

שחרית

ברכות השחר

*Upon arising in the morning, we acknowledge
God's compassion in restoring us to life each day.*

מוֹדֶה / מוֹדֶה אֲנִי לְפָנֶיךָ, מֶלֶךְ חַי וְקַיִם,
שֶׁהַחַיּוּת בִּי נִשְׁמָתִי בְּחַמְלָה, רַבָּה אֲמוֹנָתְךָ.

Upon ritual washing of hands:

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יָדַיִם.

Upon entering the sanctuary:

מָה טָבוּ אֱהָלֶיךָ יַעֲקֹב, מִשְׁכְּנֶתְךָ יִשְׂרָאֵל.
וְאֲנִי בָרַב חֶסֶדְךָ אָבּוּא בֵּיתְךָ,
אֲשֶׁתְּחִוָּה אֶל הַיִּכָּל קִדְּשֶׁךָ בִּירְאָתְךָ.
יְיָ, אֶהְבֶּתִּי מְעוֹן בֵּיתְךָ, וּמִקוֹם מְשָׁכֵן כְּבוֹדְךָ
וְאֲנִי אֲשֶׁתְּחִוָּה וְאֶכְרַעָה, אֶבְרַכָּה לְפָנֶי יְיָ עוֹשֵׂי.
וְאֲנִי תַפְלְתִּי לָךְ, יְיָ, עֵת רְצוֹן.
אֱלֹהִים, בָּרַב חֶסֶדְךָ, עֲנֵנִי בְּאַמֶּת יִשְׁעֶךָ.

Birkhot Ha-Shaḥar (The B'rakhot of morning's light) has become a generic name for all those b'rakhot which the rabbis considered appropriate to recite upon awakening in the morning, to direct our thoughts to God. The Torah relates that Abraham arose early in the morning; the psalms extol the beauty of a new dawn — inspiring our sages to urge us to greet the emerging day like a lion, in our fervor to worship the Holy One.

MORNING SERVICE



BIRKHOT HA-SHAḤAR

*Prayer begins in the home,
as we arise each morning with our acknowledgment
of God's presence and compassion.*

I am grateful to You, living, enduring Sovereign,
for restoring my soul to me in compassion.
You are faithful beyond measure.

Upon ritual washing of hands:

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
instilling in us the holiness of mitzvot
by commanding us to rinse our hands.

Upon entering the sanctuary:

How lovely are your dwellings, people of Jacob,
your sanctuaries, descendants of Israel.
As for me, O God,
Your great love inspires me to enter Your house,
to worship in Your holy sanctuary,
filled with awe for You.
Adonai, I love Your house, the place of Your glory.
Before my Maker I humbly bow in worship.
May this be an auspicious time, Adonai, for my prayer.
Your love, O God, is great;
answer me with Your true deliverance.

טלית טלית before putting on the Meditation

תהלים ק"ד: א'-ב'

בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת־יְהוָה. יְהוָה אֱלֹהֵי גִדְלָתָּ מְאֹד, הוֹד וְהָדָר
לְבָשֶׁתָּ. עֲטָה אֹר פֶּשֶׁל־מָמָה, נוֹטָה שָׁמַיִם בִּירִיעָה.

הַנְּנִי מִתְעַטֵּף / מִתְעַטֶּפֶת בְּצִיצִית כְּדֵי לְקַיֵּם מִצְוֹת בּוֹרְאִי,
כְּכַתוּב בַּתּוֹרָה: וַעֲשׂוּ לָהֶם צִיצִת עַל כַּנְּפֵי בְּגָדֵיהֶם
לְדִרְתָּם.

*The fringes of the טלית, as explained in Numbers
15:39-40, serve to remind us of the Torah's mitzvot,
and the ideal of holiness to which we are summoned.
Tefillin are not worn on Shabbat and Festivals, because
these days are themselves reminders of these very truths.*

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לְהִתְעַטֵּף בְּצִיצִית.

תהלים ל"ו: ח'-י"א

מִה יִקָּר חֲסִדְךָ, אֱלֹהִים, וּבְנֵי אָדָם בְּצֵל כְּנָפֶיךָ יַחֲסִיוּ.
יְרוּיִן מִדֶּשֶׁן בֵּיתְךָ, וְנַחַל עֲדָנֶיךָ תִּשְׁקֵם.
כִּי עֲמָךְ מְקוֹר חַיִּים, בְּאוֹרְךָ נִרְאָה אֹר.
מִשֶּׁךְ חֲסִדְךָ לִידְעֶיךָ, וְצִדְקָתְךָ לִישְׁרֵי לֵב.

בְּטָרֶם כָּל־יִצִּיר נִבְרָא.	אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מֶלֶךְ
אֲזִי מֶלֶךְ שְׁמוֹ נִקְרָא.	לַעֲת נַעֲשֶׂה בְּחִפְצוֹ כָּל
לְבָדּוֹ יִמְלֹךְ נוֹרָא.	וְאַחֲרֵי כָּבָלוֹת הַכָּל
וְהוּא יְהִיָּה בְּתַפְאָרָה.	וְהוּא הִיָּה וְהוּא הוּא,
לְהַמְשִׁיל לוֹ לְהַחֲבִירָה.	וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנֵי
וְלוֹ הָעֵז וְהַמְשָׁרָה.	בְּלִי רֵאשִׁית בְּלִי תְּכָלִית,
וְצוֹר חֲבָלֵי בַּעַת צָרָה.	וְהוּא אֵלֵי וְחִי גּוֹאֲלִי,
מִנֵּת כּוֹסֵי בָיוִם אֶקְרָא.	וְהוּא נָסִי וּמְנוֹס לִי
בַּעַת אִישָׁן וְאַעֲרָה.	בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחִי
יְהוָה לִי וְלֹא אֵירָא.	וְעַם רוּחִי גּוֹיָתִי

Meditation before putting on the tallit

PSALM 104:1-2

Let all my being praise Adonai. Adonai my God, You are great indeed, clothed in splendor and majesty, wrapped in light as in a garment, unfolding the heavens like a curtain.

I wrap myself in a fringed tallit to fulfill the mitzvah of my Creator, as written in the Torah: “They shall put *tzitzit* on the corners of their garments in every generation” (Numbers 15:38).

We put on the tallit, which reminds us of all 613 mitzvot.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe, instilling in us the holiness of mitzvot by commanding us to wrap ourselves in *tzitzit*.

PSALM 36:8-11

How precious is Your constant love, O God. Mortals take shelter under Your wings. They feast on the abundance of Your house; You give them drink from Your stream of delights. With You is the fountain of life; in Your light we are bathed in light. Maintain Your constant love for those who acknowledge You, and Your beneficence for those who are honorable.

Before creation shaped the world,
God, eternal, reigned alone;
but only with creation done
could God as Sovereign be known.
When all is ended, God alone
will reign in awesome majesty.
God was, God is, always will be
glorious in eternity.
God is unique and without peer,
with none at all to be compared.
Without beginning, endlessly,
God’s vast dominion is not shared.
But still — my God, my only hope,
my one true refuge in distress,
my shelter sure, my cup of life,
with goodness real and limitless.
I place my spirit in God’s care;
my body too can feel God near.
When I sleep as when I wake,
God is with me; I have no fear.

ברכה for the gift of our body

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר יָצַר
אֶת־הָאָדָם בְּחִכְמָה וּבָרָא בּוֹ נְקָבִים וְנָקְבִים חֲלוּלִים
חֲלוּלִים. גְּלוּי וַיְדוּעַ לִפְנֵי כֶּסֶף כְּבוֹדְךָ שְׁאֵם יִפְתַּח אֶחָד
מֵהֶם אוֹ יִסְתֵּם אֶחָד מֵהֶם אִי אֶפְשָׁר לְהִתְקַיֵּם וּלְעֹמֵד
לִפְנֶיךָ. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה רוֹפֵא כָּל־בָּשָׂר וּמַפְלִיא
לַעֲשׂוֹת.

ברכה for the gift of our soul

אֱלֹהֵי, נִשְׁמָה שְׁנַתָּת בִּי טְהוֹרָה הִיא. אַתָּה בְּרָאתָה, אַתָּה
יָצַרְתָּה, אַתָּה נִפְחַתָּה בִּי, וְאַתָּה מְשַׁמְרָה בְּקִרְבִּי, וְאַתָּה
עֲתִיד לְטַלָּה מִמֶּנִּי וּלְהַחְזִירָה בִּי לַעֲתִיד לָבוֹא. כָּל־זְמַן
שֶׁהַנִּשְׁמָה בְּקִרְבִּי מוֹדָה / מוֹדָה אֲנִי לִפְנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵי
וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵי רַבּוֹן כָּל־הַמַּעֲשִׂים אֲדוֹן כָּל־הַנִּשְׁמוֹת.
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה הַמַּחְזִיר נִשְׁמוֹת לַפְּגָרִים מֵתִים.

הֲרִינִי מְקַבֵּל/מְקַבֶּלֶת עָלִי מִצּוֹת הַבוֹרָא: וְאַהֲבָתְךָ לְרַעְךָ
בְּמוֹד.

תורה for the gift of

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ לַעֲסוֹק בְּדִבְרֵי תוֹרָה.

וְהַעֲרַבְנָא יְהוָה אֱלֹהֵינוּ אֶת־דִּבְרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ וּבְפִי עַמְּךָ
בֵּית יִשְׂרָאֵל, וְנַהֲיָה אֲנַחְנוּ וְצִאֲצֵאֵינוּ וְצִאֲצֵאֵי עַמְּךָ בֵּית
יִשְׂרָאֵל כָּלֵנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְחָה. בְּרוּךְ
אַתָּה יְהוָה הַמְּלַמֵּד תוֹרָה לַעֲמוֹ יִשְׂרָאֵל.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר בָּחַר בָּנוּ
מִכָּל־הָעַמִּים וְנָתַן לָנוּ אֶת־תּוֹרָתוֹ. בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה נוֹתֵן
הַתּוֹרָה.

We marvel at the miraculous ways our body functions.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe, fashioning the human body in wisdom, creating openings, arteries, glands, and organs, marvelous in structure, intricate in design. Should but one of them fail to function by being blocked or opened, it would be impossible to exist. Praised are You Adonai, healer of all flesh, sustaining our bodies in wondrous ways.

We are thankful for the gift of our soul.

The soul that You, my God, have given me is pure. You created it, You formed it, You breathed it into me; You keep body and soul together. One day You will take my soul from me, to restore it to me in life eternal. So long as this soul is within me I acknowledge You, Adonai my God, my ancestors' God, Master of all creation, Sovereign of all souls. Praised are You Adonai, who restores the soul to the lifeless, exhausted body.

I hereby accept the obligation of fulfilling my Creator's mitzvah in the Torah: Love your neighbor as yourself.

We give thanks for the gift of Torah.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe, instilling in us the holiness of mitzvot by commanding us to study words of Torah.

May the words of Torah, Adonai our God, be sweet in our mouths and in the mouths of all Your people so that we, our children, and all the children of the House of Israel may come to love You and to study Your Torah on its own merit. Praised are You Adonai, who teaches Torah to His people Israel.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe, choosing us from among all peoples by giving us His Torah. Praised are You Adonai, who gives the Torah.

Choose one passage from the תורה:

במדבר ו': כ"ד-כ"ו

יְבָרְכְךָ יְהוָה וַיִּשְׁמְרֶךָ.
יָאֵר יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיַּחְנֶנֶךָ.
יֵשָׂא יְהוָה פָּנָיו אֵלֶיךָ וַיֵּשֶׁם לְךָ שְׁלוֹם.

ויקרא י"ט: ב', י"ד-י"ח

קְדוּשִׁים תִּהְיוּ כִּי קָדוֹשׁ אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם. לֹא-תִקְלָל
חֲרֹשׁ, וְלִפְנֵי עוֹר לֹא תִתֵּן מִכְשָׁל. לֹא-תַעֲשׂוּ עוֹל בְּמִשְׁפָּט,
לֹא תִשָּׂא פָנֶי דָל וְלֹא תִהְדָּר פָּנֵי גָדוֹל, בְּצֹדֶק תִּשְׁפֹּט
עַמִּיתְךָ. לֹא תַעֲמֹד עַל דָּם רֵעֶךָ. לֹא-תִשְׁנֹא אֶת-אֲחִיךָ
בְּלִבְבְּךָ. וְאֶהְבֵּת לְרֵעֶךָ כָּמוֹךָ, אֲנִי יְהוָה.

A passage from the משנה

פאה א: א

אָלו דְּבָרִים שָׂאִין לָהֶם שְׁעוֹר: הַפֶּאֶה וְהַבְּכוּרִים וְהָרְאִיוֹן
וְגַמְלִלוֹת חֲסָדִים וְתִלְמוּד תוֹרָה.

A passage from the גמרא

אחרי שבת קכ"ז.

אָלו דְּבָרִים שָׂאֲדָם אוֹכֵל פְּרוּתֵיהֶם בְּעוֹלָם הַזֶּה וְהַקָּרֵן
קִיָּמַת לוֹ לְעוֹלָם הַבָּא, וְאָלוּ הֵן: כְּבוֹד אָב וָאִם, וְגַמְלִלוֹת
חֲסָדִים, וְהַשְׁפָּמַת בֵּית הַמִּדְרָשׁ שְׁחִירִית וְעִרְבִית, וְהַכְּנָסַת
אוֹרְחִים, וּבִקּוּר חוֹלִים, וְהַכְּנָסַת כָּלָה, וּלְוִיַּת הַמֵּת, וְעִיּוֹן
תְּפִלָּה, וְהַבָּאת שְׁלוֹם בֵּין אָדָם לַחֲבֵרוֹ וּבֵין אִישׁ לְאִשְׁתּוֹ,
וְתִלְמוּד תוֹרָה כְּנֶגֶד כָּלָם.

Choose one passage from the Torah:

NUMBERS 6:24-26

May Adonai bless you and guard you.

May Adonai show you favor and be gracious to you.

May Adonai show you kindness and grant you peace.

Selected from LEVITICUS 19:2, 14-18

You shall be holy for I, Adonai your God, am holy. You shall not insult the deaf, nor put a stumbling block before the blind. You shall not render an unjust decision: Do not be partial to the poor nor show deference to the rich. Judge your neighbor fairly. Do not stand idly by the blood of your neighbor. You shall not hate your brother in your heart. Love your neighbor as yourself; I am Adonai.

A passage from the Mishnah

PEAH 1:1

These are the deeds for which there is no prescribed measure: leaving crops at the corner of a field for the poor, offering first fruits as a gift to the Temple, bringing special offerings to the Temple on the three Festivals, doing deeds of lovingkindness, and studying Torah.

A passage from the Gemara

Based on SHABBAT 127a

These are the deeds that yield immediate fruit and continue to yield fruit in time to come: honoring parents; doing deeds of lovingkindness; attending the house of study punctually, morning and evening; providing hospitality; visiting the sick; helping the needy bride; attending the dead; probing the meaning of prayer; making peace between one person and another, and between husband and wife. And the study of Torah is the most basic of them all.

The group of b'rakhot on the following page were originally private devotions. Each passage was recited on the specific occasion of the divine gift for which it extols God: on awakening from sleep, on noticing the daylight, on dressing, on taking one's first steps, and so on. Maimonides stated: "These b'rakhot are without a prescribed order; each is to be recited only on the appropriate occasion, and not as part of the synagogue service." Other authorities, however, the earliest being the Siddur of Rabbi Amram Gaon in the ninth century, recommended their public recitation. This has been the standard Ashkenazi practice to this day. In the Sephardi ritual, these b'rakhot are still usually recited only privately.

*expressing our awareness that each day
is a new gift from God*

**ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, אשר נתן לשכוי בינה
להבחין בין יום ובין לילה.**

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, שעשני בצלמו.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, שעשני ישראל.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, שעשני בן / בת-חורין.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, פוקח עורים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, מלביש ערמים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, מתיר אסורים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, זוקף כפופים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, רוקע הארץ על המים.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, שעשה לי כל-צרכי.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, המכין מצעדי-גבר.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, אוזר ישראל בגבורה.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, עוטר ישראל בתפארה.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, הנותן לייעף כוח.

for God's compassion

**ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם, המעביר שנה מעיני
ותנומה מעפעפי. ויהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי
אבותינו, שתרגילנו בתורתך ודבקנו במצותיך, ואל
תביאנו לא לידי חטא, ולא לידי עברה ועון, ולא לידי
נסיון, ולא לידי בזיון, ואל תשלט בנו יצר הרע, והרחיקנו
מאדם רע ומחבר רע. ודבקנו ביצר הטוב ובמעשים
טובים, וכוף את-יצרנו להשתעבד-לך. □ ותננו היום
ובכל-יום לחן ולחסד ולרחמים בעיניך ובעיני כל-רואינו,
ותגמלנו חסדים טובים. ברוך אתה יהוה גומל חסדים
טובים לעמו ישראל.**

We are grateful for the daily renewal of our lives.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
enabling us to distinguish day from night.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
making me in the divine image.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
making me a Jew.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
making me free.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
giving sight to the blind.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
clothing the naked.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
releasing the bound.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
raising the downtrodden.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
creating the heavens and the earth.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
providing for all my needs.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
guiding us on our path.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
strengthening the people Israel with courage.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
crowning the people Israel with glory.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
restoring vigor to the weary.

We pray for God's compassion.

Praised are You Adonai our God, who rules the universe,
removing sleep from my eyes and slumber from my eyelids.
May we feel at home with Your Torah, and cling to Your mitzvot.
Keep us from error, from sin and transgression. Bring us not to trial or to disgrace; let no evil impulse control us.
Keep us far from wicked people and corrupt companions.
Strengthen our desire to do good deeds; teach us humility, that we may serve You.
May we find grace, love, and compassion in Your sight and in the sight of all who look upon us, this day and every day.
Grant us a full measure of lovingkindness.
Praised are You Adonai, who bestows lovingkindness upon His people Israel.

יְהִי רָצוֹן מִלְפָּנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי, שְׁתַּצִּילֵנִי הַיּוֹם וּבְכָל-יּוֹם מֵעַזֵּי פָנִים וּמַעֲזוֹת פָּנִים, מֵאָדָם רָע וּמִחֶבֶר רָע, וּמִשָּׁכֵן רָע וּמִפֹּגַע רָע וּמִשָּׁטָן הַמְּשַׁחֵית, מִדִּין קָשָׁה וּמִבְּעַל דִּין קָשָׁה, בֵּין שֶׁהוּא בֶן-בְּרִית וּבֵין שֶׁאִינוּ בֶן-בְּרִית.

Personal thoughts and supplications may be added.

לְעוֹלָם יִהְיֶה אָדָם יֵרָא שָׁמַיִם בִּסְתֵר וּבְגִלּוֹי,
וּמוֹדָה עַל הָאֱמֶת וְדוֹבֵר אֱמֶת בְּלִבּוֹ, וַיִּשָּׁפֵם וַיֹּאמֶר:

רְבוֹן כָּל-הָעוֹלָמִים, לֹא עַל צְדָקוֹתֵינוּ אֲנַחְנוּ מִפִּילִים תַּחֲנוּנֵינוּ לְפָנֶיךָ, כִּי עַל רַחֲמֶיךָ הָרַבִּים. מָה אֲנַחְנוּ, מָה חַיֵּינוּ, מָה חֲסִדְנוּ, מָה-צְדָקְנוּ, מָה-יִשְׁעֵנוּ, מָה-כֹּחֵנוּ, מָה-גְּבוּרָתְנוּ. מָה נֹאמַר לְפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, הֲלֹא כָל-הַגְּבוּרִים כָּאִין לְפָנֶיךָ, וְאֲנָשֵׁי הַשָּׁם כָּלֹא הָיוּ, וְחַכְמַיִם כָּבְלֵי מַדַּע, וְנְבוֹנִים כָּבְלֵי הַשְׂכָּל, כִּי כָל מַעֲשֵׂינוּ תָהוּ וַיְמִי חַיֵּינוּ הִבֵּל לְפָנֶיךָ. וּמוֹתֵר הָאָדָם מִן הַבְּהֵמָה אֵין, כִּי הַכֹּל הִבֵּל.

אָבֵל אֲנַחְנוּ עִמָּךְ בְּנֵי בְרִיתְךָ, בְּנֵי אֲבִרָהֶם אֱהָבָה שְׁנִשְׁבַּעְתָּ לוֹ בְּהַר הַמֹּרִיָּה, זָרַע יִצְחָק יַחֲידוֹ שְׁנַעֲקֵד עַל גֵּב הַמִּזְבֵּחַ, עֲדַת יִעֲקֹב בְּנֵה בְכוּרָה שְׁמֵאֱהָבָתְךָ שְׁאֱהָבַת אוֹתוֹ וּמִשְׁמַחְתְּךָ שְׁשִׁמְחַת בּוֹ קָרָאתָ אֶת-שְׁמוֹ יִשְׂרָאֵל וַיִּשְׁרוּן.

לְפִיכָךְ אֲנַחְנוּ חַיִּיִּים לְהוֹדוֹת לָךְ וּלְשַׁבַּחְךָ וּלְפַאֲרָךְ וּלְבָרְךָ וּלְקַדֵּשׁ וּלְתַת שֶׁבַח וְהוֹדָיָה לְשִׁמְךָ. □ אֲשֶׁרֵינוּ, מָה-טוֹב חֲלָקְנוּ וּמָה-נָּעִים גּוֹרְלָנוּ וּמָה יָפָה יִרְשָׁתְנוּ. אֲשֶׁרֵינוּ שְׁאֲנַחְנוּ מְשֻׁכְּמִים וּמַעֲרִיבִים עָרֵב וּבָקָר, וְאוֹמְרִים פַּעֲמִים בְּכָל-יּוֹם:

שָׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד.
בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלֻכוֹתָ לְעוֹלָם וָעֶד.

May it be Your will, Adonai my God and God of my ancestors, to protect me, this day and every day, from insolence in others and from arrogance in myself. Save me from vicious people, from evil neighbors, and from corrupt companions. Preserve me from misfortune and from powers of destruction. Save me from harsh judgments; spare me from ruthless opponents, be they members of the covenant or not.

Personal thoughts and supplications may be added.

We should always revere God, in private as in public. We should acknowledge the truth in our hearts, and practice it in thought as in deed. On arising one should declare:

Master of all worlds! Not upon our merit do we rely in our supplication, but upon Your limitless love. What are we? What is our life? What is our piety? What is our righteousness? What is our attainment, our power, our might? What can we say, Adonai, our God and God of our ancestors? Compared to You, all the powerful are nothing, the famous, insignificant; the wise lack wisdom, the clever lack reason. Our actions, for all their profuseness, are meaningless, the days of our lives, emptiness. Human preeminence over beasts is an illusion when all is seen as futility.

We, however, are Your people, partners to Your covenant, descendants of Your beloved Abraham to whom You made a pledge on Mount Moriah. We are the heirs of Isaac, his son, bound upon the altar. We are Your firstborn people, the congregation of Isaac's son Jacob, whom You named Israel and Jeshurun because of Your love for him and Your delight in him.

Therefore it is our duty to thank You and praise You, to glorify and sanctify Your name. How good is our portion, how pleasant our lot, how beautiful our heritage. How blessed are we that twice each day, morning and evening, we are privileged to declare:

Hear, O Israel: Adonai is our God, Adonai alone.

Praised be God's glorious sovereignty throughout all time.

for God's holiness ברכה

אַתָּה הוּא עַד שֶׁלֹא נִבְרָא הָעוֹלָם, אַתָּה הוּא מְשַׁנְבֵּר אֶת הָעוֹלָם, אַתָּה הוּא בְּעוֹלָם הַזֶּה וְאַתָּה הוּא לְעוֹלָם הַבָּא. □ קִדְּשׁ אֶת־שְׁמֶךָ עַל מִקְדִּישֵׁי שְׁמֶךָ, וְקִדְּשׁ אֶת־שְׁמֶךָ בְּעוֹלָמְךָ. וּבִישׁוּעַתְךָ תָּרִים וְתִגְבֶּיָה קִרְנֶנוּ. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוּא מִקְדֵּשׁ אֶת־שְׁמֶךָ בְּרַבִּים.

אַתָּה הוּא יְיָ הוּא אֱלֹהֵינוּ בַּשָּׁמַיִם וּבָאָרֶץ, וּבַשָּׁמַיִם הַשָּׁמַיִם הָעֲלִיּוֹנִים. אָמֵת, אַתָּה הוּא רֹאשׁוֹן וְאַתָּה הוּא אַחֲרוֹן וּמִבְלָעֲדֶיךָ אֵין אֱלֹהִים. קִבֵּץ קִנְיֶיךָ מֵאַרְבַּע כְּנָפוֹת הָאָרֶץ. יִכְּרִי וְיִדְּעוּ כָּל־בָּאֵי עוֹלָם כִּי אַתָּה הוּא הָאֱלֹהִים לְבִדְךָ לְכָל מַמְלָכוֹת הָאָרֶץ. אַתָּה עֲשִׂיתָ אֶת־הַשָּׁמַיִם וְאֶת־הָאָרֶץ, אֶת־הַיָּם וְאֶת־כָּל־אֲשֶׁר בָּם, וּמִי בְּכָל־מַעֲשֶׂה יְדֶיךָ בְּעֲלִיּוֹנִים אוֹ בַּתְּחִתּוֹנִים שִׁיאֲמַר לָךְ מַה תַּעֲשֶׂה. אָבִינוּ שֶׁבַּשָּׁמַיִם, עָשָׂה עִמָּנוּ חֶסֶד בַּעֲבוּר שְׁמֶךָ הַגָּדוֹל שֶׁנִּקְרָא עָלֵינוּ, וְקִים־לָנוּ, יְיָ הוּא אֱלֹהֵינוּ, מַה שְּׁכָתוּב: בָּעֵת הַהִיא אָבִיא אֶתְכֶם, וּבָעֵת קִבַּצִּי אֶתְכֶם, כִּי אֵתָּן אֶתְכֶם לְשֵׁם וְלִתְהִלָּה בְּכָל עַמֵּי הָאָרֶץ, בְּשׁוּבִי אֶת־שְׁבוּתֵיכֶם לְעֵינֵיכֶם, אָמֵר יְיָ הוּא.

We acclaim God's holiness.

You are eternal, before Creation and since Creation, in this world and in the world to come. Manifest Your holiness through those who hallow You, raising us to dignity and strength. Praised are You Adonai, manifesting Your holiness to all humanity.

You are Adonai, our God on earth and in all the spheres of heaven. Truly You are first and You are last; there is no God but You. From the four corners of the earth, gather those who hope in You under Your protecting presence. All who dwell on earth will acknowledge You alone as God over all the kingdoms of the world. You made the heavens, earth, and sea, and all that they contain. Who among all of Your creatures, in the heavens or on earth, can question You? Our Guardian in heaven, be merciful to us for we bear Your great name. Fulfill the prophetic promise: "A time will come when I will gather you in, a time when I will bring you home. Renown and praise shall be yours among all the peoples of the earth. This you yourself will see as I bring your captives back home, says Adonai" (Zephaniah 3:20).

DEVOTIONAL RABBINIC TEXTS 

*This passage is read daily, followed by selections
from pages 68 through 70, concluding with ידי רצון
on page 70.*

אבות דרבי נתן ד:ה

פַּעַם אַחַת הָיָה רַבֵּן יוֹחָנָן בֶּן־זַבְדַּי יוֹצֵא מִירוּשָׁלַיִם, וְהָיָה
רַבִּי יְהוֹשֻעַ הוֹלֵךְ אַחֲרָיו וְרָאָה אֶת־בֵּית הַמִּקְדָּשׁ חָרֵב.
אָמַר רַבִּי יְהוֹשֻעַ: אוֹי לָנוּ עַל זֶה שֶׁהוּא חָרֵב, מָקוֹם
שֶׁמִּכְפָּרִים בוֹ עֲוֹנוֹתֵיהֶם שֶׁל יִשְׂרָאֵל! אָמַר לוֹ רַבֵּן יוֹחָנָן:
בְּנִי, אַל יִרַע לָךְ. יֵשׁ לָנוּ כַּפָּרָה אַחֲרַת שֶׁהִיא כְּמוֹתֶיהָ.
וְאִיזוֹ? גְּמִילוּת חֲסָדִים, שֶׁנֶּאֱמַר: כִּי חֶסֶד חִפְצָתִי וְלֹא
זָבַח.

I סוכה מ"ט:

אָמַר רַבִּי אֱלֵעָזָר: מַאי דְכָתִיב, הִגִּיד לָךְ אָדָם מִה־טוֹב וּמִה־
יְהוָה דּוֹרֵשׁ מִמֶּךָ, כִּי אִם־עֲשׂוֹת מִשְׁפָּט וְאַהֲבַת חֶסֶד וְהִצָּנֶעַ
לִכֶּת עִם אֱלֹהֶיךָ. עֲשׂוֹת מִשְׁפָּט, זֶה הִדִּין. וְאַהֲבַת חֶסֶד, זֶה
גְּמִילוּת חֲסָדִים. וְהִצָּנֶעַ לִכֶּת עִם אֱלֹהֶיךָ, זֶה הוֹצָאת הַמַּת
וְהַכְנָסַת כָּלָה לַחֹפֶה....

אָמַר רַבִּי אֱלֵעָזָר: גְּדוֹל הָעוֹשָׁה צְדָקָה יוֹתֵר מִכָּל־הַקְרָבָנוֹת,
שֶׁנֶּאֱמַר, עֲשֵׂה צְדָקָה וּמִשְׁפָּט נִבְחַר לַיהוָה מִזָּבַח... וְאָמַר
רַבִּי אֱלֵעָזָר: אֵין צְדָקָה מִשְׁתַּלֵּמַת אֱלָא לְפִי חֶסֶד שְׁבָה,
שֶׁנֶּאֱמַר: וְרָעוּ לָכֶם לַצְדָקָה, קִצְרוּ לְפִי חֶסֶד.

תָּנוּ רַבָּנָן: בִּשְׁלֹשָׁה דְבָרִים גְּדוֹלָה גְּמִילוּת חֲסָדִים יוֹתֵר מִן
הַצְדָקָה. צְדָקָה בְּמִמוּנוֹ, גְּמִילוּת חֲסָדִים בֵּין בְּגוּפוֹ בֵּין
בְּמִמוּנוֹ. צְדָקָה לְעֲנִיִּים, גְּמִילוּת חֲסָדִים בֵּין לְעֲנִיִּים בֵּין
לְעֹשִׁירִים. צְדָקָה לַחַיִּים, גְּמִילוּת חֲסָדִים בֵּין לַחַיִּים בֵּין
לַמֵּתִים.



DEVOTIONAL RABBINIC TEXTS

AVOT D'RABBI NATAN 4:5

Once, Rabban Yoḥanan ben Zakkai was walking with his disciple, Rabbi Y'hoshua, near Jerusalem after the destruction of the Temple. Rabbi Y'hoshua looked at the Temple ruins and said: "Alas for us! The place that atoned for the sins of the people Israel — through the ritual of animal sacrifice — lies in ruins!" Then Rabbi Yoḥanan ben Zakkai spoke to him these words of comfort: "Be not grieved, my son. There is another equally meritorious way of gaining atonement even though the Temple is destroyed. We can still gain atonement through deeds of lovingkindness." For it is written: "Lovingkindness I desire, not sacrifice" (Hosea 6:6).

I SUKKAH 49b

Rabbi Elazar quoted this verse: "You have been told what is good and what Adonai requires of you — to act justly, to love kindness, and to walk humbly with your God" (Micah 6:8). What does this verse imply? "To act justly" means to act in accordance with the principles of justice. "To love kindness" means to let your actions be guided by principles of lovingkindness. "To walk humbly with your God" means to assist needy families at their funerals and weddings.

Rabbi Elazar said: Doing righteous deeds of charity is greater than offering all of the sacrifices, as it is written: "Doing charity and justice is more desirable to Adonai than sacrifice" (Proverbs 21:3). Rabbi Elazar further said: The reward for charity depends upon the degree of lovingkindness, as it is written: "Sow according to your charity, but reap according to your lovingkindness" (Hosea 10:12).

Our Rabbis taught: Deeds of lovingkindness are superior to charity in three respects. Charity can be accomplished only with money; deeds of lovingkindness can be accomplished through personal involvement as well as with money. Charity can be given only to the poor; deeds of lovingkindness can be done for both rich and poor. Charity applies only to the living; deeds of lovingkindness apply to both the living and the dead.

II סוכה מ"ט:

אמר רבי אלעזר: כל־העושה צדקה ומשפט כאילו מילא כל־העולם כולו חסד, שנאמר, אוהב צדקה ומשפט חסד יהיה מלאה הארץ....

אמר רבי אלעזר: מאי דכתיב, פיה פתחה בחכמה ותורת־חסד על־לשונה. וכי יש תורה של חסד ויש תורה שאינה של חסד? אלא תורה לשמה זו היא תורה של חסד, שלא לשמה זו היא תורה שאינה של חסד. איכא דאמרי, תורה ללמדנה, זו היא תורה של חסד, שלא ללמדנה, זו היא תורה שאינה של חסד.

III ספרי דברים, עקב

ללכת בכל־דרכיו. אילו דרכי הקדוש ברוך הוא, שנאמר: יהיה יהוה אל רחום וחנון ארך אפים ורב חסד ואמת, נוצר חסד לאלפים נושא עון ופושע וחטאה ונקה... מה המקום נקרא רחום וחנון, אף אתה הוי רחום וחנון... מה הקדוש ברוך הוא נקרא צדיק, שנאמר, צדיק יהיה בכל־דרכיו, אף אתה הוי צדיק. הקדוש ברוך הוא נקרא חסיד, שנאמר, וחסיד בכל־מעשיו, אף אתה הוי חסיד.

IV סוטה י"ד.

אמר רבי חמא ברבי חנינא: מאי דכתיב, אחרי יהוה אלהיכם תלכו. וכי אפשר לו לאדם להלך אחר שכינה? אלא להלך אחר מדותיו של הקדוש ברוך הוא. מה הוא מלביש ערמים אף אתה הלבש ערמים. הקדוש ברוך הוא בקר חולים, אף אתה בקר חולים. הקדוש ברוך הוא נחם אבלים, אף אתה נחם אבלים. הקדוש ברוך הוא קבר מתים, אף אתה קבור מתים... דרש רב שמלאי: תחילתה תחילת חסדים וסופה גמילות חסדים. תחילתה גמילות חסדים דכתיב, ויעש יהוה אלהים לאדם ולאשתו בתנות עור וילבישם. וסופה גמילות חסדים דכתיב, ויקבר אותו בגי בארץ מואב.

II SUKKAH 49b

Rabbi Elazar said: Whoever does deeds of charity and justice is considered as having filled the world with lovingkindness, as it is written: “God loves charity and justice; the earth is filled with Adonai’s lovingkindness” (Psalm 33:5).

Rabbi Elazar quoted this verse: “She opens her mouth with wisdom, and the Torah of lovingkindness is on her tongue” (Proverbs 31:26). What is the intent of this verse? Is there one Torah of lovingkindness and another which is not of lovingkindness? Torah studied for its own merit is a Torah of lovingkindness, whereas Torah studied for an ulterior motive is not. And some say that Torah studied in order to teach is a Torah of lovingkindness, whereas Torah not studied in order to teach is not a Torah of lovingkindness.

III SIFRE DEUTERONOMY, EKEV

“To walk in all His ways” (Deuteronomy 11:22): These are the ways of the Holy One—“gracious and compassionate, patient, abounding in kindness and faithfulness, assuring love for a thousand generations, forgiving iniquity, transgression, and sin, and granting pardon...” (Exodus 34:6). Just as God is gracious and compassionate, you too must be gracious and compassionate. “Adonai is faithful in all His ways and loving in all His deeds” (Psalm 145:17). As the Holy One is faithful, you too must be faithful. As the Holy One is loving, you too must be loving.

IV SOTAH 14a

Rabbi Ḥama said in the name of Rabbi Ḥanina: “Follow Adonai your God” (Deuteronomy 13:5): What does this mean? Is it possible for a mortal to follow God’s presence? The verse means to teach us that we should follow the attributes of the Holy One. As God clothes the naked, you should clothe the naked. The Bible teaches that the Holy One visited the sick; you should visit the sick. The Holy One comforted those who mourned; you should comfort those who mourn. The Holy One buried the dead; you should bury the dead.

Rabbi Simlai taught: The Torah begins with deeds of lovingkindness and ends with deeds of lovingkindness. It begins with deeds of lovingkindness, as it is written: “And Adonai, God, made for Adam and for his wife garments of skins and clothed them” (Genesis 3:21). It ends with deeds of lovingkindness, as it is written: “And God buried Moses in the valley in the land of Moab” (Deuteronomy 34:6).

V ספרא א

רבי ישמעאל אומר: בשלש עשרה מדות התורה נדרשת:

- א. מקל וחומר.
- ב. ומגורה שוה.
- ג. מבנין אב מכתוב אחד, ומבנין אב משני כתובים.
- ד. מכלל ופרט.
- ה. ומפרט וככלל.
- ו. כלל ופרט וככלל אי אתה דן אלא בעין הפרט.
- ז. מכלל שהוא צריך לפרט, ומפרט שהוא צריך לכלל.
- ח. כל-דבר שהיה בכלל ויצא מן-הכלל ללמד, לא ללמד על עצמו יצא, אלא ללמד על הכלל בלוי יצא.
- ט. כל-דבר שהיה בכלל ויצא לטעון טען אחד שהוא בענינו, יצא להקל ולא להחמיר.
- י. כל-דבר שהיה בכלל ויצא לטעון טען אחר שלא בענינו, יצא להקל ולהחמיר.
- יא. כל-דבר שהיה בכלל ויצא לדון בדבר החדש, אי אתה יכול להחזירו לכללו עד שיחזירונו הכתוב לכללו בפרוש.
- יב. דבר הלמד מענינו, ודבר הלמד מסופו.
- יג. וכן שני כתובים המכחישים זה את-זה, עד שיבוא הכתוב השלישי ויכריע ביניהם.

Conclude with one of the following meditations:

- יהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי אבותינו, שתתן חלקנו בתורתך, ונהיה מתלמידייך של אהרן הכהן, אוהב שלום ורודף שלום, אוהב את-הבריות ומקרבן לתורה.
- יהי רצון מלפניך יהוה אלהינו ואלהי אבותינו, שיתבנה בית המקדש במהרה בימינו ותן חלקנו בתורתך. ושם נעבדך ביראה בימי עולם וכשנים קדמניות.

V SIFRA: Chapter 1

*Rabbi Ishmael says the Torah may be expounded
by these thirteen rules of textual interpretation:*

1. An inference may be drawn from one premise to another that is more inclusive, or to another that is less inclusive.
 2. An inference may be drawn from a similar phrase in two texts.
 3. A comprehensive principle may be derived from a single text, or from two related texts.
 4. A rule which appears general, but is followed by one or more particulars, is limited to those particulars.
 5. A specific term followed by a general rule is expanded to include all that is implied by that rule.
 6. A general rule limited by a specific application, then followed by another general principle, must be interpreted in terms of the specific limitation.
 7. Rules four and five do not apply if the specifics or generalities are stated only to clarify the language.
 8. When a subject included in a general proposition is later treated separately, the same rule applies to all other cases covered by that generalization.
 9. A penalty specified for a general legal category followed by a particular exceptional case, may alleviate, but not aggravate, any penalty.
 10. However, a penalty specified for a general legal category followed by a dissimilar particular case, sometimes may alleviate and sometimes aggravate the penalty.
 11. A case logically falling within a general law but treated separately, remains outside that rule unless specifically included by the text.
 12. A text obscure in itself may be clarified by its context or by a subsequent clarifying text.
 13. Finally, contradictions between two texts may be reconciled by means of a third mediating text.
-

Conclude with one of the following meditations:

May it be Your will, Adonai our God and God of our ancestors, to grant us a portion in Your Torah. May we be disciples of Aaron the *Kohen*, loving peace and pursuing peace, loving our fellow creatures and drawing them near to the Torah.

May it be Your will, Adonai our God and God of our ancestors, that the Temple be restored in our day, and grant us a portion among those devoted to Your Torah. May we worship You there, in splendor and in awe, as in ancient days.

קדיש דרבנן

Traditionally, Kaddish D'Rabbanan has been recited by mourners and those observing Yahrzeit, but it may be recited by anyone who has read or heard the teaching of a text based on Torah.

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא, בְּעֶלְמָא דִּי בְּרָא, בְּרַעוּתָהּ,
וְיִמְלִיךָ מַלְכוּתָהּ בְּחַיִּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל-בֵּית
יִשְׂרָאֵל, בְּעֶגְלָא וּבְזֶמֶן קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן.

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא.

יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמֵם וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר
וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל שְׁמֵהּ דְקָדְשָׁא, בְּרִיךְ הוּא *לְעָלְמָא
מִן כָּל-בְּרַכְתָּא וְשִׁירְתָּא תְּשַׁבַּחְתָּא וְנִחְמַתָּא דְאָמְרִין
בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן.

**On שבת שובה:* לְעָלְמָא לְעָלְמָא מְכַל-בְּרַכְתָּא וְשִׁירְתָּא

עַל יִשְׂרָאֵל וְעַל רַבָּנָן וְעַל תַּלְמִידֵהוֹן, וְעַל כָּל-תַּלְמִידֵי
תַּלְמִידֵהוֹן, וְעַל כָּל-מָאן דְּעָסְקִין בְּאוּרֵיתָא, דִּי בְּאַתְרָא
הָדִין וְדִי בְּכָל-אַתְר וְאַתְר, יְהֵא לְהוֹן וּלְכוֹן שְׁלָמָא רַבָּא,
חָנָא וְחֻסְדָּא וְרַחֲמִין, וְחַיִּין אָרִיכִין וּמְזוֹנָא וְרוּיָחָא,
וּפּוֹרְקָנָא מִן קַדָּם אַבוּהוֹן דִּי בְּשַׁמְיָא, וְאָמְרוּ אָמֵן.

יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא וְחַיִּים טוֹבִים עָלֵינוּ וְעַל
כָּל-יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן.

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו, הוּא בְּרַחֲמָיו יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ
וְעַל כָּל-יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן.

*The service continues with the appropriate Daily Psalm,
pages 72-78.*



KADDISH D'RABBANAN

After the study of Torah we praise God with the Kaddish, and include in it a prayer for the well-being of teachers and students of Torah, whose learning enhances the world.

Yitgadal v'yitkadash sh'mei raba, b'alma di v'ra, kir'utei,
v'yamlikh malkhutei b'hayekhon u-v'yomeikhon
u-v'hayei d'khol beit Yisra-el,
ba'agala u-vi-z'man kariv, v'imru amen.

Y'hei sh'mei raba m'varakh l'alam u-l'almei almaya.

Yitbarakh v'yishtabah v'yitpa-ar v'yitromam v'yitnasei,
v'yit-hadar v'yit'aleh v'yit-halal sh'mei d'kudsha, b'rikh hu
*l'ela min kol birkhata v'shirata tushb'hata v'nehamata
da'amiran b'alma, v'imru amen.

**On Shabbat Shuvah: l'ela l'ela mi-kol birkhata v'shirata,*

Al Yisra-el v'al rabanan v'al talmideihon,
v'al kol talmidei talmideihon, v'al kol man d'askin b'oraita,
di v'atra ha-dein v'di v'khol atar v'atar,
y'hei l'hon u-l'khon sh'lama raba, h'ina v'h'sda v'rahamin,
v'hayin arikhin u-m'zona r'viha,
u-furkana min kodam avuhon di vi-sh'maya, v'imru amen.

Grant lasting peace, O God, to our people and their leaders, to our teachers and their disciples, and to all who engage in the study of Torah in this land and in all other lands. Let there be peace, grace and kindness, compassion and love, for them and for us all. Grant us fullness of life and sustenance. Save us from all danger and distress. And let us say: Amen.

Y'hei sh'lama raba min sh'maya
v'hayim tovim aleinu v'al kol Yisra-el, v'imru amen.

Oseh shalom bi-m'romav, hu b'rahamav ya'aseh shalom
aleinu v'al kol Yisra-el, v'imru amen.

The service continues with the appropriate Daily Psalm, pages 72-78.