

In memory of Toni Mendez Shapiro,
whose generous bequest to children she did not know
made this compilation possible.

Thanks to Larry Cytryn, Mitchell Gershonowitz, Sandy Horowitz,
Nina Neshet and Rabbi Scott Weiner for their work on this book,
and to Janet McDowell for her graphic design and lay-out.
Compiled by Connie Heymann, Principal of
The Hebrew School of Beth Am and Hebrew Tabernacle

Table of Contents

Five Food Blessings בְּרָכוֹת הַנְּהֵנִין	1
Sh'ma שְׁמַע	3
Barchu בְּרָכוּ	4
Hine Ma Tov הִנֵּה מֵה־טוֹב	5
Shabbat Candles	6
Shehecheyanu שְׁהַחַיֵּנוּ	7
Blessing over Wine	8
Chanukah Candles	9
Maoz Tzur מְעוֹז צוּר	10
Ma Tovu מֵה־טוֹבוּ	12
Ma Nishtanah מֵה נִשְׁתַּנָּה	13
Modeh Ani מוֹדֵה אֲנִי	14
Oseh Shalom עֹשֵׂה שְׁלוֹם	15
Mi Chamocha מִי־כַמּוֹכָה	16
Aleinu עֲלֵינוּ	17
Adonai S'fatai אֲדֹנָי, שִׁפְתַי	18
L'cha Dodi לְכָה דוּדִי	19
Torah Study Blessing	20
Elu D'varim אֵלֵּו דְבָרִים	21
Avot אַבוֹת	22
Psalm 150	23
Selections from the Torah Service	24
Ein Keloheinu אֵין כְּאֵלֵהֵינוּ	25
Adon Olam אֲדוֹן עוֹלָם	26
V'ahavta וְאַהֲבַתָּה	28
V'shamru וְשָׁמְרוּ	30
Shalom Rav שְׁלוֹם רַב	31
Sim Shalom שִׂים שְׁלוֹם	32
G'vurot גְּבוּרוֹת	33
Hatikvah הַתִּקְוָה	34
Kiddush for the Eve of Shabbat קְדוּשַׁת לַיְלַל שַׁבָּת	35

Five Food Blessings

בְּרָכוֹת הַנְּהַנִּין

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
הַמוֹצִיא לֶחֶם מִן הָאָרֶץ.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You bring forth bread from the earth.

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא
מִיָּנִי מְזוֹנוֹת.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You create many kinds of food.

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא
פְּרֵי הָעֵץ.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You create the fruit of the tree.

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא
פְּרֵי הָאָדָמָה.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You create the fruit of the earth.

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֶׁהַכֹּל
נִתְּיָה בְּדַבָּרוֹ.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: by Whose word all things come into being.

Sh'ma שְׁמַע

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל: יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, יְהוָה אֶחָד! ✧

Hear, O Israel: the Eternal One is our God, the Eternal God alone!

בָּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד!

Blessed is God's majestic name for ever and ever!

✧ Deuteronomy 6:4

Barchu בְּרַכּוּ

בְּרַכּוּ אֶת־יְיָ הַמְּבָרָךְ!

Praise the One to whom our praise is due!

בְּרוּךְ יְיָ הַמְּבָרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד!

Praised be the One to whom our praise is due, now and for ever!

Hine Ma Tov הִנֵּה מֵה־טוֹב

הִנֵּה מֵה־טוֹב וּמֵה־נְעִים שְׁבֶת אַחִים/אַחִיות
גַּם־יַחַד.

How good it is, and how pleasant, when we dwell together in unity.

Shabbat Candles

בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שַׁבָּת.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You hallow us with Your *mitzvot*, and command us to kindle the lights of Shabbat.

שֶׁחֵחַיָּנוּ Shehecheyanu

בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֶׁחֵחַיָּנוּ
וְקִיַּמְנוּ וְהַגִּיעָנוּ לְזֶמֶן הַזֶּה.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: for giving us life, for sustaining us, and for enabling us to reach this moment.

Blessing over Wine

בָּרוּךְ אַתָּה, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא
פְּרֵי הַתֵּבֵן.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe:
Creator of the fruit of the vine.

Chanukah Candles

בְּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל חֲנֻכָּה.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You hallow us with Your *mitzvot*, and command us to kindle the Chanukah lights.

בְּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֶׁעָשָׂה
נִסִּים לְאַבוֹתֵינוּ וְלְאִמּוֹתֵינוּ בַּיָּמִים הָהֵם בְּזִמַּן
הַזֶּה.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You showed wonders to our ancestors in days of old, at this season.

On the first night of Chanukah Shehecheyanu (page 7) is also recited

Maoz Tzur מעוז צור

מְעוֹז צוֹר יְשׁוּעָתִי,
לֵךְ נָאָה לְשִׁבְתִּי,
תִּכּוֹן בַּיִת תִּפְלְתִי,
וְשֵׁם תּוֹדָה נִזְבַּחַת.
לַעֲת תִּשְׁבִּית מִטְבַּח
מִצָּר הַמְּנַבַּח,
אֲז אֲנַמּוֹר, בְּשִׁיר מִזְמוֹר,
תִּנְכַּח הַמְּזַבַּח.

Rock of ages, let our song
Praise Your saving power
You, amid the raging foes
Were our sheltering tower.
Furious, they assailed us,
But Your arm availed us,
And Your word
Broke their sword,
When our own strength failed us.

Kindling new the holy lamps,
Priests approved in suffering,
Purified the nation's shrines
Brought to God their offering.
And His courts surrounding
Hear, in joy abounding,
Happy throngs,
Singing songs,
With a mighty sounding.

Children of the Macabees,
Whether free or fettered,
Wake the echoes of the songs,
Where you may be scattered.
Yours the message cheering.
That the time is nearing,
Which will see
All men free,
Tyrants disappearing.

Ma Tovu מַה־טוֹבוֹ

מַה־טוֹבוֹ אֹהֶלֶיךָ, יַעֲקֹב, מִשְׁכְּנֹתֶיךָ, יִשְׂרָאֵל! ✧

How lovely are your tents, O Jacob, your dwelling places, O Israel!

✧ Numbers 24:5

מה נשתנה Ma Nishtanah

מה נשתנה הלילה הזה מכל הלילות?
שבכל הלילות אנו אוכלין חמץ ומצה,
הלילה הזה כלו מצה!
שבכל הלילות אנו אוכלין שאר ירקות,
הלילה הזה מרור!
שבכל הלילות אין אנו מטבילין אפילו
פעם אחת, הלילה הזה שתי פעמים!
שבכל הלילות אנו אוכלין בין יושבין
ובין מסבין, הלילה הזה כלנו מסבין!

Why is this night different from all other nights?

On all other nights we eat bread leavened or unleavened: on this night unleavened only!

On all other nights we eat all kinds of herbs: on this night, bitter herbs!

On all other nights we do not dip herbs at all: on this night, twice!

On all other nights we eat sitting upright or reclining: on this night, we all recline!

מודה אני Modeh Ani

מודה/מודה אני לפניך מֵלֵךְ חַי וְקַיִם
שֶׁחָזַרְתָּ בִּי נְשַׁמְתִּי בְּחַמְלָה, רַבָּה אֱמוּנָתְךָ.

I give thanks to You, living and everlasting Ruler, for You have restored my soul to me with mercy. Great is your faithfulness.

Oseh Shalom עֲשֵׂה שָׁלוֹם

עֲשֵׂה שָׁלוֹם בְּמַרוֹמָיו, הוּא יַעֲשֶׂה שָׁלוֹם
עָלֵינוּ וְעַל-כָּל-יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ: אָמֵן.

May the One who causes peace to reign in the high heavens cause peace to reign among us and all Israel. And we say: Amen.

Mi Chamocha מִי־כַמְּוֹכָה

מִי־כַמְּוֹכָה בְּאֵלִים, יְהוָה? מִי כַמְּוֹכָה נֶאֱדָר
בְּקֹדֶשׁ, נוֹרָא תְהִלָּתוֹ, עֲשֵׂה פִלְאָ?*

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

(Evening)

מִלְּכוּתְךָ רָאוּ בְּנֵיךָ, בּוֹקֵעַ יָם לִפְנֵי מֹשֶׁה; "זֶה
אֱלֹהֵינוּ!" † עָנוּ וְאָמְרוּ: "יְהוָה יִמְלֹךְ לְעֹלָם וָעֶד!"*

In their escape from the sea, Your children saw Your sovereign
might displayed. "This is my God!" they cried. "The Eternal One
will reign for ever and ever!"

(Morning)

שִׁירָה יְחַדְּשָׁה שְׂבָחוֹ גְּאוּלָּיִם לְשִׁמְךָ עַל־שִׁפְתֵי
הַיָּם; יַחַד כָּלָם הוֹדוּ וְהִמְלִיכוּ וְאָמְרוּ: "יְהוָה
יִמְלֹךְ לְעֹלָם וָעֶד!"*

A new song the redeemed sang to Your name. At the shore of the
sea, saved from destruction, they proclaimed Your sovereign power:
"The Eternal One will reign for ever and ever!"

☆ Exodus 15:11 † Exodus 15:2 * Exodus 15:18

עֲלֵינוּ Aleinu

עֲלֵינוּ לְשַׁבַּח לְאֲדוֹן הַכֹּל, לְתֵת גְּדֻלָּה
לְיוֹצֵר בְּרֵאשִׁית, שֶׁלֹּא עָשָׂנוּ כְּגוֹיֵי הָאָרְצוֹת,
וְלֹא שָׁמְנוּ כְּמִשְׁפְּחוֹת הָאָרֶץ; שֶׁלֹּא שָׁם
חִלְקֵנוּ כָּהֵם, וְגוֹרְלֵנוּ כְּכָל־הַמּוֹנִם.
וְאַנְחֵנוּ כּוֹרְעִים וּמְשַׁתַּחֲוִים וּמוֹדִים לְפָנֶי
מֶלֶךְ מַלְכֵי הַמְּלָכִים, הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא.

We must praise the God of all, the Maker of heaven and earth, who has set us apart from the other families of the earth, giving us a destiny unique among the nations.

Therefore we bow in awe and thanksgiving before the One who is sovereign over all, the Holy and Blessed One.

Adonai S'fatai אֲדֹנָי, שִׁפְתַי

אֲדֹנָי, שִׁפְתַי תִּפְתַּח, וּפִי יִגִּיד תְּהִלָּתְךָ. ☆

Eternal God, open my lips, that my mouth may declare Your glory.

☆ Psalms 51:17

L'cha Dodi לְכָה דוּדִי

לְכָה דוּדִי לְקַרְאֵת כַּלָּה, פְּנֵי שַׁבַּת נִקְבְּלָה.

Beloved, come to meet the bride; beloved, come to meet Shabbat.

Torah Study Blessing

בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְעִסּוֹק בְּדַבְרֵי תוֹרָה.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: You hallow us with Your *mitzvot*, and command us to engage in the study of Torah.

אלו דברים Elu D'varim

אלו דברים שאין להם שעור:
כבוד אב ואם, וגמילות חסדים,
והשכמת בית המדרש שחרית וערבית,
והכנסת אורחים, ובקור חולים,
והכנסת כלה, ולוית המת, ועיון תפלה,
והבאת שלום בין אדם לחברו.
ותלמוד תורה כנגד כלם.

These are the duties whose worth cannot be measured: honoring one's father and mother, acts of kindness, attendance in the House of Study morning and evening, hospitality to strangers, visiting the sick, celebrating with a bride, accompanying the dead (to burial), concentrating on the meaning of prayers, and making peace between fellows. And the study of Torah is equal to them all.

אבות Avot

בְּרוּךְ אַתָּה יי, אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ
וְאֲמוֹתֵינוּ: אֱלֹהֵי אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק,
וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב. אֱלֹהֵי שָׂרָה, אֱלֹהֵי רִבְקָה,
אֱלֹהֵי לֵאָה וְאֱלֹהֵי רָחֵל. הָאֵל הַגָּדוֹל
הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֲלִיוֹן, גּוֹמֵל חַסְדִּים
טוֹבִים וְקוֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר חַסְדֵי אֲבוֹת
וְאֲמָהוֹת, וּמְבִיא גְאֻלָּה לְבָנֵי בְנֵיהֶם, לְמַעַן
שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה. מְלֶכֶד עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמְגִן.
בְּרוּךְ אַתָּה יי, מְגִן אַבְרָהָם וְעֵזֶר שָׂרָה.

Praised be our God, the God of our ancestors: God of Abraham, God of Isaac, and God of Jacob; God of Sarah, God of Rebekah, God of Leah and God of Rachel. Great, mighty, and awesome God, God supreme. Who shows lovingkindness to the righteous, Who possesses everything. You remember the faithfulness of our ancestors, and in love bring redemption to their children's children for the sake of Your name. You are our Sovereign and our Help, our Redeemer and our Shield. We praise You, Eternal One, Shield of Abraham, Protector of Sarah.

Psalm 150

הַלְלוּ יְהוָה!
הַלְלוּ-אֵל בְּקֹדֶשׁוֹ, הַלְלוּהוּ בְּרִקְעַ עֲזוֹ.
הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו, הַלְלוּהוּ כְּרַב גְּדָלוֹ.
הַלְלוּהוּ בְּתִקְעַ שׁוֹפָר, הַלְלוּהוּ בְּנֶבֶל וְכַנּוֹר.
הַלְלוּהוּ בְּתֹף וּמְחֹל, הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעֹבָב.
הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי שִׁמְעַ,
הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה.
כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה. הַלְלוּ יְהוָה!

Halleluyah!

Praise God in God's sanctuary; praise God Whose power the heavens proclaim.

Praise God for God's mighty acts, praise God for God's surpassing greatness.

Praise God with shofar blast, praise God with harp and lute.

Praise God with drum and dance, praise God with strings and pipe.

Praise God with cymbals sounding, praise God with cymbals resounding.

Let every soul praise God. Halleluyah!

Selections from the Torah Service

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל: יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, יְהוָה אֶחָד! ☆

Hear, O Israel: the Eternal One is our God, the Eternal God alone!

אֶחָד אֱלֹהֵינוּ, גָּדוֹל אֲדֹנָינוּ, קָדוֹשׁ שְׁמוֹ!

Our God is One. Our God is great. Holy is God's name.

גְּדַלּוֹ לַיהוָה אֲתִי, וְנִרְוַמְכָּה שְׁמוֹ יַחְדָּו. ✎

O magnify the Eternal One with me, and together let us exalt God's name.

עֵץ-חַיִּים הִיא לַמַּחְזִיקִים בָּהּ, וְתַמְכִּיהָ מֵאֲשֶׁר. *
דַּרְכֶיהָ דַּרְכֵי-נֹעַם, וְכָל-נְתִיבוֹתֶיהָ שְׁלוֹם. ⦿

It is a tree of life to those who hold it fast, and all who cling to it find happiness. Its ways are ways of pleasantness, and all its paths are peace.

☆ Deuteronomy 6:4

✎ Psalms 34:4

* Proverbs 3:18

⦿ Proverbs 3:17

אין כאלהינו Ein Keloheinu

אין כאלהינו, אין כִּאֲדוֹנֵנוּ,
אין כְּמִלְכֵנוּ, אין כְּמוֹשִׁיעֵנוּ.
מי כאלהינו, מי כִּאֲדוֹנֵנוּ?
מי כְּמִלְכֵנוּ, מי כְּמוֹשִׁיעֵנוּ?
נוֹדֶה לְאֱלֹהֵינוּ, נוֹדֶה לְאֲדוֹנֵנוּ,
נוֹדֶה לְמִלְכֵנוּ, נוֹדֶה לְמוֹשִׁיעֵנוּ.
בָּרוּךְ אֱלֹהֵינוּ, בָּרוּךְ אֲדוֹנֵנוּ,
בָּרוּךְ מִלְכֵנוּ, בָּרוּךְ מוֹשִׁיעֵנוּ.
אַתָּה הוּא אֱלֹהֵינוּ, אַתָּה הוּא אֲדוֹנֵנוּ,
אַתָּה הוּא מִלְכֵנוּ, אַתָּה הוּא מוֹשִׁיעֵנוּ.

There is none like our God, our Sovereign, our Redeemer.
Who is like our God, our Sovereign, our Redeemer?
We give thanks to our God, our Sovereign, our Redeemer.
Praised be our God, our Sovereign, our Redeemer.
You are our God, our Sovereign, our Redeemer.

אֲדוֹן עוֹלָם Adon Olam

אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מֶלֶךְ, בְּטוֹרֵם כָּל יְצִיר נִבְרָא;
לַעֲת נַעֲשֶׂה בְּחִפְצוֹ כָּל, אֲזִי מֶלֶךְ שְׁמוֹ נִקְרָא.
וְאַחֲרֵי כָכֵלּוֹת הַכֹּל, לְבַדּוֹ יִמְלֹךְ נוֹרָא;
וְהוּא הָיָה וְהוּא הַיּוֹם, וְהוּא יִהְיֶה בְּתַפְאֲרָה.
וְהוּא אֶחָד, וְאֵין שֵׁנִי, לְהַמְשִׁיל לוֹ, לְהַחֲבִירָה;
בְּלִי יְרֵאֻשִׁית, בְּלִי תַכְלִית, וְלוֹ הָעֵז וְהַמְשָׁרָה.
וְהוּא אֱלֹהִי, וְחִי גֹאֲלִי, וְצוֹר חֲבֻלִי בְּעֵת צָרָה;
וְהוּא נָסִי וּמְנוֹס לִי, מִנֶּת כּוֹסֵי בְיוֹם אֶקְרָא.
בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחִי, בְּעֵת אִישָׁן וְאַעִירָה;
וְעַם רוּחִי גְוִיֹּתִי; יִי לִי, וְלֹא אִירָא.

You are the Eternal God, who reigned before any being had been created; when all was done according to Your will, already then You were Sovereign.

And after all has ceased to be, still You will reign in solitary majesty; You were, You are, You will be in glory.

And You are One; none other can compare to You, or consort with You; You are without beginning, without end; Yours alone are power and dominion.

And You are my God, my living Redeemer, my Rock in time of trouble and distress; You are my banner and my refuge, my benefactor when I call on You.

Into Your hands I entrust my spirit, when I sleep and when I wake; and with my spirit, my body also: You are with me, I shall not fear.

וְאַהֲבַת V'ahavta

וְאַהֲבַתְּ אֶת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בְּכָל-לִבְבְּךָ
וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-מְאֹדְךָ : וְהָיוּ הַדְּבָרִים
הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְּךָ הַיּוֹם עַל-לִבְבְּךָ :
וּשְׁנַנְתָּם לְבָנֶיךָ וּדְבַרְתָּ בָּם בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ
וּבְלִכְתּוֹךָ בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ : וְקִשְׂרָתָם
לְאוֹת עַל-יָדְךָ וְהָיוּ לְטֹטְפֹת בֵּין עֵינֶיךָ :
וְכִתַּבְתָּם עַל-מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ :[☆]

לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-כָּל-מִצְוֹתַי וְהֵייתֶם
קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם : אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם אֲשֶׁר
הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לְהִיוֹת לָכֶם
לֵאלֹהִים אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם :[♣]

You shall love your Eternal God with all your mind, with all your being. Set these words, which I command you this day, upon your heart. Teach them faithfully to your children; speak of them in your home and on your way, when you lie down and when you rise up. Bind them as a sign upon your hand; let them be symbols before your eyes; inscribe them on the doorposts of your house and upon your gates.

Be mindful of all My *mitzvot*, and do them: so shall you consecrate yourselves to your God. I am your Eternal God who led you out of Egypt to be your God; I am your Eternal God.

☆ Deuteronomy 6:5-9 § Numbers 15:40-41

וְשָׁמְרוּ V'shamru

וְשָׁמְרוּ בְנֵי-יִשְׂרָאֵל אֶת-הַשַּׁבָּת, לַעֲשׂוֹת
אֶת-הַשַּׁבָּת לְדֹרֹתָם בְּרִית עוֹלָם. בֵּינִי וּבֵין
בְנֵי יִשְׂרָאֵל אֹתָהּ הִיא לְעֹלָם. כִּי-שֵׁשֶׁת יָמִים
עָשָׂה יְהוָה אֶת-הַשָּׁמַיִם וְאֶת-הָאָרֶץ, וּבַיּוֹם
הַשְּׁבִיעִי שָׁבַת וַיִּנָּפֵשׁ. [☆]

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

☆ Exodus 31:16-17

Shalom Rav שְׁלוֹם רַב

שְׁלוֹם רַב עַל-יִשְׂרָאֵל עַמְּךָ תְּשִׁים לְעוֹלָם,
כִּי אַתָּה הוּא מֶלֶךְ אֲדוֹן לְכָל-הַנְּשֻׁלִים.
וְטוֹב בְּעֵינֶיךָ לְבָרֵךְ אֶת-עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל
וְאֶת-כָּל-הָעַמִּים בְּכָל-עֵת וּבְכָל-שָׁעָה
בְּנִשְׁלוֹמְךָ. בָּרוּךְ אַתָּה יי, הַמְּבָרֵךְ אֶת-עַמּוֹ
יִשְׂרָאֵל בְּנִשְׁלוֹם.

Sovereign Source of peace, let Israel Your people know enduring peace,
for it is good in Your sight to bless Israel and all peoples continually
with Your peace. We praise You, God, for You bless Israel with peace.

שִׁים שְׁלוֹם Sim Shalom

שִׁים שְׁלוֹם, טוֹבָה וּבְרָכָה, חֵן וְחֶסֶד וְרַחֲמִים,
עָלֵינוּ וְעַל כָּל-יִשְׂרָאֵל עַמּוֹךְ. בְּרַכְנוּ אָבוּנוּ,
כְּלָנוּ כְּאַחַד בְּאוֹר פְּנִיךָ, כִּי בְאוֹר פְּנִיךָ נְתַתָּ
לָנוּ, יי אֱלֹהֵינוּ, תּוֹרַת חַיִּים, וְאַחֲבַת חֶסֶד,
וְצַדִּיקָה וּבְרָכָה וְרַחֲמִים וְחַיִּים וְשְׁלוֹם. וְטוֹב
בְּעֵינֶיךָ לְבָרֵךְ אֶת-עַמּוֹךְ יִשְׂרָאֵל וְאֶת-כָּל-
הָעַמִּים בְּכָל-עֵת וּבְכָל-שָׁעָה בְּשִׁלוֹמְךָ. בְּרוּךְ
אַתָּה יי, הַמְּבָרֵךְ אֶת-עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל בְּשְׁלוֹם.

Grant peace, goodness, and blessing, favor, kindness and compassion upon us and upon all Israel, Your people. Bless us, our Parent, all of us as one with the light of Your countenance. For by the light of Your countenance, You gave us, *Adonai* our God, a Torah of life and the love of kindness, righteousness, blessing, compassion, life, and peace. And may it be good in Your sight to bless Your people Israel, at all times and at every moment with Your peace. Blessed are You, *Adonai*, Who blesses Your people Israel with peace.

G'vurot גבורות

אַתָּה גְבוּר לְעוֹלָם, אֲדֹנָי, מְחַיֶּה הַכֹּל אֶתָּה,
רַב לְהוֹשִׁיעַ. מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחֶסֶד, מְחַיֶּה
הַכֹּל בְּרַחֲמִים רַבִּים. סוֹמֵךְ נוֹפְלִים, וְרוֹפֵא
חוֹלִים, וּמַתִּיר אֲסוּרִים, וּמְקַיֵּם אֲמוּנָתוֹ לַיְשָׁנִי
עֶפְרַי. מִי כְמוֹךָ בְּעַל גְבוּרוֹת, וּמִי דוֹמֶה לָּךְ,
מֶלֶךְ מִמִּית וּמְחַיֶּה וּמְצַמִּיחַ יְשׁוּעָה?
וּנְאֻמָּן אֶתָּה לְהַחְיֹת הַכֹּל. בְּרוּךְ אַתָּה יי,
מְחַיֶּה הַכֹּל.

Eternal is Your might, O God; all life is Your gift; great is Your power to save!

With love You sustain the living, with great compassion give life to all. You send help to the falling and healing to the sick; You bring freedom to the captive and keep faith with those who sleep in the dust.

Who is like You, Mighty One, Author of life and death, Source of salvation?

We praise You, O God, the Source of life.

Hatikvah התקווה

כָּל עוֹד בְּלֵב בְּנִימָה
נִפְשׁ יְהוּדֵי הוֹמְיָה,
וּלְפִאֲתֵי מִזְרַח קִדְיָמָה
עֵין לְצִיּוֹן צוֹפְיָה.

עוֹד לֹא אֲבָדָה תְּקוּתָנוּ,
הַתְּקוּוּהָ שְׁנֹת אֲלָפִים,
לְהִיּוֹת עִם חֲפְשֵׁי בְּאֶרֶצְנוּ,
בְּאֶרֶץ צִיּוֹן וִירוּשָׁלַיִם.

So long as still within the inmost heart a Jewish spirit sings, so long as the eye looks eastward, gazing toward Zion, our hope is not lost — that hope of two millenia, to be a free people in our land, the land of Zion and Jerusalem.

Kiddush for the Eve of Shabbat קְדוּשַׁת לַיְלַל שַׁבָּת

וַיְכַלּוּ הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ וְכָל-צְבָאָם. וַיְכַל
אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה;
וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְכָל-מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר
עָשָׂה. וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת-יוֹם הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדְּשֵׁהוּ
אֵתוֹ, כִּי בּוֹ שָׁבַת מְכָל-מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר-בָּרָא
אֱלֹהִים לַעֲשׂוֹת.☆

Now the whole universe – sky, earth, and all their array – was completed. With the seventh day God ended the work of creation; on the seventh day God rested, with all the work completed. Then God blessed the seventh day and called it holy, for with this day God had completed the work of creation.

☆ Genesis 2:1-2:3

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא
פְּרֵי הַגֶּפֶן.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe:
Creator of the fruit of the vine.

בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתַיִךְ וְרָצָה בָּנוּ, וְשִׁבַּת קִדְּשׁוֹ
בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָנוּ, זְכוֹרֹן לְמַעֲשֵׂה
בְּרֵאשִׁית. כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קִדְּשׁ, זְכוֹר
לְיִצִּיאַת מִצְרַיִם. כִּי־בָנוּ בְּחֵרָתְךָ וְאוֹתָנוּ קִדְּשָׁתְךָ
מִכָּל־הָעַמִּים, וְשִׁבַּת קִדְּשֶׁךָ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן
הִנְחַלְתָּנוּ. בָּרוּךְ אַתָּה, יי, מִקְדֵּשׁ הַשַּׁבָּת.

Blessed are You, *Adonai* our God, Sovereign of the universe: who
hallows us with Your *mitzvot* and takes delight in us. In Your love
and favor You have made Your holy Shabbat our heritage, as a
reminder of the work of creation. It is first among our sacred days,
and a remembrance of the Exodus from Egypt.

O God, You have chosen us and set us apart from all the peoples,
and in love and favor have given us Shabbat as a sacred
inheritance. Blessed are You, O God, for the holiness of Shabbat.