסְרַי: לְךָ־אֲזַבַּח זֶבַח  
תּוֹדָה וּבָשִׂם יְהוָה אֶקְרָא: נְדָרַי  
לַיהוָה אֲשַׁלֵּם נִגְדָה־נָּא לְכָל־עַמּוֹ:  
בַּחֲצֹרוֹת בַּיִת יְהוָה בְּתוֹכְכִי  
יְרוּשָׁלַם הַלְלוּיָהּ:

Psalm 117

Praise the Holy One , all you  
nations;  
extol G\*d, all you peoples,  
for great is Your steadfast love

הַלְלוּ אֶת־יְהוָה כָּל־גּוֹיִם שְׂבַחְוּהוּ  
כָּל־הָאֲמִיּוֹת: כִּי גָבַר עָלֵינוּ חַסְדּוֹ  
וַאֲמַת־יְהוָה לְעוֹלָם הַלְלוּיָהּ:



toward us;  
the faithfulness of the the Holy  
One endures forever.  
Halleluyah.

Psalm 118

Praise the Holy One, for G\*d is  
good,  
For G\*d's loving kindness is eternal

Let Israel declare:

G\*d's loving kindness is eternal

Let the House of Miriam and  
Aaron declare: G\*d's loving  
kindness is eternal

Let those in awe of G\*d declare:  
for G\*d's loving kindness is eternal

**From the tight spots** I called on  
Yah, and You answered me with  
wide expanse

G\*d is with me, I will not fear!

הוֹדוּ לַיהוָה כִּי־טוֹב כִּי לְעוֹלָם

חֲסִדּוֹ:

יֹאמְרוּ־נָא יִשְׂרָאֵל כִּי לְעוֹלָם חֲסִדּוֹ:

יֹאמְרוּ־נָא בֵּית־אֱהֲרֹן כִּי לְעוֹלָם

חֲסִדּוֹ:

יֹאמְרוּ־נָא יִרְאֵי יְהוָה כִּי לְעוֹלָם

חֲסִדּוֹ:

מִן־הַמִּצַּר קָרָאתִי יְהוָה עֲנֵנִי בַמְּרָחֵב

יְהוָה:

יְהוָה לִי לֹא אֵירָא מִה־יַעֲשֶׂה לִי

אָדָם:

יְהוָה לִי בְעֹזִי וְאֲנִי אֶרְאֶה

בְּשֹׁנְאֵי: טוֹב לְחַסוֹת בַּיהוָה מִבְּטָח

בְּאָדָם: טוֹב לְחַסוֹת בַּיהוָה מִבְּטָח

בַּנְּדִיבִים: כָּל־גּוֹיִם סָבְבוּנִי בְּשֵׁם

יְהוָה כִּי אֲמִילֵם: סָבְבוּנִי גַם־סָבְבוּנִי

*Ozi V'zimrat Yah, Vayehi Li Liyshua*

Oh Holy One, You are my strength  
and my song!

*Pitchu Li Sh'aareh Tzedek, Vatehi Li  
Liy'shua*

Open for me the gates of  
righteousness, so that I may enter  
them, and sing praises to Yah!

*Zeh ha-sha-are L"Adonai,  
Tzaddikim Yavo-u Vo*

This is the gate of G\*d, enter Oh  
Righteous ones

*Odecha Ki Anitani, Va-tehili li  
li'shuah*

I will praise You,  
for You have answered me,  
and have become my deliverance.

*Even ma-asu habonim, hayta l'rosh  
pinah*

The stone that the builders rejected  
has become the chief cornerstone.

בְּשֵׁם יְהוָה כִּי אֲמִילֶם: סְבוּנֵי  
כְּדַבְרִים דַּעְכוּ כְּאֵשׁ קוֹצִים בְּשֵׁם  
יְהוָה כִּי אֲמִילֶם: דָּחָה דְחִתַּנִּי  
לְנֶפֶל וַיְהוֶה עֲזָרָנִי:  
עֲזִי וְזִמְרַת יְהוָה וַיְהִי־לִי לְיִשׁוּעָה:  
קוֹל רִנָּה וַיִּשְׁוּעָה בְּאָהֳלֵי צַדִּיקִים  
יְמִין יְהוָה עָשָׂה חֵיל: יְמִין יְהוָה  
רוֹמְמָה יְמִין יְהוָה עָשָׂה חֵיל: לֹא־  
אֲמוֹת כִּי־אֶחְיֶה וְאֶסַּפֵּר מַעֲשֵׂי יְהוָה:  
יִסֹּר יִסְרָנִי יְהוָה וְלִמּוֹת לֹא נִתְּנָנִי:  
פֶּתַח־חַוֵּלִי שְׁעַר־צֶדֶק אֲבֹא־בָם  
אוֹדָה יְהוָה: זֶה־הַשְּׁעַר לַיהוָה  
צַדִּיקִים יָבֹאוּ בוֹ:  
אוֹדֶךָ כִּי עָנִיתָנִי וַתְּהִי־לִי לְיִשׁוּעָה:  
אוֹדֶךָ כִּי עָנִיתָנִי וַתְּהִי־לִי לְיִשׁוּעָה:  
אֶבֶן מָאֶסוּ הַבּוֹנִים הִיְתָה לְרֹאשׁ  
פְּנֵה: אֶבֶן מָאֶסוּ הַבּוֹנִים הִיְתָה  
לְרֹאשׁ פְּנֵה: מֵאֵת יְהוָה הִיְתָה  
זֹאת הִיא נִפְלְאֹת בְּעֵינֵינוּ:  
מֵאֵת יְהוָה הִיְתָה זֹאת הִיא  
נִפְלְאֹת בְּעֵינֵינוּ:

*Me-et Adonai Hayta zot, hee n'flat  
b'eyneynu*

This is the doings of the Holy  
One,

it is marvelous in our sight.

This is the day that the Holy One  
has made—

let us exult and rejoice on it.

*Ana Adonai Hoshiyah Nah*

Oh G\*d please deliver us!

*Ana Adonai Hoshiyah Nah*

Oh G\*d please deliver us!

*Ana Adonai Hatzlichah Nah*

Oh G\*d please help us to progress.

*Ana Adonai Hatzlichah Nah*

Oh G\*d please help us to progress.

May one who enters be blessed in

the name of the Holy One

we bless you from the House of the  
Holy One.

The Holy One is God;

who has given us light;

bind the festal offering to the horns  
of the altar with cords

זֶה־הַיּוֹם עָשָׂה יְהוָה נִגְיָלָה  
וְנִשְׁמְחָה בּוֹ: זֶה־הַיּוֹם עָשָׂה יְהוָה

נִגְיָלָה וְנִשְׁמְחָה בּוֹ:

אָנָּה יְהוָה הוֹשִׁיעָה נָּא:

אָנָּה יְהוָה הוֹשִׁיעָה נָּא:

אָנָּה יְהוָה הַצְּלִיחָה נָּא:

אָנָּה יְהוָה הַצְּלִיחָה נָּא:

בָּרוּךְ הֵבֵא בְּשֵׁם יְהוָה בְּרִכּוֹנֵכֶם

מִבֵּית יְהוָה: בָּרוּךְ הֵבֵא בְּשֵׁם

יְהוָה בְּרִכּוֹנֵכֶם מִבֵּית יְהוָה: אֵל

יְהוָה וַיֵּאָר לָנוּ אֶסְרוּחַג בְּעַבְתֵּימִ

עַד־קַרְנֹת הַמִּזְבֵּחַ: אֵל יְהוָה וַיֵּאָר

לָנוּ אֶסְרוּחַג בְּעַבְתֵּימִ עַד־קַרְנֹת

הַמִּזְבֵּחַ: אֵלֵי אַתָּה וְאוֹדֶךָ אֱלֹהֵי

אֲרוֹמְמֶךָ: אֵלֵי אַתָּה וְאוֹדֶךָ אֱלֹהֵי

אֲרוֹמְמֶךָ: הוֹדוּ לַיהוָה כִּי־טוֹב כִּי

לְעוֹלָם חֲסִדוֹ: הוֹדוּ לַיהוָה כִּי־טוֹב

כִּי לְעוֹלָם חֲסִדוֹ:

You are my God and I will praise

You;

You are my God and I will extol

You.

Praise the Holy One, for G\*d is  
good,

For G\*d's loving kindness is eternal

Berakhah after the Hallel

Blessed are you, Oh Holy One,  
sublime Divine, who is extolled  
with praises!!

הַלְלוּ אֱלֹהֵינוּ כָּל-מַעֲשֵׂיךָ  
וְחַסְדֵיךָ צְדִיקִים עוֹשֵׂי רְצוֹנְךָ וְכָל  
עַמֶּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל בְּרַנָּה יוֹדוּ  
וַיְבָרְכוּ וַיִּשְׁבְּחוּ וַיִּפְאָרוּ וַיִּשְׁוֹרְרוּ  
וַיְרַמְּמוּ וַיַּעֲרִיצוּ וַיִּקְדְּשׁוּ וַיִּמְלִיכוּ  
אֶת שְׁמֶךָ מִלְּכָנוּ תָּמִיד. כִּי לָךְ טוֹב  
לְהוֹדוֹת וּלְשַׁמֵּךְ נֶאֱמָר לְזַמֵּר. כִּי  
מֵעוֹלָם וְעַד עוֹלָם אַתָּה אֵל.  
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה מֶלֶךְ מְהֻלָּל  
בְּתִשְׁבָּחוֹת: