



Nashuva

נְשׁוּבָה

A Soulful Community of Prayer in Action

Rabbi Naomi Levy
www.nashuva.com
email: return@nashuva.com

If you would like to support Nashuva and its mission of Jewish outreach please go to our website and contribute or email us or send your contribution to

Nashuva
PO Box 64196
Los Angeles, CA 90064

The Nashuva Prayer Booklet

It has taken me fifteen years in the rabbinate to gather up the courage to confront a problem that leaves many Jews feeling alienated and alone during prayer services. The prayers in Hebrew are hard for most people to follow. Some of you can read Hebrew, but don't understand what you are reading. Some of you cannot read Hebrew at all. Those who read the English translation often complain to me that the flowery language fails to touch them.

This prayer booklet is my attempt to help you enter into the rich and deeply soulful world of Jewish prayer. During our service we will be singing and praying in Hebrew, but every Hebrew word uttered is transliterated for you, so you can easily sing along. I have also written new English prayers to accompany every Hebrew prayer. These prayers are not translations, they are interpretations, they are the words that flowed from me as I meditated on the Hebrew. When you pray, instead of keeping still and reading silently with your eyes, involve your whole being. Pray with your lips, whisper every word to God, sing, sway, dance, offer up your heart and soul.

I pray that you will find your own voice in this service, that you will feel a part of it, that you will see how your presence illuminates us all, that you will uncover your own unique way of talking to God. Say to God whatever you need to say...and listen closely for a reply.

*May you receive an answer that will bring you joy and peace.
May God be with you. May health and strength sustain you.
May nothing harm you. May wisdom and kindness enrich
you. May you be a blessing to this world, and may blessings
surround you now and always. Amen.*

Peace and Blessings,

Rabbi Naomi Levy

| | |
|--|---|
| <i>Pitchu li sha-arey tzedeq avo vam odeh Yah.</i> | פִּתְחוּ לִי שַׁעֲרֵי צְדָקָה, אָבִיא בָּם, אֹדְדֶה יְהוָה. |
| <p>Open the gates, God, Open the gates of righteousness, Open the gates of peace, Open the gates of my own heart, Open the gates of heaven, Open the gates, God, and I will enter and praise You.</p> | |

| | |
|---|---|
| <i>Biyshiva shel mala, uviyshiva shel mata Al da-at haMakom, ve-al da-at hakahal Anu matirin lehitpalel im ha-avaryanim.</i> | בִּישִׁיבָה שֶׁל מַעְלָה וּבִישִׁיבָה שֶׁל מַטָּה, עַל דַּעַת הַמָּקוֹם וְעַל דַּעַת הַקְּהָל, אָנּוּ מַתִּירִין לְהִתְפַּלֵּל עִם הָעֹבְרִינִים. |
| <p>By the authority of the court in heaven above, And by the authority of this court on earth below, With God's consent, And with the consent of this community, We welcome all who long to return to join us in prayer</p> | |

*Kol nidre, ve-esarey, vacharamey,
vekonamey, vechinuye, vekinusay,
ushevuot, dindarna, ude-ishtavana,
ude-acharimna, vediasarna al
nafshatana, miYom Kippurim zeh, ad
Yom Kippurim haba alenu letova,
kulohon icharatna vehon, kulhon
yehon sharan, shevikin, shevitin,
betelin umevutalin, la sheririn vela
kaya-min, nidrana la nidre, ve-esarana
la esareh ushevuatana la shevuot.*

כָּל נִדְרֵי וְאֶסְרֵי וְחַרְמֵי, וְקִזְנֵי וְכַנּוּיֵי,
וְקִנּוּסֵי וְשְׁבוּעוֹת, דְּנִדְרָנָא וְדֵאֲשַׁתְּבַעְנָא,
וְדֵאֲחַרְמָנָא וְדֵאֲסַרְנָא עַל נַפְשַׁתְנָא, מִיּוֹם
בְּפָרִים זֶה עַד יוֹם בְּפָרִים הַבָּא עָלֵינוּ
לְטוֹבָה, כְּלָהוֹן אַחַרְטָנָא כְּהוֹן. כְּלָהוֹן יְהוֹן
שָׂרוֹן, שְׁבִיקוֹן שְׁבִיתוֹן, כְּטִלִין וּמְבַטְלִין,
לָא שְׂרִירִין וְלָא קִימִין. נִדְרָנָא לָא נִדְרֵי,
וְאֶסְרָנָא לָא אֶסְרֵי, וְשְׁבוּעַתְנָא לָא
שְׁבוּעוֹת.

The world of the spirit mirrors the world of matter, just as heaven mirrors earth. The words we speak are a bridge between these two dimensions. They arise from the flesh and are carried by the life breath into the realm of the spirit. Vows we make to God do not evaporate like mist even though we have the power to ignore them. Our oaths leave a permanent imprint on an eternal consciousness. They linger as a testament to all our unfulfilled promise. At this moment on this night we pray for the strength, God, to refrain from making vows to You. Instead, let us be judged on heaven and on earth by our actions. May our prayers lead us beyond the realm of intentions to the world of deeds. Let all vows, promises, and oaths we make to You, God, from this Yom Kippur until the next be erased, released and forgiven. We regret having spoken them. Let our vows to You not be vows, our promises to You not be promises, our oaths to You not be oaths.

| | |
|--|---|
| <p>(3 times)</p> <p><i>Venislach lechol adat Beney Yisrael, Velager hagar betocham, Ki lechol ha-am bishegaga.</i></p> | <p>וְנִסְלַח לְכֹל עַדַּת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְלִגְר הַגֵּר בְּתוֹכָם, כִּי לְכֹל הָעָם בִּשְׁגָגָה.</p> |
| <p>Let all the People of Israel be forgiven and let God's forgiveness be upon all people.</p> | |

| | |
|--|--|
| <p><i>Selach na la-avon ha-am hazeh kegodel chasdecha, Vecha-asher nasata la-am hazeh miMizrayim ve-ad hena. Vesham ne-emar:</i></p> | <p>סְלַח נָא לְעוֹן הָעָם הַזֶּה כְּגֹדֶל חַסְדְּךָ, וּכְאֲשֶׁר נִשְׂאתָה לְעָם הַזֶּה מִמִּצְרַיִם וְעַד הַנֵּה. וְשָׁם נֵאמַר:</p> |
| <p>Moses asked God. Forgive this people, Merciful One, just as You have forgiven them from the time they left Egypt until now.</p> | |

| | |
|--|--|
| <p>(3 times)</p> <p><i>Vayomer Adonai salachti kidvarecha.</i></p> | <p>וַיֹּאמֶר יְהוָה סְלַחְתִּי כְּדַבַּרְךָ.</p> |
| <p>And God spoke. I have forgiven them as you have asked.</p> | |

| | |
|--|--|
| <p><i>Baruch Ata Adonai, Elohenu melech ha-olam, Shehecheyanu, vekimanu, vehigianu, lazman hazeh.</i></p> | <p>בָּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם, שֶׁהַחַיִּנו וְקִיַּמְנוּ וְהִגִּיעַנו לְזֶמַן הַזֶּה.</p> |
| <p>Blessed are You, God, for giving us life, for sustaining our life, and for allowing us to reach this moment, right here, right now. Amen.</p> | |

**Mizmor Shir LeYom Hashabbat
Tov lehodot LAdonai,
ulezamer leshimcha elyon**

Inspired by Psalm 92

There are times when I forget You,
When I take all that I am,
And all that I have for granted.

You've given me so much, God,
Your blessings are all around me,
Your miracles humble me,
Your mysteries inspire me.

Help me, God, to remember You.
Let all the potential You have placed within me
Find its way into the world.
Let my goodness blossom,
Let my courage grow strong.
Planted in Your garden, God,
Nourished by Your light,
I am beautiful
Even as I age.
Your are my strength, God,
My foundation, my light,
My shelter.

***Tsadik katamar yifrach,
ke-erez balvanon yisgeh
Shetulim be-vet Adonai,
bechatzrot Elohenu yafrichu
Od yenuvun beseva,
deshenim verananim yihyu
Lehagid ki yasha Adonai,
tzuri velo avlata bo.***

מִזְמוֹר שִׁיר לַיּוֹם הַשַּׁבָּת:
טוֹב לְהוֹדוֹת לַיהוָה
וּלְזַמֵּר לְשִׁמְךָ עֲלֵינוּ:

לְהַגִּיד בַּבֶּקֶר חֶסֶדְךָ וְאֱמוּנָתְךָ
בְּלֵילוֹת: עָלַי עָשׂוֹר וְעָלַי נָבֵל עָלַי
הַגִּיוֹן בְּכִנּוֹר: כִּי שָׁמַחַתְנִי יי בַּפְּעֻלָּךְ
בְּמַעֲשֵׂי יָדֶיךָ אֲרַנֵּן: מַה גָּדְלוֹ מַעֲשֵׂיךָ
יי מְאֹד עִמָּקוֹ מִחֻשְׁבֹּתֶיךָ: אִישׁ בְּעַר
לֹא יֵדַע וְכִסִּיל לֹא יִבִּין אֶת זֹאת:
בְּפֶרֶחַ רְשָׁעִים כְּמוֹ עֵשֶׂב וַיִּצְיָצוּ כָּל
פְּעָלֵי אֱוֹן לְהַשְׁמָדֵם עָדִי עַד: וְאַתָּה
מָרוֹם לְעֵלְמָם יי: כִּי הִנֵּה אֵיבִיךָ יי כִּי
הִנֵּה אֵיבִיךָ יֵאָבְדוּ וְיִתְפָּרְדּוּ כָּל פְּעָלֵי
אֱוֹן: וְתִרְם כְּרָאִים קִרְנֵי בִלְתִּי בְּשִׁמְךָ
רַעְנָן: וְתִבֹט עֵינַי בְּשׂוֹרֵי בְּקָמִים עָלַי
מֵרַעִים תִּשְׁמַעְנָה אָזְנֵי:

עֲדִיק בְּתִמְרֵי יֶפְרָח
כְּאֶרֶז בַּלְבָּנוֹן יִשְׁגָּה:
שְׂתוּלִים בְּבֵית יי
בְּחֻצְרוֹת אֱלֹהֵינוּ יִפְרִיחוּ:
עוֹד יִנּוּבֹן בְּשִׁיבָה
דְּשָׁנִים וְרַעְנָנִים יִהְיוּ:
לְהַגִּיד כִּי יֵשֶׁר יי
צוּרֵי וְלֹא עוֹלָתָה בּוֹ.

Adonai malach ge-ut lavesh

Inspired by Psalm 93

God is strength,
God is my strength,
God is near.
Seas roar,
Waves crash,
Turbulent waters swell,
But God's power is peace,
God's voice is stillness,
God's language is truth,
God's place is holiness,
Abiding and unending.

*Mikolot mayim rabim adirim
mishberei yam,
Adir bamarom Adonai,
Edotech ne-emnu me-od,
Levetcha nava kodesh,
Adonai le-orech yamim.*

יְיָ מֶלֶךְ גִּבּוֹר לְבִשׁ

לְבִשׁ יְיָ עֹז הַתְּאֵזֶר אֵף תִּכּוֹן
תִּבְל בִּל תִּמוּט: נִכּוֹן כְּסֶאֶד
מֵאֵז מֵעוֹלָם אֶתָּה: נִשְׂאוּ נְהָרוֹת
יְיָ נִשְׂאוּ נְהָרוֹת קוֹלָם יִשְׂאוּ
נְהָרוֹת דְּכִיָּם:

מִקּוֹלוֹת מַיִם רַבִּים אֲדִירִים
מִשְׁבְּרֵי יָם
אֲדִיר בְּמָרוֹם יְיָ:
עֲדִתֶיךָ נֶאֱמְנוּ מְאֹד
לְבֵיתֶךָ נֶאֱוָה קֹדֶשׁ
יְיָ לְאֹרֶךְ יָמִים:

Barechu et Adonai hamevorach.
Baruch Adonai hamevorach le-olam va-ed.
Baruch Adonai hamevorach le-olam va-ed.

בְּרַכּוּ אֶת יְיָ הַמְּבָרָךְ
בְּרוּךְ יְיָ הַמְּבָרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד:
בְּרוּךְ יְיָ הַמְּבָרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

Come bless God who is blessed.
We bless You, God, Source of blessing, always.
We bless You, God, Source of blessing, always.

Inspired by The Night Prayer

With the darkness comes Your light.
Earth and sky blend into one,
The heavens seem closer now,
The day's burdens farther somehow,
Your presence is almost palpable.
You own the darkness,
You unlock doors
I never thought would open.
You decorate the earth with seasons,
You paint the stars in the sky.
You design day and night,
Showing us the light in the darkness,
And the darkness in the light.
Bless You God, for bringing on the night.

Umavir yom umevi laila,
Umavdil ben yom uven laila,
Adonai tseva-ot shemo.
El chai vekayam, tamid yimloch alenu
le-olam va-ed.
Baruch Ata Adonai, hama-ariv aravim.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר בְּדַבְרוֹ מַעְרִיב עֲרֵבִים, בְּחַכְמָה
פּוֹתַח שְׁעָרִים, וּבִתְבוּנָה מְשַׁנֶּה
עֵתִים, וּמַחְלִיף אֶת הַיָּמִנִים, וּמְסַדֵּר
אֶת הַכּוֹכָבִים, בְּמִשְׁמְרוֹתֵיהֶם בְּרַקִּיעַ
בְּרָצוֹנוֹ. בּוֹרֵא יוֹם וְלַיְלָה, גּוֹלֵל אוֹר
מִפְּנֵי חֹשֶׁךְ, וְחֹשֶׁךְ מִפְּנֵי אוֹר.

וּמַעֲבִיר יוֹם וּמַבְיֵא לַיְלָה,
וּמַבְדִּיל בֵּין יוֹם וּבֵין לַיְלָה,
יְיָ עֲבָאוֹת שְׁמוֹ.
אֵל חַי וְקַיִם, תָּמִיד יִמְלוֹךְ עָלֵינוּ
לְעוֹלָם וָעֶד.
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, הַמַּעְרִיב עֲרֵבִים:

*Ahavat Olam bet Yisrael amecha ahavta.
 Torah umitsvot, chukim umishpatim,
 otanu limadeta. Al ken Adonai Elohenu
 beshochvenu uvekumenu nasiach
 bechukecha venismach bedivre toratecha
 uve-mitzvotecha le-olam va-ed.
 Ki hem chayenu, ve-orech yamenu
 uva-hem negeh yomam valaila
 Ve-ahavatcha al tasir mimenu le-olamim.
 Baruch atah Adonai,
 ohev amo Yisrael.*

אָהַבַת עוֹלָם בֵּית יִשְׂרָאֵל עִמָּךְ אָהַבְתָּ,
 תּוֹרָה וּמִצְוֹת, חֻקִּים וּמִשְׁפָּטִים,
 אוֹתָנוּ לְמַדַּת עַל בְּנֵי יִי אֱלֹהֵינוּ,
 בְּשֹׂכְבֵנוּ וּבְקוּמֵנוּ נְשִׁיחַ בְּחֻקֶיךָ, וְנִשְׁמַח
 בְּדַבְרֵי תוֹרָתְךָ וּבְמִצְוֹתֶיךָ לְעוֹלָם וָעֶד.
 כִּי הֵם חַיֵּינוּ וְאַדְךָ יַמֵּינוּ,
 וּבְהֵם נִהְגֶה יוֹמָם וּלְיַלָּה,
 וְאַהַבְתָּךְ אֵל תִּסֵּר מִמֶּנּוּ לְעוֹלָמִים.
 בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ,
 אוֹהֵב עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

Inspired by The Love Prayer

Your love, God,
 Has no beginning and no end.
 Your Torah is wisdom,
 Its path is peace.
 Teach us, God,
 To live by Your light,
 To search for meaning in Your words
 Always.
 They are our life, God,
 The very length of our days.
 Never abandon us, God,
 Never withhold Your love,
 Never leave us.
 Thank You, God,
 For today's blessings,
 For tomorrow's hope,
 For Your abiding love.

Shema Yisrael, Adonai Elohenu, Adonai Echad.

Baruch shem kevod malchuto le-olam va-ed.

*Ve-ahavta et Adonai Elohecha, Bechol
levavcha, uvechol nafshecha, uvechol
me-odecha. Vehayu hadvarim ha-eleh, Asher
anochi metsavecha hayom, al levavecha.
Veshinantam levanecha, vedibarta bam
beshivtecha bevetecha, uvlechtech vадerech,
uveshochbecha uvkumecha. Ukshartam le-ot al
yadecha, vehayu letotafot ben enecha.
Uchtavtam, al mezuzot betecha, uvisharecha.*

שמע ישראל, יי אלהינו, יי אחד:

ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד.

(1)

ואהבת את יי אלהיך, בכל-לבבך,
ובכל-נפשך, ובכל-מאדך. והיו הדברים
האלה, אשר אנכי מצוה היום, על-לבבך:
ושננתם לבניך, ודברת בם בשבתך
בביתך, ובליכתך בדרך ובשכבך, ובקומך.
וקשרתם לאות על-ידך, והיו לטטפות בין
עיניך, וכתבתם על מזוזות ביתך ובשעריך:

Inspired by The Shema

Listen, Israel, Adonai, our God, is One.

(God is blessed, present, abiding and unending.)

(1)

Love God with all your heart,
All your soul, and with all your strength.
Take these words and place them on your heart.
Explain them to your children,
Talk about them, night and day.
Let them permeate your home,
Your body, your mind,
Your soul.

(2)

God, we need to know that You are with us,
 That You hear our cry.
 We don't pretend to know Your ways,
 To know why this world can be so beautiful
 And yet so full of pain.
 There are times when we want to have nothing to do
 with You,
 When to think of You brings nothing but confusion.
 And there are times,
 Like this time,
 When we seek to return to You,
 When we feel the emptiness that comes
 When we are far from You.
 Watch over us and our loved ones,
 Forgive us for all that we have not been.
 Help us to appreciate all that we have,
 And to realize all that we have to offer.
 Help us find our way back to You, God,
 And we will return.

(3)

Open my eyes, God,
 Help me to perceive what I have ignored,
 To uncover what I have forsaken,
 To find what I have been searching for.
 Remind me that I don't have to journey far
 To find something new,
 For miracles surround me,
 Blessings and holiness abound.
 And You are near.

Adonai Elohechem Emet.

(2)

וְהָיָה אִם-שָׁמַעַתְּ שִׁמְעוּ אֶל-מִצְוֹתַי, אֲשֶׁר אֲנֹכִי
 מְצַוֶּה אֶתְכֶם הַיּוֹם, לְאַהֲבָה אֶת יי אֱלֹהֵיכֶם,
 וְלַעֲבֹדוֹ בְּכֹל-לִבְבְּכֶם וּבְכֹל נַפְשְׁכֶם. וְנָתַתִּי
 מִטֶּר-אֶרְצְכֶם בְּעֵתוֹ, יוֹרֵה וּמְלַקֵּשׁ, וְאֶסְפַּת
 דְּגַנְךָ וְתִירְשְׁךָ וַיִּצְהַרְךָ. וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשֹׁדְךָ
 לְבַהֲמֹתֶיךָ, וְאָכַלְתָּ וּשְׂבַעְתָּ. הִשְׁמָרוּ לָכֶם
 פֶּן-יִפְתָּה לְבַבְכֶם, וְסָרְתֶם וְעַבַדְתֶּם אֱלֹהִים
 אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם לָהֶם. וְחָרָה אַף-יי בְּכֶם,
 וְעָצַר אֶת-הַשָּׁמַיִם וְלֹא-יִהְיֶה מִטֶּר, וְהָאֲדָמָה
 לֹא תִתֵּן אֶת-יְבוּלָהּ וְאֲבַדְתֶּם מִהָרָה מֵעַל
 הָאָרֶץ הַטְּבֵה אֲשֶׁר יי נָתַן לָכֶם: וְשָׁמַתֶּם אֶת
 דְּבַרֵי אֱלֹהֵי עַל-לִבְבְּכֶם וְעַל-נַפְשְׁכֶם וּקְשַׁרְתֶּם
 אֶתֶם לְאוֹת עַל-יַדְכֶם, וְהָיוּ לְטוֹטְפֹת בֵּין
 עֵינֵיכֶם: וְלִמְדֹתֶם אֶתֶם אֶת-בְּנֵיכֶם, לְדַבֵּר
 בָּם, בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ, וּבְלִכְתְּךָ בַדֶּרֶךְ, וּבְשֹׁכְבְךָ
 וּבְקוּמְךָ: וּכְתַבְתֶּם עַל-מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ:
 לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וַיְמֵי בְנֵיכֶם עַל הָאֲדָמָה
 אֲשֶׁר נָשַׁבַע יי לְאַבְרָהָם לְתַת לָהֶם, בְּיַמֵּי
 הַשָּׁמַיִם עַל-הָאָרֶץ:

(3)

וַיֹּאמֶר יי אֶל-מֹשֶׁה לֵאמֹר: דַּבֵּר אֶל-בְּנֵי
 יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם: וַעֲשׂוּ לָהֶם צִיצִית
 עַל-כְּנֵפֵי בְגָדֵיהֶם לְדֵרֹתָם, וְנָתַנּוּ עַל-צִיצִית
 הַכֶּנֶף פֶּתִיל תְּכֵלֶת. וְהָיָה לָכֶם לְצִיצִית, וּרְאִיתֶם
 אֹתוֹ וּזְכַרְתֶּם אֶת-כָּל-מִצְוֹת יי, וַעֲשִׂיתֶם
 אֹתָם, וְלֹא תִתּוּרוּ אַחֲרַי לְבַבְכֶם וְאַחֲרַי
 עֵינֵיכֶם, אֲשֶׁר-אֶתֶם זֹנִים אַחֲרֵיהֶם: לְמַעַן
 תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-כָּל-מִצְוֹתַי, וְהִייתֶם
 קְדוֹשִׁים לְאֱלֹהֵיכֶם: אֲנִי יי אֱלֹהֵיכֶם, אֲשֶׁר
 הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם, לִהְיוֹת לָכֶם
 לְאֱלֹהִים, אֲנִי יי אֱלֹהֵיכֶם:

יי אלהיכם אמת

Inspired by We Affirm Our Faith

God, You have always been beside us
in times of trouble.

Every single day we are surrounded by
Your miracles.

You breathe new life into our souls,
Your raise us up when we have no strength
to carry on,

You give us a heart to love,

The strength to heal,

Eyes to behold Your wonders.

Bless You God, for redeeming us each day.

*Umalchuto ve-ratson kiblu alehem,
Moshe uvnei Yisrael lecha anu shira,
besimcha raba, ve-ameru chulam:*

*Mi chamocha ba-elim Adonai.
Mi kamocha ne-edar bakodesh.
Nora tehilot oseh feleh.*

*Malchutecha ra-u vanecha,
boke-a yam lifnei Moshe,
zeh eli anu ve-ameru:*

Adonai yimloch le-olam v-aed.

*Vene-emar: Ki fada Adonai et Yaakov,
uge-alo miyad chazak mimenu.*

Baruch atah Adonai, ga-al Yisrael.

אַמֶּת וְאַמוּנָה כָּל זֹאת, וְקִים עָלֵינוּ, כִּי הוּא יי
אַלְהֵינוּ וְאֵין זִוְלָתוֹ, וְאַנְחָנוּ יִשְׂרָאֵל עִמּוֹ. הַפּוֹדֵנוּ
מִיַּד מְלָכִים, מִלְּפָנֵינוּ הַגּוֹאֲלֵנוּ מִכָּף כָּל הָעָרִיצִים.
הָאֵל הַנִּפְרָע לָנוּ מִצָּרֵינוּ, וְהַמְּשַׁלֵּם גָּמוּל לְכָל
אִיבֵי נַפְשָׁנוּ. הָעֹשֶׂה גְדֻלוֹת עַד אֵין חֶקֶר,
וְנִפְלְאוֹת עַד אֵין מִסְפָּר. הַשֵּׁם נִפְשָׁנוּ בַּחַיִּים, וְלֹא
נִתֵּן לְמוֹט רִגְלָנוּ, הַמְּדַרְיָכֵנוּ עַל בְּמוֹת אוֹיְבֵינוּ,
וְיָרֵם קִרְנָנוּ, עַל כָּל שׁוֹנְאָנוּ. הָעֹשֶׂה לָנוּ נִסִּים
וְנִקְמָה בַּפְּרָעָה, אוֹתוֹת וּמוֹפְתִים בְּאֲדַמַּת בְּנֵי
חָם. הַמַּבֵּה בְּעֶבְרַתוֹ כָּל בְּכוֹרֵי מִצְרַיִם, וְיוֹצֵא אֶת
עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל מִתּוֹכָם, לְחֵרוֹת עוֹלָם. הַמַּעֲבִיר בְּנֵי
בֵּין גְּזֵרֵי יַם סוּף, אֶת רוֹדְפֵיהֶם וְאֶת שׁוֹנְאֵיהֶם,
בְּתַהוֹמוֹת טַבַּע, וְרָאוּ בְּנֵי גְבוּרָתוֹ. שִׁבְחוּ וְהוֹדוּ
לְשִׁמּוֹ.

וּמַלְכוּתוֹ בְּרִצּוֹן קִבְּלוּ עֲלֵיהֶם, מִשָּׁה וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל
לֵךְ עָנוּ שִׁירָה בְּשִׂמְחָה רַבָּה, וְאָמְרוּ כָּלֵם:

מִי כַמּוֹחַ בְּאֵלִים יי, מִי כַמּוֹחַ נֶאֱדָר בַּקֹּדֶשׁ,
נוֹרָא תַהִילָת, עֹשֶׂה פִלֵּא

מַלְכוּתְךָ רָאוּ בְנֵיךָ, בּוֹקֵעֵי יַם לִפְנֵי מִשָּׁה,
זֶה אֵלֵי עָנוּ וְאָמְרוּ:

יי. יַמְלִךְ לְעוֹלָם וָעֶד

. וְנֶאֱמַר: כִּי פָדָה יי אֶת יַעֲקֹב,
וְגָאֵל מִיַּד חֲזָק מִמֶּנּוּ.

בְּרוּךְ אַתָּה יי, גֹּאֵל יִשְׂרָאֵל:

*Hashkivenu Adonai Elohenu, leshalom,
vehaamidenu, malkenu, lechayim.
Ufros alenu sukat shelomecha,*

Inspired by The Prayer for Peace

When I panic, God, teach me patience.
When I fear, teach me faith.
When I doubt myself, teach me confidence.
When I despair, teach me hope.
When I lose perspective, show me the way—
Back to love, back to life, back to You.

ufros alenu sukat shelomecha.

*Baruch atah, Adonai,
hapores sukat shalom alenu,
ve-al kol amo Yisrael,
ve-al Yerushalayim.*

הַשְּׂכִיבֵנוּ יְיָ אֱלֹהֵינוּ לְשָׁלוֹם,
וְהַעֲמִידֵנוּ מַלְכֵנוּ לְחַיִּים
וּפְרוֹשׁ עָלֵינוּ סִבַּת שְׁלוֹמְךָ,

וְתִקְנֵנוּ בְּעֵצָה טוֹבָה מִלְּפָנֶיךָ,
וְהוֹשִׁיעֵנוּ לְמַעַן שְׁמֶךָ, וְהַגֵּן
בְּעַדָּנוּ, וְהַסֵּר מֵעָלֵינוּ אוֹיֵב,
דָּבָר, וְחָרָב, וְרָעַב וְיָגוֹן, וְהַסֵּר
שָׁטָן מִלְּפָנֵינוּ וּמֵאַחֲרֵינוּ, וּבְצִל
כְּנָפֶיךָ תִּסְתִּירֵנוּ. כִּי אֵל שׁוֹמְרָנוּ
וּמְצִילֵנוּ אַתָּה, כִּי אֵל מִלֶּךְ חַנוּן
וְרַחוּם אַתָּה, וּשְׁמוֹר צְאֲתָנוּ
וּבּוֹאֵנוּ, לְחַיִּים וּלְשָׁלוֹם, מֵעַתָּה
וְעַד עוֹלָם.

וּפְרוֹשׁ עָלֵינוּ סִבַּת שְׁלוֹמְךָ.

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ,
הַפּוֹרֵשׁ סִבַּת שְׁלוֹם עָלֵינוּ
וְעַל כָּל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל
וְעַל יְרוּשָׁלָיִם.

*Veshamru vene Yisrael et haShabat,
la-asot et ha-Shabat ledorotam brit olam.
Beni uven bene Yisrael ot hi le-olam.
Ki sheshet yamim asa Adonai
et ha-shamayim ve-et ha-arets,
uvayom hashvi-i shavat vayinafash.*

וְשָׁמְרוּ בְנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשַּׁבָּת,
לַעֲשׂוֹת אֶת הַשַּׁבָּת לְדֹרוֹתֵם בְּרִית עוֹלָם:
בֵּינִי וּבֵין בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֹתָהּ הִיא לְעוֹלָם,
כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה יי אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת
הָאָרֶץ, וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי שָׁבַת וַיִּנְפֹּשׁ.

Inspired by The Sabbath Prayer

In the story of creation God created heaven and earth in six days.
On the seventh day God rested and God's soul was revived.
God gave us the Sabbath not to oppress us,
But to bless us with a precious gift.
May the Sabbath bring peace to our bodies,
Light to our souls.

*Ki vayom hazeh yechaper alechem
letaher etchem Mikol chatotechem
lifney Adonai tit-haru*

כִּי בַיּוֹם הַזֶּה יִכַּפֵּר עֲלֵיכֶם
לְטַהֵר אֶתְכֶם, מִכָּל חַטָּאתֵיכֶם
לִפְנֵי יי תְּטַהֲרוּ.

This is the day when we search for the power to repair our lives.
Give us the strength, God, to look within our souls and uncover how we need to change.

Half Kaddish

*Yitgadal veyitkadash sheme raba,
(Amen.) be-alma divra chirute,
veyamlich malchute be-chayechon
uv-yomechon uvchaye dechol bet
Yisrael, ba-agala uvizman kariv,
ve-imru: Amen. (Amen.)*

*Yehe shme raba mevorach
le-olam ule-olme olmaya. [Yitbarach]*

*Yitbarach veyishtabach,
veyitpaar veyitromam veyitnase,
veyit-hadar veyitaleh veyithalal, sheme
dekudeshu, brich hu, (brich hu) le-ela
ule-ela min kol birchata veshirata,
tushbechata venechemata, da-amiran
be-alma, ve-imeru: Amen. (Amen.)*

חצי קדיש

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא.
בְּעֵלְמָא דִּי בְרָא כְרַעוּתָהּ, וְיִמְלִיךְ
מַלְכוּתָהּ בְּחַיֵּיכוּן וּבְיוֹמֵיכוּן וּבְחַיֵּי
דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל. בְּעַגְלָא וּבְזִמְן
קָרִיב וְאָמְרוּ אָמֵן:

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלָם
וּלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא:

יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח, וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמֵם
וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל
שְׁמֵהּ דְקַדְשָׁא בְרִיךְ הוּא לְעָלְמָא
וּלְעָלְמָא מִן כּוֹל בִּרְכָתָא וְשִׁירָתָא,
תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחֲמַתָּא, דְאָמִירָן
בְּעֵלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן:

Inspired by The Amida. The Standing Prayer
Open My lips, God, let me speak Your praise

God, You appeared to our ancestors,
Abraham, Isaac, Jacob, Sarah, Rebecca,
Rachel and Leah,
And You are here with us at this very moment.
Your power is beyond measure,
Your kindness is all around us,
You placed within each one of us
The power to save Your world.
Remind us God, to live up to all our potential,
Show us how to bless Your world.
Remember us for life,
Source of all life,
Inscribe us in the book of life,
God of life
Bless You, God, who shielded Abraham and
protected Sarah.

You breathe life into all things,
You resurrect a dead world in spring,
You lift us up when we fall,
You give us the strength to heal,
And the courage to free ourselves from all
oppression.
You watch over us in this life,
And You receive our souls with love in the
life to come.
Nothing compares to You, Source of Compassion
You watch over all Your creations with love and
sustain all life.
Bless You, God, who renews all life.

You are holy, Your name is holy,
Your angels in heaven and earth are holy.

אֲדַנִּי שְׁפָתַי תִּפְתָּח וּפִי יִגִּיד תְּהִלָּתְךָ:

בְּרוּךְ אַתָּה יי אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, אֱלֹהֵי
אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק, וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב. אֱלֹהֵי שָׂרָה,
אֱלֹהֵי רִבְקָה אֱלֹהֵי רַחֵל וְאֱלֹהֵי לָאָה. הָאֵל הַגָּדוֹל
הַגְּבוּר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֲלִיּוֹן, גּוֹמֵל חַסְדִּים טוֹבִים,
וְקוֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר חַסְדֵי אֲבוֹת, וּמְבִיא גּוֹאֵל לְבְנֵי
בְנֵיהֶם לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה:

זְכַרְנוּ לְחַיִּים, מֶלֶךְ חַפֵּץ בְּחַיִּים, וְכִתְּבֵנוּ בְּסֵפֶר
הַחַיִּים, לְמַעַן אֱלֹהִים חַיִּים.

מֶלֶךְ עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמְגַן: בְּרוּךְ אַתָּה יי, מְגַן אַבְרָהָם
וּפּוֹקֵד שָׂרָה.

אַתָּה גְּבוּר לְעוֹלָם אֲדַנִּי, מַחִיָּה מֵתִים אַתָּה, רַב
לְהוֹשִׁיעַ:
מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחַסֵּד, מַחִיָּה מֵתִים בְּרַחֲמִים רַבִּים,
סוֹמֵךְ נוֹפְלִים, וְרוֹפֵא חוֹלִים, וּמַתִּיר אֲסוּרִים,
וּמְקִים אַמוּנָתוֹ לִישְׁנֵי עֶפֶר, מִי כְמוֹד בְּעַל גְּבוּרוֹת
וּמִי דוֹמֵה לָךְ, מֶלֶךְ מֵמִית וּמַחִיָּה וּמַצְמִיחַ יְשׁוּעָה:
מִי כְמוֹד אֵב הַרְחָמִים, זוֹכֵר יְצוּרָיו לְחַיִּים בְּרַחֲמִים:
וְנֶאֱמַן אַתָּה לְהַחֲיוֹת מֵתִים. בְּרוּךְ אַתָּה יי, מַחִיָּה
הַמֵּתִים:

אַתָּה קָדוֹשׁ וְשִׁמְךָ קָדוֹשׁ וּקְדוּשִׁים בְּכֹל יוֹם
יְהִלְלוּךָ, סְלָה.

Help us, God, to experience You with awe and to treasure all that you have given us. Let all of creation unite to serve You freely with an open heart and hands open wide. You are our life, our comfort, our light, our strength.

Fill us with honor, God, with pride and hope and a voice to sing Your praise. We long for You, God. Bring joy to our people, salvation to this world. Let days of peace shine upon us now and always.

Help us, God, to put an end to all suffering on our planet. Remind us not to be blind to the sight of suffering or deaf to the cries of the oppressed. Our hearts long for the day when we defeat injustice, when we banish bigotry, when all cruelty gives way to compassion.

We pray for the day when You will be known throughout all of creation. When a great unity will spread across this world. When a holy sense of oneness will encompass us all.

You are holy. Your name is holy. You are justice and righteousness. Bless You, Holy One.

You call out to us, God, Your love revives us, the Torah You have given us is a path to holiness. Be near to us, God, draw us close to You, never leave us.

You have given us this day so that we can find a path to forgiveness. You led us to freedom from slavery in Egypt, teach us, God, how to find freedom from the enslavements of thoughts and actions that lead us astray and cause pain and disappointment to the people in our lives. Help me, God, I want to change, I want to grow, I want to overcome self-destructive actions and thoughts. Show me the way, God, fill me the strength to be honest with myself. Help me to live up to all the holy potential You have placed inside me.

וּבְכֵן תִּזְכֹּר יְיָ אֱלֹהֵינוּ, עַל כָּל מַעֲשֵׂיךָ, וְאִמְתָּךְ
עַל כָּל מַה שִּׁבְרָאתָ, וְיִירָאוּךָ כָּל הַמַּעֲשִׂים וְיִשְׁתַּחֲוּ
לְפָנֶיךָ כָּל הַבְּרוּאִים, וְיַעֲשׂוּ כְּלֵם אֲגָדָה אַחַת
לַעֲשׂוֹת רְצוֹנְךָ בְּלִבָּב שָׁלֵם, כְּמוֹ שֶׁיְדַעְנוּ יְיָ
אֱלֹהֵינוּ, שֶׁהַשְּׁלֵטֵן לְפָנֶיךָ, עוֹ בְיָדְךָ וּגְבוּרָה בִּימִינְךָ,
וְשִׁמְךָ נוֹרָא עַל כָּל מַה שִּׁבְרָאתָ.

וּבְכֵן תִּזְכֹּר כְּבוֹד, יְיָ לַעֲמֶךָ, תְּהִלָּה לִירְאִיךָ וְתִקְוָה
טוֹבָה לְדוֹרְשֶׁיךָ, וּפְתִיחוֹן פֶּה לַמְיַחֲלִים לָךְ, שִׁמְחָה
לְאַרְצֶךָ וְשִׁשׁוֹן לַעֲרֶךָ, וְצַמִּיחַת קֶרֶן לְדוֹר עַבְדְּךָ,
וְעֲרִיבַת נֵר לְבוֹיְשֵׁי מְשִׁיחְךָ, בְּמַהֲרָה בִּימֵינוּ.

וּבְכֵן צְדִיקִים יִרְאוּ וְיִשְׂמְחוּ, וְיִשְׂרִים יַעֲלוּ, וְחַסִּידִים
בְּרִנָּה יִגִּילוּ, וְעוֹלָתְךָ תִּקְפֹץ-פִּיָּה, וְכָל הַרְשָׁעָה כְּלָה
בְּעֵשׂוֹן תִּכְלָה, כִּי תַעֲבִיר מִמְשַׁלַּת זְדוֹן מִן הָאָרֶץ.

וְתִמְלֶךְ, אַתָּה יְיָ לְבִדְךָ, עַל כָּל מַעֲשֵׂיךָ, בְּהַר צִיּוֹן
מִשְׁבֵּן כְּבוֹדְךָ, וּבִירוּשָׁלַיִם עִיר קִדְשֶׁךָ, בְּכַתוּב
בְּדַבְרֵי קִדְשֶׁךָ: יִמְלֶךְ יְיָ לְעוֹלָם, אֱלֹהֵיךָ צִיּוֹן לְדוֹר
וָדוֹר: הִלְלוּיָהּ.

קְדוּשַׁת אַתָּה וְנוֹרָא שְׁמֶךָ, וְאִין אֱלֹהִים מִבְּלַעֲדֶיךָ,
בְּכַתוּב: וַיִּגְבֹּה יְיָ צְבָאוֹת בְּמִשְׁפַּט, וְהָאֵל הַקְּדוֹשׁ
נִקְדָּשׁ בַּצְּדָקָה. בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ, הַמְּלֶךְ הַקְּדוֹשׁ.

אַתָּה בְּחַרְתָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים, אֲהַבְתָּ אוֹתָנוּ וְרָצִיתָ
בָּנוּ, וְרוֹמַמְתָּנוּ מִכָּל הַלְּשׁוֹנוֹת, וְקִדְשְׁתָּנוּ
בְּמִצְוֹתֶיךָ, וְקִרְבַּתָּנוּ מִלִּבְנֵי לַעֲבוֹדָתְךָ, וְשִׁמְךָ
הַגָּדוֹל וְהַקְּדוֹשׁ עָלֵינוּ קָרָאתָ.

וְתַתֵּן לָנוּ, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, בְּאַהֲבָה אֶת יוֹם (הַשְּׁבִטָה הַזֶּה
לְקְדוּשָׁה וְלִמְנוּחָה וְאֶת יוֹם) הַכַּפּוּרִים הַזֶּה, לְמַחֲלָה
וְלִסְלִיחָה וְלִכְפָּרָה, וְלִמְחַל-בּוֹ אֶת כָּל עוֹנוֹתֵינוּ
(בְּאַהֲבָה) מִקְרָא קִדְשׁ, זְכַר לִיעִיאת מִצְרַיִם.

Watch over us, God, hear us, remember us, may these words reach You. Remember our ancestors. Remember the promise of salvation. Remember Jerusalem, holy city of peace. Spread Your peace over all people, God. Remember all my brothers and sisters praying these same words with me right now in houses of worship all over the world. Bless us with grace, compassion, life and peace on this Yom Kippur. Be good to us, God, bless us, save us, teach us to treasure each day of our lives. Our eyes long for You, God of love.

Forgive us, God. Forgive us for squandering the gifts You have given us. For taking all Your blessings for granted. For not living up to all the potential You have placed inside of us. Turn us to You, God, open our eyes to all that we have ignored. Soften our hardened hearts. Remind us that we do not have unlimited time on this earth. Teach us to believe that change is possible. This is the day when we search for the power to repair our lives. Give us the strength, God, to look within our souls and uncover how we need to change.

You gave us Yom Kippur to look inside our souls.
Open me up, God,
I don't want to cut myself off anymore.
Unlock my heart.
Teach me how to receive Your light,
Let Your light radiate through me,
Let my anxiety give way to assurance,
Let my scattered thoughts give way to focus,
Let my fears give way to faith.
Be with me, God,
Release the tension that binds me,
Free me, God,
Let me shine,
Let me bless Your world.
Bless You, God, who makes us holy on this holy day.

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, יְעַלֶּה וְיָבֵא, וְיַגִּיעַ וְיִרְאֶה, וְיִרְצֶה וְיִשְׁמַע, וְיִפְקֹד וְיִזְכֹּר וְזָכְרָנוּ וּפְקֻדוֹנָנוּ, וְזָכְרוֹן אֲבוֹתֵינוּ, וְזָכְרוֹן מְשִׁיחַ בְּדָוִד עַבְדְּךָ, וְזָכְרוֹן יְרוּשָׁלַיִם עִיר קְדֻשָׁה, וְזָכְרוֹן כָּל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל לְפִלִיטָה וְלִטּוֹבָה, לְחַן וְלִחְסֵד וְלִרְחֻמִּים, לְחַיִּים וְלִשְׁלוֹם, בְּיוֹם הַכַּפּוּרִים הַזֶּה. זְכַרְנוּ, יי אֱלֹהֵינוּ בּוֹ לְטוֹבָה, וּפְקֻדָנוּ בּוֹ לְבִרְכָה, וְהוֹשִׁיעֵנוּ בּוֹ לְחַיִּים; וּבְדַבַּר יְשׁוּעָה וְרַחֲמִים חוּס וְחַנּוּן, וְרַחֵם עָלֵינוּ וְהוֹשִׁיעֵנוּ, כִּי אֵלֶיךָ עֵינֵינוּ, כִּי אֵל מֶלֶךְ חַנּוּן וְרַחוּם אַתָּה.

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, מַחֵל לְעוֹנוֹתֵינוּ בְּיוֹם (הַשְּׁבִעִת הַזֶּה וּבְיוֹם) הַכַּפּוּרִים הַזֶּה. מַחֵה וְהַעֲבֵר פְּשָׁעֵינוּ וְחַטָּאתֵינוּ מִנֶּגֶד עֵינֶיךָ, כְּאָמֹר: אֲנֹכִי אֲנֹכִי הוּא מַחֵה פְּשָׁעֶיךָ לְמַעֲנֵי, וְחַטָּאתֶיךָ לֹא אֲזַכֵּר. וְנֹאמַר: מַחִיתִי כָעֵב פְּשָׁעֶיךָ וְכַעֲנַן חַטָּאתֶיךָ, שׁוֹבָה אֵלַי כִּי גִאלְתֶּיךָ וְנֹאמַר: כִּי בְיוֹם הַזֶּה יִכַּפֵּר עַלְיְכֶם לְטַהַר אֶתְכֶם, מִכָּל חַטָּאתֵיכֶם לִפְנֵי יי תַּטְהֲרוּ.

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, (רְצֵה בְּמִנוּחַתְנוּ) קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתֶיךָ וְתַן חֶלְקֵנוּ בְּתוֹרָתְךָ, שִׁבְעֵנוּ מִטּוֹבֶיךָ וְשִׂמְחָנוּ בִישׁוּעָתְךָ (וְהַנְחִילֵנוּ, יי אֱלֹהֵינוּ, בְּאַהֲבָה וּבְרִצּוֹן שֶׁבֶת קְדֻשָׁה, וְיִנּוּחוּ בֵּה יִשְׂרָאֵל מִקִּדְשֵׁי שְׁמֶךָ) וְטַהַר לִבֵּנוּ לְעַבְדְּךָ בְּאַמֶּת, כִּי אַתָּה סֶלְחָן לְיִשְׂרָאֵל וּמַחֲלֵן לְשִׁבְטֵי יִשְׂרָאֵל בְּכָל דּוֹר וָדוֹר, וּמִבְּלַעַדֶיךָ אֵין לָנוּ מֶלֶךְ מוֹחֵל וְסוֹלֵחַ אֵלָּא אַתָּה. בְּרוּךְ אַתָּה, יי מֶלֶךְ מוֹחֵל וְסוֹלֵחַ לְעוֹנוֹתֵינוּ וְלְעוֹנוֹת עַמּוֹ בֵּית יִשְׂרָאֵל, וּמַעֲבִיר אֲשָׁמוֹתֵינוּ בְּכָל שָׁנָה וְשָׁנָה, מֶלֶךְ עַל כָּל הָאָרֶץ, מִקִּדְשׁ (הַשְּׁבִעִת ו) יִשְׂרָאֵל וְיוֹם הַכַּפּוּרִים.

Please, God, accept this prayer with love.
We pray for the time when Your presence will be felt
Throughout the earth,
When all the brokenness will be healed,
When all suffering will cease.
Bless You, God, whose presence breathes life into us all.

I want to thank You, God,
For being my strength and my shelter.
All that I am, body and soul, is in Your hands.
Your miracles are all around me,
Your love is always with me,
You are my hope when all hope seems lost,
And my comfort in times of pain.
Bless You, God, for blessing me.

Inscribe us all for a good life, God

Let us live in peace, God,
Hear our prayer,
Bring peace.
Let it rain down from the heavens like a mighty storm,
Let it wash away all hatred and bloodshed.
Bless You, God, bless the world with peace.

Let us all be inscribed in the book of life, blessing, peace
and prosperity. Bless You, God of peace.

Hear us, God, please don't ignore us. We know we have
not lived up to all the goodness you have placed within
us.

רצה, יי אלהינו, בעמך ישראל ובתפלתם, והשב
את העבודה לדביר ביתך, ואשי ישראל,
ותפלתם באהבה תקבל ברצון, ותהי לרצון תמיד
עבודת ישראל עמך.
ותחזינה עינינו בשוכך לציון ברחמים. ברוך אתה
יי, המחזיר שכינתו לציון.

מודים אנחנו לך, שאתה הוא, יי אלהינו ואלהי
אבותינו, לעולם ועד, צור חיינו, מגן ישענו, אתה
הוא לדור ודור נודה לך ונספר תהלתך. על חיינו
המסורים בידיך, ועל נשמותינו הפקודות לך, ועל
נסיך שבכל יום עמנו, ועל נפלאותיך
וטובותיך שבכל עת, ערב ובקר וצהרים, הטוב כי
לא כלו רחמיך, והמרחם כי לא תמו חסדיך
מעולם קיינו לך.

ועל כלם יתברך ויתרומם שמך מלבנו תמיד
לעולם ועד. וכתוב לחיים טובים כל בני בריתך.
וכל החיים יודוך סלה, ויהללו את שמך באמת,
האל ישועתנו ועזרתנו סלה. ברוך אתה יי, הטוב
שמך ולך נאה להודות.

שְׁלוֹם רַב עַל יִשְׂרָאֵל עַמְּךָ תְּשִׁים לְעוֹלָם, כִּי אַתָּה
הוּא מֶלֶךְ אֲדוֹן לְכָל הַשְּׁלוֹם. וטוב בעיניך לברך
את עמך ישראל, בכל עת ובכל שעה בשלומך.

בספר חיים, ברכה ושלום ופרנסה טובה, נזכר
ונכתב לפניך, אנחנו וכל עמך בית ישראל,
לחיים טובים ולשלום. ברוך אתה יי, עושה
השלום.

אלהינו ואלהי אבותינו, תבא לפניך תפלתנו,
ואל תתעלם מתחנונו, שאין אנו עזי פנים וקשי
ערף, לומר לפניך יי אלהינו ואלהי אבותינו,
צדיקים אנחנו ולא חטאנו, אבל אנחנו ואבותינו
חטאנו.

We have betrayed, we have deceived, we have been cruel, self-centered, unforgiving, petty, we have taken others for granted, spread lies, gossiped, we have been jealous, greedy, uncharitable, stubborn, judgmental, hypocritical, we have hated, stolen, we have hurt others, neglected others, we stood by when we should have stood up.

You know us, God, You know all our secrets. You know our lies, the way we deceive ourselves and others.

You know the mysteries of the universe and the secrets of every soul. You know our thoughts, our desires, our clandestine acts. Nothing is hidden from You.

Forgive us, God, help us to repair our lives, our relationships, our souls, our world.

Forgive us,
For ignoring You,
For acting without thinking,
For giving in to sexual desires that we should have fought,
For being cruel to friends,
For our indifference,
For allowing pride to destroy our relationships,
For taking our parents for granted,
For losing our temper,
For the gossip we spread,
For not living up to all the potential You have placed within us.

For all these, God of forgiveness, forgive us, teach us how to change.

Forgive us,
For the lies we told,
For looking down on others,
For being dishonest in business,
For being judgmental,
For speaking when we should have kept silent,
For our arrogance,
For not taking responsibility,
For hurting those we love,
For not weighing the consequences of our actions,
For blindly following others instead of thinking for ourselves,
For making promises we didn't keep,
For not being generous to those we could have helped.

For all these, God of forgiveness, forgive us, teach us how to change.

אֲשָׁמְנוּ, בָּגְדְנוּ, גָּזַלְנוּ, דִּבְרַנּוּ דְפִי. הֶעֱוִינוּ, וְהִרְשָׁעְנוּ, זָדוֹנוֹ, חֲמִסְנוּ, טָפְלָנוּ שָׂקָר. יַעֲצָנוּ רָע, כְּזָבְנוּ, לָצַנּוּ, מִרְדְּנוּ, נֶאֱצָנוּ, סָרְדְנוּ, עֹוִינוּ, פְּשָׁעֵנוּ, צָרְדְנוּ, קִשְׁיֵנוּ עָרְף. רִשְׁעֵנוּ, שַׁחַתְנוּ, תַּעֲבָנוּ, תַּעֲתֵנוּ, תַּעֲתֵנוּ.

סָרְנוּ מִמִּצְוֹתֶיךָ וּמִשְׁפָּטֶיךָ הַטּוֹבִים, וְלֹא שׁוּה לָנוּ. וְאַתָּה צָדִיק עַל כָּל הַבָּא עֲלֵינוּ, כִּי אָמַת עֲשִׂיתָ וְאֶנְחֵנוּ הִרְשָׁעְנוּ. מַה נֹּאמֵר לְפָנֶיךָ יוֹשֵׁב מְרוֹם, וּמַה נִּסְפֵּר לְפָנֶיךָ שׁוֹכֵן שְׁחָקִים, הֲלֹא כָּל הַנְּסֻתוֹת וְהַנְּגִלוֹת אֶתָּה יוֹדֵעַ.

אַתָּה יוֹדֵעַ רֵזִי עוֹלָם, וְתַעֲלוּמוֹת סַתְרֵי כָּל חַי. אַתָּה חוֹפֵשׁ כָּל חַדְרֵי בֶטֶן, וּבוֹחֵן כְּלָיוֹת וְלֵב. אֵין דְּבַר נֶעְלָם מִפָּנֶיךָ, וְאֵין נִסְתָּר מִנְּגֵד עֵינֶיךָ.

וּבְכֵן יְהִי רִצּוֹן מִלְּפָנֶיךָ, יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, שֶׁתְּסַלַּח לָנוּ עַל כָּל חַטָּאתֵינוּ, וְתִמְחַל לָנוּ עַל כָּל עֲוֹנוֹתֵינוּ, וְתִכַּפֵּר לָנוּ עַל כָּל פְּשָׁעֵינוּ.

עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּאִנְס וּבְרִצּוֹן, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּבִלִי דַעַת. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּגִלוֹי עֲרִיזוֹת, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּדַעַת וּבְמִרְמָה. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּהוֹנָאת רָע, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּעֵידֵת זָנוּת. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּזוּלוֹל הוֹרִים וּמוֹרִים, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּחֹזֵק יָד. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּטִמְאָת שְׁפָתִים, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּיִצְר הָרָע.

וְעַל כָּלֵם, אֱלוֹהַ סְלִיחוֹת, סַלַּח לָנוּ, מַחֵל לָנוּ, כַּפֵּר-לָנוּ.

עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּכַחַשׁ וּבְכֹזֵב, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּלִצּוֹן. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּמִשָּׂא וּבְמִתָּן, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּנִשְׁךְ וּבְמִרְבִּית. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּשִׁיחַ שְׁפֹתֵינוּ, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּעֵינִים רְמוֹת. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּפְרִיקַת עַל, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּצַדִּית רָע. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּקִלוֹת רֹאשׁ, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּרִיצַת רַגְלִים לְהָרָע. עַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּשִׁבוּעַת שְׁוֹא, וְעַל חַטָּא שְׁחָטָאנוּ לְפָנֶיךָ בְּתִשׁוּמַת-יָד.

וְעַל כָּלֵם, אֱלוֹהַ סְלִיחוֹת, סַלַּח לָנוּ, מַחֵל לָנוּ, כַּפֵּר-לָנוּ.

Help me, God, to control my tongue.
 My words have caused far too much pain,
 Remind me, God, that my words can cause joy.
 My words can praise, enlighten, encourage, inspire.
 My words can comfort,
 My words can heal.
 Place wisdom on my lips, God,
 Blessings on my tongue,
 Honor in my heart.

May God who spreads peace over the heavens
 Spread peace over us, Over Israel,
 And over the whole world. Amen.

*Oseh shalom bimromav,
 hu ya-aseh shalom alenu
 Ve-al kol Yisrael, ve-imru Amen*

אֱלֹהִי, נִצּוֹר לְשׁוֹנֵי מִרְעֵי. וּשְׁפָתַי מִדְּבַר מִרְמָה:
 וְלִמְקַלְלֵי נַפְשֵׁי תוֹדֵם, וְנַפְשֵׁי בְּעַפְרָא לְכֹל תַּהֲיֶה.
 פָּתַח לִבִּי בְּתוֹרָתְךָ, וּבְמִצְוֹתֶיךָ תִּרְדּוּף נַפְשִׁי. וְכָל
 הַחוֹשְׁבִים עָלַי רָעָה, מִהֲרָה הִפֵּר עֲצָתָם וְקַלְקַל
 מַחֲשַׁבְתָּם. עֲשֵׂה לְמַעַן שְׂמֵךְ, עֲשֵׂה לְמַעַן יִמְיָנֶךָ,
 עֲשֵׂה לְמַעַן קִדְשְׁתֶּךָ. עֲשֵׂה לְמַעַן תוֹרָתְךָ. לְמַעַן
 יִחַלְצוּן יְדִידֶיךָ, הוֹשִׁיעָה יְמִינְךָ וְעַנְנֵי. יְהִי לְרִצּוֹן
 אִמְרֵי פִי וְהִגִּיזוֹן לִבִּי לְפָנֶיךָ, יֵי צוּרֵי וְגוֹאֲלֵי.

*עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְוָמֶיךָ,
 הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ,
 וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל וְאָמְרוּ: אָמֵן.*

A Yom Kippur Prayer

I'm good at making resolutions, God, but I'm not very good at keeping them. There are so many goals I'd like to achieve, so many changes I'd like to make.

I pray to You tonight, God, for strength. I want to live a meaningful life, God. I want to comprehend my true promise. I want to understand why You have put me here.

Help me to see, God. Show me the person I have the potential to become. Let me find my passion, God. Teach me to resist temptation, to conquer self-destructive habits, to overcome selfishness and pettiness. Give me the humility and the courage to repair relationships that pride has destroyed. Show me how I can bring hope and healing into this world.

Let this be a good year, God. A year of health, a year of blessing, a year of love, a year of peace. Amen.

*Vayechulu hashamayim vecha-aretz,
vechol tseva-am. vayechal Elohim bayom
hashvi-i, melachto asher asa.
Vayishbot bayom hashvi-i, mikol melachto
asher asa. Vayevarech Elohim et yom
hashevi-i, vayekadesh oto ki vo shavat
mikol melachto asher bara Elohim laasot.*

וַיְכַלּוּ הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ וְכָל צְבָאָם וַיְכַל
אֱלֹהִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה:
וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מִכָּל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר
עָשָׂה. וַיְבָרֶךְ אֱלֹהִים אֶת יוֹם הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדְּשֵׁהוּ
אֹתוֹ, כִּי בּו שָׁבַת מִכָּל מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר בָּרָא
אֱלֹהִים לַעֲשׂוֹת:

Inspired by Vayechulu

I long to change the world,
But I rarely appreciate things as they are.
I know how to give,
But I don't always know how to receive.
I know how to keep busy,
But I don't always know how to be still.
I talk, but I don't always listen,
I look, but I don't always see.
I yearn to succeed,
But I often forget what is truly important.
Teach me, God, to slow down.
May this Shabbat revive me,
May it lead me to wisdom, to holiness, to peace,
And to You.

*Ya-aleh Ya-aleh tachanunenu me-erev,
Veyavo shavatenu miboker,
Veyera-eh rinunenu ad arev.*

*Ya-aleh Ya-aleh kolenu me-erev,
Veyavo tzidkatenu miboker,
Veyera-eh fidyoneneu ad arev.*

*Ya-aleh Ya-aleh inuyenu me-erev,
Veyavo selichatenu miboker,
Veyera-eh na-akatenu ad arev.*

Let our prayer rise up tonight,
Let our longing reach You with the dawn,
Let our singing be heard by nightfall.

Let our voice rise up tonight,
Let our goodness reach You with the dawn,
Let our salvation come by nightfall.

Let our anguish rise up tonight,
Let our forgiveness come with the dawn,
Let our rebirth arrive by nightfall.

Let our knocking rise up tonight,
Let our rejoicing reach You with the dawn,
Let our prayers be answered by nightfall.

Let our yearning rise up tonight,
Let our soul's hunger reach You with the dawn,
Let us know You by nightfall.

יְעֹלָה תַחֲנוּנֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא שׁוֹעֲתֵנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה רִנּוּנֵנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה קוֹלֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא צְדָקָתֵנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה פְדִיּוֹנֵנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה עֲנוּיֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא סְלִיחָתֵנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה נְאֻקָּתֵנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה מְנוּסָנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא לְמַעַנּוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה כְּפֹרְנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה יִשְׁעֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא טְהָרָנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה חֲנוּנֵנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה זְכוּרֹנֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא וְעוֹדֵנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה הַדְרָתֵנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה דְּפָקֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא גִילָנוּ מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה בְקִשְׁתֵּנוּ עַד עֶרֶב.

יְעֹלָה אֲנָקָתֵנוּ מֵעֶרֶב,
וַיָּבֹא אֱלִיד מִבֹּקֶר,
וַיִּרְאֶה אֱלִינוּ עַד עֶרֶב.

*Haneshama lach vehaguf po-alach,
Chusa chusa al amalach.*

הַנְּשָׂמָה לְךָ וְהַגּוּף פָּעֵלְךָ,
חֹסֶה עַל עַמְלֶךָ.

הַנְּשָׂמָה לְךָ וְהַגּוּף שְׁלֶךָ, יי, עֲשֵׂה לְמַעַן שְׂמִיךְ.
אֲתַנּוּ עַל שְׂמִיךְ, יי, עֲשֵׂה לְמַעַן שְׂמִיךְ. בְּעִבּוּר
כְּבוֹד שְׂמִיךְ, כִּי אֵל חַנוּן וְרַחוּם שְׂמִיךְ. לְמַעַן
שְׂמִיךְ יי, וְסִלַּחַת לְעוֹנְנִי, כִּי רַב הוּא.

My soul is Yours. My body is Yours. All that I am body and soul is in Your hand, God. You created me, You formed me, You know me. You know my failures, my frailties. You know my shortcomings, my wrongdoings, my selfishness, my lies. You know my potential. Show me Your mercy, God, forgive me for all that I have not been, for not always making the best use of the awesome gifts You placed inside me. Help me to believe in myself, God, teach me to uncover all the goodness that is inside of me. Show me how to live up to the promise of my life.

*Ki hine chachomer beyad hayotzer,
Birtzoto marchiv uvirtzoto mekatzer,
Ken anachnu beyadecha chesed notzer,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Kin hine cha-even beyad hamesatet,
Birtzoto ochez uvirtzoto mechatet,
Ken anachnu beyadcha mechaye umemotet,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Ki hine chagarzen beyad hecharash,
Birtzoto dibek la-or uvirtzoto perash,
Ken anachnu beyadcha tomech ani varash,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Ki hine chahege beyad hamalach,
Birtzoto ochez u-virtzoto shilach,
Ken anachnu beyadcha El tov vesalach,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Ki hine chizchuchit beyad hamezageg,
Birtzoto chogeg u-virtzoto memogeg,
Ken anachnu beyadcha mavir zaton veshegeg,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Ki hine chayeriy-ah beyad harokem,
Birtzoto meyasher u-virtzoto me-akem,
Ken anachnu beyadcha El kano venokem,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*Ki hine chakesef beyad hatzoref,
Birtzoto mesageg u-virtzoto metzaref,
Ken anachnu beyadcha mamzti lemazor teref,
Laberit habet ve-al tefen layetzer.*

*כי הנה בחמר ביד היוצר,
ברצותו מרחיב וברצותו מקצר,
כן אנחנו בידך חסד נוצר,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה באבן ביד המסתת,
ברצותו אוחו וברצותו מכתת,
כן אנחנו בידך מחייה וממותת,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה בגרזן ביד החרש,
ברצותו דבק לאור וברצותו פרש,
כן אנחנו בידך תומך עני ורש,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה כהגה ביד המלח,
ברצותו אוחו וברצותו שלח,
כן אנחנו בידך אל טוב וסלח,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה כזוכית ביד המוגג,
ברצותו חוגג וברצותו ממוגג,
כן אנחנו בידך מעביר זדון ושוגג,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה פיריעה ביד הרוקם,
ברצותו מישר וברצותו מעקם,
כן אנחנו בידך אל קנא ונוקם,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

*כי הנה כפסוף ביד העורף,
ברצותו מסגסג וברצותו מצרף,
כן אנחנו בידך ממציא למזור תרף,
לברית הבט ואל תפן ליצר.*

Inspired by Laberit Habet

Like clay in a potter's hand
That can be molded or discarded,
So are we in Your hand, Creator,
Remember the covenant, not our failings.

Like stone in a sculptor's hand
That can be chiseled with care or shattered,
So are we in Your hand, Source of life and death,
Remember the covenant, not our failings.

Like iron in a smith's hand
That can be hammered or cast aside,
So are we in Your hand, Guardian of the poor and weak,
Remember the covenant, not our failings

Like a rudder in a sailor's hand,
That can be guided or abandoned,
So are we in Your hand, God of forgiveness
Remember the covenant, not our failings.

Like glass in a blower's hand,
That can be bent or broken,
So are we in Your hand, God of repentance
Remember the covenant, not our failings.

God, full of mercy, spread Your mercy over all the world.
Let Your grace lift our spirits.
Let Your forgiveness heal us.
Let Your love revive us.
Let Your light shine upon us.

אל מלך יושב על כסא רחמים,
מתנהג בחסידות, מוחל עונות
עמו, מעביר ראשון ראשון,
מרבה מחילה לחטאים, וסליחה
לפושעים, עושה צדקות עם כל
בשר ורוח, לא כרעתם תגמול

| | |
|--|--|
| <p><i>El horeta lanu lomar shelosh esreh. Zechor lanu hayom berit shelosh esreh. Kemo shehodata le-anav mikedem, Kemo shekatuv: Vayered Adonai be-anan vayityatzev imo sham Vayikra beshem Adonai.</i></p> <p><i>Adonai Adonai El rachum ve-chanun, Erech apayim verav chesed ve-emet, Notzer chesed la-alafim, noseh avon va-fesha Vechata-ah venakeh.</i></p> <p><i>Vesalachta la-avonenu ulchatatenu unchaltanu</i></p> | <p>אל, הורית לנו לומר שלש עשרה, זכר לנו היום ברית שלש עשרה, כמו שהודעת לענו מקדם, כמו שכתוב: וירד יי בענו, ויתיצב עמו שם, ויקרא בשם יי. ויעבור יי על פניו ויקרא: יי יי, אל רחום וחנון, ארך אפים, ורב חסד ואמת. נצר חסד לאלפים, נשא עון ופשע וחטאה, ונקה. וסלחת לעוננו ולחטאתנו ונחלתנו. סלח לנו אבינו כי חטאנו, מחל לנו מלכנו כי פשענו, כי אתה, אדני, טוב וסלח ורב חסד לכל קוראיך.</p> |
|--|--|

We long to know You, God, to know Your ways, to know what You want from us, why You have put us here. We long to know why this world is filled with so much pain, why the innocent suffer. Moses longed to know You. When he asked You to reveal Yourself these are the words You spoke.

Adonai, Adonai, a God of compassion, grace, patience, abundant love and truth who shows undying love to generation after generation. A God who forgives wrongdoing, transgression and sin. A God who purifies us.

Forgive us, God, help us to return to You. Listen to our prayer, hear us when we call.

| | |
|--|--|
| <p><i>Esa eynay el heharim me-ayin me-ayin yavo ezri, Ezri me-im Adonai oseh shamayim va-aretz.</i></p> <p>I lift my eyes to the mountains. Where will my help come from? My help comes from God Who created heaven and earth.</p> | <p>אשא עיני אל ההרים מאין יבוא עזרי. עזרי מעם ה' עושה שמים וארץ.</p> |
|--|--|

| | |
|---|--|
| <p><i>Shema kolenu, Adonai Elohenu, chus verachem alenu Vekabel berachamim uvratzon et tefilatenu.</i></p> <p>Hear our voice, our God, spread Your compassion over us, receive our words of prayer.</p> <p><i>Hashivenu Adonai elecha venashuva chadesh yamenu kekedem.</i></p> <p>Turn us to You, God, and we will return, renew our days as they once were.</p> <p><i>Al tachlichenu milfanecha ve-ruach kodshecha al tikach mimenu.</i></p> <p>Don't be far from us, don't abandon us, God, never leave us.</p> <p><i>At tachlichenu le-et zikna kichlot kochenu al ta-azvenu.</i></p> <p>Don't forget us when we grow old, don't cast us aside.</p> <p>Don't leave us, God, don't be far from us. Give us a sign, God, let us know You are near and we will find comfort. Hear our words, God, let them rise up before You, our Rock and our Strength. We wait for You, God, we wait for Your answer.</p> | <p>שמע קולנו, יי אלהינו, חוס ורחם עלינו, וקבל ברחמים וברצון את תפלתנו.</p> <p>השיבנו יי אליך ונשובה, חדש ימינו בקדם.</p> <p>אל תשליכנו מלפניך, ורוח קדשך אל תקח ממנו.</p> <p>אל תשליכנו לעת זקנה, בכלות בוחנו אל תעזבנו.</p> <p>אל תעזבנו, יי אלהינו, אל תרחק ממנו. עשה עמנו אות לטובה, ויראו שונאינו ויבשו, כי אתה יי עזרתנו ונחמתנו. בי לך יי הוחלנו, אתה תענה, אדני אלהינו.</p> |
|---|--|

| | |
|--|---|
| <p>Don't be far from us, God. Draw us near, be our Guide, our Teacher. Show us Your ways. Turn our hearts to You, soften our hearts, remove the armor we have placed over our hearts so that we can learn love You and return to You with open hearts. אָסוּ</p> | <p>אלהינו ואלהי אבותינו, אל תעזבנו ואל תטשנו, ואל תכלימנו ואל תפר בריתך אתנו. קרבנו לתורתך, למדנו מצותיך, הורנו דרכיך, הט לבנו ליראה את שמך, ומול את לבבנו לאהבתך, ונשוב אליך באמת ובלב שלם. ולמען שמך הגדול תמחל ותסלח לעוננו, בפתוב בדברי קדשך: למען שמך יי, וסלחת לעוני כי רב הוא.</p> |
|--|---|

| | |
|---|--|
| <p><i>Elohenu velohey avotenu, slach lanu, mechal lanu, kaper lanu.</i></p> | <p>אלהינו ואלהי אבותינו, סלח לנו מחל לנו, כפר-לנו.</p> |
|---|--|

Forgive us, God, pardon us, purify us.

| | |
|--|---|
| <p><i>Ki anu amecha ve-Ata Elohenu, anu vanecha ve-Ata Avinu.</i></p> <p><i>Anu avadecha ve-Ata Adonenu, anu kehalecha ve-Ata Chelkenu.</i></p> <p><i>Anu nachlatecha, ve-Ata Goralenu, anu tzonecha ve-Ata Ro-enu.</i></p> <p><i>Anu charmecha ve-Ata Notrenu, anu fe-ulatecha ve-Ata Yotzrenu.</i></p> <p><i>Anu rayatecha ve-Ata Dodenu, anu segulatecha ve-Ata Kerovenu.</i></p> <p><i>Anu amecha ve-Ata Malkenu, anu mamirecha ve-Ata Mamirenu.</i></p> | <p>כי אנו עמך, ואתה אלהינו; אנו בניך ואתה אבינו.</p> <p>אנו עבדיך, ואתה אדוננו; אנו קהלתך, ואתה חלקנו.</p> <p>אנו נחלתך, ואתה גורלנו; אנו צאנך, ואתה רוענו.</p> <p>אנו כרמך, ואתה נוטרנו; אנו פעלתך, ואתה יוצרנו.</p> <p>אנו רעייתך, ואתה דודנו; אנו סגלתך, ואתה קרובנו.</p> <p>אנו עמך, ואתה מלכנו; אנו מאמיריך, ואתה מאמירנו.</p> |
|--|---|

We are Your people and You are our God,
We are Your children and You are our Parent.
We are Your disciples and You are our Master.
We are Your students and You are our Teacher.
We are Your invention and You are our Healer.
We are Your legacy and You are our Destiny,
We are Your sheep and You are our Shepherd.
We are Your vineyard and You are our Keeper,
We are Your creation and You are our Creator.
We are Your beloved and You are our Love,
We are Your treasure and You are our Guardian.
We are Your people and You are our Hope,
We are Yours and You are ours.

*Anu azey fanim, ve-Ata rachum vechanun.
Anu keshay oref, ve-Ata erech apayim.*

אָנוּ עֲזֵי פָּנִים, וְאַתָּה רַחוּם וְחַנוּן;
אָנוּ קֶשֶׁי עֶרֶף וְאַתָּה אֶרֶךְ אַפָּיִם;

*Anu mle-ey avon, ve-Ata maleh rachamim.
Anu yamenu ketzel over,
ve-Ata hu ushnotecha lo yitamu.*

אָנוּ מְלֵאֵי עוֹן, וְאַתָּה מְלֵא רַחֲמִים;
אָנוּ יָמֵנוּ כִּצְל עוֹבֵר,
וְאַתָּה הוּא וּשְׁנוֹתֶיךָ לֹא יִתְמוּ.

A Prayer for Facing Our Faults

I have been hiding from my faults, God. I've been blaming others for my own mistakes. Help me, God, to search my soul. Teach me to be honest with myself. Give me the courage to accept responsibility for my actions. Grant me the humility to ask for forgiveness from those I have injured.

Fill me with the desire to change, God. Remind me that I have the power to remake my life. You have filled me with enormous potential, God; teach me how to realize all the gifts of my soul.

Be my guide, God; lead me to goodness, to joy, to learning, and to peace. Amen.

*Elohenu vElohey avotenu,
Tavo lefanecha tefilatenu ve-al titalem mitechinatenu,
She-en anachnu azey fanim ukshay oref
lomar lefanecha
Adonai Elohenu velohey avotenu,
Tzadikim anachnu ve-lo chatanu,
Aval anachnu chatanu.*

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
תָּבֹא לְפָנֶיךָ תְּפִלָּתֵנוּ, וְאַל תִּתְּעַלֵּם מִתְּחִנָּתֵנוּ,
שֶׁעַן אַנְחֵנוּ אֲזֵי פָּנִים וְקֶשֶׁי עֶרֶף,
לוֹמַר לְפָנֶיךָ
יְי אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
צַדִּיקִים אַנְחֵנוּ וְלֹא חַטָּאנוּ,
אַבְל אַנְחֵנוּ וְאֲבוֹתֵינוּ חַטָּאנוּ.

Hear us, God, please don't ignore us.

We know we have not lived up to all the goodness you have placed within us.

Ashamnu, bagadnu, gazalnu, dibarnu dofi. He-evinu, vehirshanu, zadnu, chamasnu, tafalnu shaker. Ya-atznu ra, kizavnu, latznu, maradnu, ni-atznu, sararnu, avinu, pashanu, tzararnu, kishinu oref. Rashanu, shichatnu, ti-avnu, ta-inu, titanu.

אֲשָׁמְנוּ, בָּגַדְנוּ, גָּזַלְנוּ, דִּבַּרְנוּ דְּפִי. הֶעָוִינוּ,
וְהִירְשָׁנוּ, וְזָדְנוּ, חָמַסְנוּ, טָפַלְנוּ שֶׁקֶר. יַעֲצֵנוּ רָע,
כִּזְבָּנוּ, לִצְנוּ, מָרַדְנוּ, נִאֲצָנוּ, סָרַרְנוּ, עָוִינוּ, פָּשַׁעְנוּ,
צָרַרְנוּ, קִשְׁיֵנוּ עֲרָף. רָשָׁעְנוּ, שִׁחַתְנוּ, תַּעֲבָנוּ,
תַּעֲוִינוּ, תַּעֲתָעְנוּ.

סָרְנוּ מִמִּצְוֹתֶיךָ וּמִמְשַׁפְּטֶיךָ הַטּוֹבִים, וְלֹא שׁוּה לָנוּ.
וְאַתָּה צָדִיק עַל כָּל הַבָּא עָלֵינוּ, כִּי אָמַת עֲשִׂיתָ
וְאִנְחָנוּ הִרְשָׁעְנוּ.

We have betrayed, we have deceived, we have been cruel, self-centered,
unforgiving, petty, we have taken others for granted, spread lies, gossiped,
we have been jealous, greedy, uncharitable, stubborn, judgmental, hypocritical,
we have hated, stolen, we have hurt others, neglected others, we stood by when
we should have stood up.

You know us, God, You know all our secrets.
You know our lies, the way we deceive
ourselves and others.

You know the mysteries of the universe and
the secrets of every soul. You know our
thoughts, our desires, our clandestine acts.

Nothing is hidden from You.

מָה נֹאמַר לְפָנֶיךָ יוֹשֵׁב מְרוֹם, וּמָה נִסְפֵּר
לְפָנֶיךָ שׁוֹכֵן שְׁחָקִים, הֲלֵא כָּל הַנְּסֻתוֹת
וְהַנְּגִלוֹת אֶתָּה יוֹדֵעַ.

שִׁמְךָ מֵעוֹלָם עוֹבֵר עַל פֶּשַׁע, שׁוֹעֲתָנוּ תִּאֲזִין
בְּעַמְדָנוּ לְפָנֶיךָ בַּתְּפִלָּה. תַּעֲבוֹר עַל פֶּשַׁע
לְעַם שְׂבִי פֶשַׁע, תִּמְחָה פְּשָׁעֵינוּ מִנֶּגֶד עֵינֶיךָ.

אַתָּה יוֹדֵעַ רְזֵי עוֹלָם, וְתַעֲלוּמוֹת סִתְרֵי כָּל חַי.
אַתָּה חוֹפֵשׁ כָּל חֲדָרֵי בֶטֶן, וּבּוֹחֵן כְּלִיּוֹת וְלֵב.
אֵין דְּבַר נֶעְלָם מִמֶּךָ, וְאֵין נִסְתָּר מִנֶּגֶד עֵינֶיךָ.

*Uvechen yehi ratzon milfanecha Adonai Elohenu vElohey avotenu
Shetislach lanu al kol chatotenu, vetimchal lanu al kol avonotenu,
Utechaper lanu al kol pasha-enu.*

Forgive us, God, help us to repair our lives,
our relationships, our souls, our world.

*Al chet shechatanu lefanecha be-imutz halev,
Ve-al chet shechatanu lefanecha be-vituy sefatayim.*

Forgive us:

For closing our hearts,

For the cruel words we spoke,

For the wrongs we committed openly and for the wrongs
we committed in secret,

For speaking without thinking,

For our greed,

For our jealousy,

For pain we intentionally caused, and for pain we did not mean
to cause,

For our vanity,

For our pettiness,

For procrastinating when we should have acted.

*Al chet shechatanu lefanecha betipshut peh,
Ve-al chet shechatanu lefanecha beyodim uvelo yodim.*

*Ve-al kulam eloha selichot,
selach lanu, mechal lanu, kaper lanu.*

For all these, God of forgiveness, forgive us,
teach us how to change.

וּבְכֵן יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ, יי אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי
אֲבוֹתֵינוּ, שֶׁתְּסַלַח לָנוּ עַל כָּל חַטֹּאתֵינוּ,
וְתִמְחַל לָנוּ עַל כָּל עֲוֹנוֹתֵינוּ, וְתִכְפֹּר לָנוּ
עַל כָּל פְּשָׁעֵינוּ.

עַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּאִמּוּץ הַלֵּב,
וְעַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּבִטּוּי שְׁפָתַיִם.

עַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּגֵלוּי וּבִסְתֵר,
וְעַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּדַבּוּר פֶּה.
עַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּהִרְהוּר הַלֵּב,
וְעַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּוִדּוּי פֶה.
עַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּזִדּוֹן וּבְשִׁגְגָה,
וְעַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּחִלּוּל הַשֵּׁם.

עַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּטִפְשׁוֹת פֶּה,
וְעַל חַטָּא שְׁחַטְאֵנוּ לְפָנֶיךָ בְּיֹדַעִים וּבְלֹא
יֹדַעִים.

וְעַל כָּלֵם, אֱלוֹהֵי סְלִיחוֹת,
סַלַח לָנוּ, מְחַל לָנוּ, כַּפֵּר-לָנוּ.

*Al chet shechatanu lefanecha bechapat shochad,
Ve-al chet shechatanu lefanecha bilshon hara.*

Forgive us:

For being unforgiving,

For the slander we spoke,

For our excesses in food and drink,

For lacking the courage to ask for forgiveness from those we hurt,

For wanting what isn't ours,

For excessive competitiveness,

For refusing to change,

For our selfishness,

For our stubbornness,

For ignoring You,

For hating others without cause,

For not listening to our hearts.

*Al chet shechatanu lefanecha bekashyut oref,
Ve-al chet shechatanu lefanecha birchilut.
Al chet shechatanu lefanecha besinat chinam,
Ve-al chet shechatanu lefanecha betimhon levav.*

*Ve-al kulam eloha selichot,
selach lanu, mechal lanu, kaper lanu.*

For all these, God of forgiveness, forgive us,
teach us how to change.

על חטא שחטאנו לפניך בכפת שחד,
ועל חטא שחטאנו לפניך בלשון הרע.

על חטא שחטאנו לפניך במאכל ובמשתה,
ועל חטא שחטאנו לפניך בנטית גרון.
על חטא שחטאנו לפניך בשקור עין,
ועל חטא שחטאנו לפניך בעזות מצח.
על חטא שחטאנו לפניך בפלילות,
ועל חטא שחטאנו לפניך בצרות עין.

על חטא שחטאנו לפניך בקשיות ערף,
ועל חטא שחטאנו לפניך ברבילות.
על חטא שחטאנו לפניך בשנאת חנם,
ועל חטא שחטאנו לפניך בתמהון לבב.

תעל בלם, אלוה סליחות,
סלח לנו, מחל לנו, כפר-לנו.

Avinu Malkenu

Our God, Our Creator, we have gone astray.
 Our God, Our Protector, we serve no One but You.
 Our God, Our Creator, let Your light shine through us.
 Our God, Our Protector,
 lead us to a New Year filled with goodness.
 Our God, Our Creator, bless us with good fortune.
 Our God, Our Protector, put an end to hatred.
 Our God, Our Creator,
 change the hearts of those plotting against us.
 Our God, Our Protector, let no one wish us harm,
 plan us harm, or do us harm.
 Our God, Our Creator, protect our world
 from natural disaster, war, famine and destruction.
 Our God, Our Protector,
 forgive us for all that we have not been.
 Our God, Our Creator, remind us that
 we have the power to remake our lives and our
 destiny.
 Our God, Our Protector, return us to You.
 Our God, Our Creator, send healing to the sick.
 Our God, Our Protector, uncover the best in us.
 Our God, Our Creator, inscribe us in The Book of Life.
 Our God, Our Protector,
 inscribe us in The Book of Salvation.
 Our God, Our Creator,
 inscribe us in The Book of Abundance and Prosperity.
 Our God, Our Protector,
 inscribe us in The Book of Good Fortune.
 Our God, Our Creator,
 inscribe us in The Book of Forgiveness.
 Our God, Our Protector,
 plant Your seeds of salvation throughout the world.
 Our God, Our Creator, let people live in peace,
 in health and in prosperity throughout Your world.
 Our God, Our Protector, hear us, show us Your love.
 Our God, Our Creator,
 let our words of prayer reach You.
 Our God, Our Protector, don't ignore us,
 answer our prayers.
 Our God, Our Creator, remember our frailty.
 Our God, Our Protector, spread Your shelter upon us,
 our children and our infants.
 Our God, Our Creator, act for the sake of those who
 were slaughtered proclaiming Your Oneness.
 Our God, Our Protector,
 act for the sake of those who willingly walked through
 fire and water to sanctify Your name.
 Our God, Our Creator,
 act for Your sake if not for our own.
 Our God, Our Protector, let you grace flow upon us,
 answer us even though we are undeserving;
 judge us with Your mercy and save us.

אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. חֲטֵאוֹנוּ לִפְנֵיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. אֵין לָנוּ מִלְךְ אֶלָּא אַתָּה:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה עִמָּנוּ לְמַעַן שְׂמֶךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. בְּרַךְ עֲלֵינוּ שְׁנֵה טוֹבָה
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. בְּטֹל מַעְלֵינוּ כָּל גְּזֵרוֹת קִשּׁוֹת:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. בְּטֹל מַחְשָׁבוֹת שׁוֹנְאֵינוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. הַפֵּר עֲצַת אוֹיְבֵינוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כִּלֵּה כָּל צָר וּמִשְׁטֵיִן מַעְלֵינוּ:
 בִּינוּ מִלְכֵנוּ. סַתֵּם פִּיּוֹת מִשְׁטֵיִנֵינוּ וּמִקְטָרֵינוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כִּלֵּה דָבָר וְחִרְבַּ וְרָעַב
 וְשָׂבִי וּמִשְׁחִית וְעוֹן וְשִׂמְד מִבְּנֵי בְרִיתֶךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. מְנַע מִגִּפְּהַ מִנְחַלְתֶּךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. סַלַח וּמַחֵל לְכָל עֲוֹנוֹתֵינוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. מַחֵה וְהַעֲבֵר פְּשָׁעֵינוּ
 וְחַטֹּאתֵינוּ מִגִּדְּ עֵינֶיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. מַחֵק בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבֵּים כָּל
 שְׂטָרֵי חוֹבוֹתֵינוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. הַחַיְדוּרֵנוּ בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה לִפְנֵיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. שְׁלַח רְפוּאָה שְׁלֵמָה לְחוּלֵי עַמֶּךָ
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. קַרְעֵ. רֵעַ-גֹּזֵר דִּיעֲבֹ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. זְכַרְנוּ בְּזַכְרוֹן טוֹב לִפְנֵיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כְּתִבְנוּ בְּסֵפֶר חַיִּים טוֹבִים:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כְּתִבְנוּ בְּסֵפֶר גְּאוּלָּה וְיִשׁוּעָה:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כְּתִבְנוּ בְּסֵפֶר פְּרִנְיָהּ וּבְלִפְלָה:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כְּתִבְנוּ בְּסֵפֶר זְכוּיוֹת:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. כְּתִבְנוּ בְּסֵפֶר פִּלְיָהּ וּמְחִילָה:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. הַצְמַח לָנוּ יִשׁוּעָה בְּקִרְוֹב:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. הֲרֵם קִרְוֹ יִשְׂרָאֵל עַמֶּךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. הֲרֵם קִרְוֹ
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. גַּא אֵל תִּשְׁיִבְנוּ רִיקִים מִלְּפָנֶיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. תְּהֵא הַשְׁעָה הַזֹּאת שְׁעַת
 רַחֲמִים וְעַת רַצוֹן מִלְּפָנֶיךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. חֲמוֹל עֲלֵינוּ וְעַל עוֹלָלֵינוּ וְטַפְּנוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן
 הַרוּגִים עַל שֵׁם קִדְּשֶׁךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן
 טְבוּחִים עַל יַחֲדֶךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן
 בָּאֵי בְּאֵשׁ וּבַמִּים עַל קְדוּשַׁת שְׂמֶךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. נְקוּם לְעֵינֵינוּ נְקָמַת
 דָּם עַבְדֶּךָ הַשֹּׁפֵךְ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן
 אִם לֹא לְמַעַנְךָ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן וְהוֹשִׁיעֵנוּ:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן רַחֲמֶיךָ הַרְבֵּים:
 אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. עֲשֵׂה לְמַעַן שְׂמֶךָ הַגָּדוֹל
 הַגָּבוֹר וְהַנּוֹרָא שְׂנֵקֵרָא עֲלֵינוּ:

***Avinu malkenu chonenu Va-anenu ki en
 banu ma-asim, ase imanu tsedaka vachessed
 Vehoshienu***

**אָבִינוּ מִלְכֵנוּ. חֲנוּנוּ וְעֲנוּנוּ כִּי אֵין בָּנוּ מַעֲשִׂים
 עֲשֵׂה עִמָּנוּ צְדָקָה וְחֶסֶד וְהוֹשִׁיעֵנוּ:**

Full Kaddish

*Yitgadal veyitkadash sheme raba, Amen.
be-alma divra chirute, veyamlich
malchutebechayechon uvyomechon
uvchaye dechol bet Yisrael,
ba-agala uvizman kariv, ve-imru: Amen.
Amen.*

*Yehe shme raba mevarach
le-alam ule-alme almaya. Yitbarach*

*Yitbarach veyishtabach,
veyitpa-ar veyitromam veyitnase,
veyit-hadar veyitaleh veyit-halal, sheme
dekudesha, brich hu, brich hu
Le-ela ule-ela min kol birchata veshirata,
tushbechata venechemata, da-amiran
be-alma, ve-imru: Amen. Amen.*

*Titkabal tslot-hon uva-ot-hon
dechol bet Yisrael
kadam avuhon di vishmaya,
ve-imru: Amen. Amen.*

*Yehe shelama raba min shemaya,
vechayim, alenu ve-al kol Yisrael,
ve-imru: Amen. Amen.*

*Oseh shalom bimromay,
hu ya-aseh shalom alenu ve-al kol
Yisrael, ve-imru: Amen. Amen.*

קדיש שלם

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. בְּעֵלְמָא
דִּי בְרָא כְרַעוּתָהּ, וְיִמְלִיךְ מַלְכוּתָהּ
בְּחַיֵּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית
יִשְׂרָאֵל. בְּעַגְלָא וּבְזִמַּן קָרִיב וְאָמְרוּ
אָמֵן:

יְהִי שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמִים וּלְעֵלְמֵי
עֵלְמֵיָא:

יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח, וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמֵם
וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל
שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא בְרִיךְ הוּא
לְעֵלְא וּלְעֵלְא מִן כָּל בְּרַכְתָּא
וְשִׁירָתָא, תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחֲמַתָּא,
דְאָמִידֵן בְּעֵלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן:

תְּתַקַּבַּל עֲלוֹתְהוֹן וּבְעוֹתְהוֹן דְכָל
(בֵּית) יִשְׂרָאֵל קָדָם אַבּוּהוֹן דִּי בְשְׁמֵיָא
וְאָמְרוּ אָמֵן:

יְהִי שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמֵיָא וְחַיִּים
עֲלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְוּמֵי
הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עֲלֵינוּ וְעַל כָּל
יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:

*Alenu leshabe-ach la-adon hakol
latet gedula leyotser bereshit, shenatan
lanu Torat emet vechayei olam nata
betocheinu.*

*Va-anachnu korim umishtachavim
umodim lifne melech, malche hamelachim
hakadosh baruch hu.*

*Shehu noteh shamayim veyosed arets,
umoshav yekaro bashamayim mima-al,
ushchinat uzo begavhe meromim.
Hu Eloheinu, en od.
Emet malkenu, efes zulato,
Kakativ betorato:
Veyadata hayom, vahashevota el
levavecha, Ki Adonai hu ha-Elohim,
bashamayim mima-al, ve-al ha-arets
mitachat, en od.*

Inspired by Alenu

Thank You, God, Creator of all.
We are humbled before You.
You are our God,
We worship no God but You.
All the gifts around me come from You.
Your presence fills the universe,
And You are as close to me as my
own breath.
Hear me when I call You, God,
Hear the prayers of all who call You.

*Vene-emar: vehaya Adonai
lemelech al kol ha-aretz; bayom hahu
yi-hiye Adonai echad, ushemo echad.*

עלינו לשבח לאדון הכל, לתת גדלה ליוצר
בראשית, שנתן לנו תורת אמת וחיי עולם
נטע בתוכנו.

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

שהוא נוטה שמים ויסד ארץ, ומושב יקרו
בשמים ממעל, ושכינת עזו בגבהי מרומים,
הוא אלהינו אין עוד.
אמת מלפני אפס זולתו,
בכתוב בתורתו:

וידעת היום והשבת אל לבבך, כי יי הוא
האלהים בשמים ממעל, ועל הארץ מתחת,
אין עוד:

על בן נקנה לך יי אלהינו, לראות מהרה
בתפארת עזך, להעביר גלולים מן הארץ
והאלילים כרות יברתון. לתקן עולם במלכות
שדי, וכל בני בשר יקראו בשמך. להפנות
אליך כל רשעי ארץ. יכירו וידעו כל יושבי
תבל, כי לך תכרע כל ברך, תשבע כל לשון:
לפניך יי אלהינו יכרעו ויפלו. ולכבוד שמך
יקר יתנו. ויקבלו כלם את עול מלכותך.
ותמלך עליהם מהרה לעולם ועד. כי המלכות
שלך היא, ולעולמי עד תמלוך בכבוד: בכתוב
בתורתך, יי ימלך לעולם ועד:

ונאמר, והיה יי למלך על כל הארץ, ביום
ההוא יהיה יי אחד, ושמו אחד:

As we make our way through our busy and sometimes lonely days,
 May our thoughts lead us back to times of smiles and laughter,
 May our tears and pain be eased by the comfort of our memory,
 And may God offer us strength and comfort,
 Now and always. Amen.

Mourner's Kaddish
Yitgadal veyitkadash sheme raba,
 (Amen.)
be-alma divra chirute, veyamlich
malchutebechayeichon uvyomeichon
uvchaye dechol bet Yisrael,
ba-agala uvizman kariv, ve-imru: Amen.
 (Amen.)

Yehe shme raba mevarach
le-alam ule-alme almaya. [Yitbarach]

Yitbarach veyishtabach,
veyitpa-ar veyitromam veyitnase,
veyit-hadar veyitaleh veyit-halal, sheme
dekudeshu, brich hu, (brich hu)
Le-ela ule-ela min kol birchata veshirata,
tushbechata venechemata, da-amiran
be-alma, ve-imru: Amen. (Amen.)

Yehe shelama raba min shemaya,
vechayim, alenu ve-al kol Yisrael,
ve-imru: Amen. (Amen.)

Oseh shalom bimromav,
hu ya-aseh shalom alenu ve-al kol
Yisrael, ve-imru: Amen. (Amen.)

קדיש יתום

יִתְגַּדֵּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. בְּעֵלְמָא דִּי
 בְּרָא כְּרַעוּתָהּ, וְיִמְלִיךְ מַלְכוּתָהּ בְּחַיֵּיכוֹן
 וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל.
 בְּעֵגְלָא וּבְזִמְן קָרִיב וְאַמְרוּ אָמֵן:

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעֵלְמֵי
 עֵלְמֵינָא:

יִתְבָּרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח, וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמֵם
 וְיִתְנַשֵּׂא וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל שְׁמֵהּ
 דְּקֻדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא
 לְעֵלְא וּלְעֵלְמָא מִן כָּל בְּרַכְתָּא וְשִׁירָתָא,
 תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחֲמָתָא, דְּאַמִּירָן בְּעֵלְמָא,
 וְאַמְרוּ אָמֵן:

יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא וְחַיִּים עָלֵינוּ
 וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאַמְרוּ אָמֵן:

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמְרוֹמָיו
 הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל,
 וְאַמְרוּ אָמֵן:

Psalm 27

You are my light and salvation, God. With You by my side I have nothing to fear. Others may betray me, but I place my trust in You. Others may seek to harm me, but You are my shield. My parents may depart, but Your comfort is with me, God, Your love is abiding and unending. I ask only this, God, let me know You always. Let me see Your holy light, let me feel your guiding presence. Be my shelter, God, hide me, protect me from harm. Teach me, God, how to live without fear. I will raise my head high, I sing to You, God. Hear my voice, God, when I call. Grace me with Your presence, answer my prayer. My heart yearns for You, don't be far from me, don't leave me, God. Show me Your ways, God, guide me on a path to goodness. Let me see Your goodness God. Hope in God and find courage, strengthen your heart and place your hope in God.

לְדוֹד יְיָ אֹרֵי וַיִּשְׁעֵי מִמִּי אֵירָא, יְיָ מְעוֹז חַיִּי מִמִּי אֶפְחָד: בְּקָרֵב עָלַי מִרְעִים, לֶאֱכֹל אֶת בְּשָׂרֵי צָרִי וְאֵיבֵי לִי הִמָּה כְּשָׁלוֹ וְנִפְלוּ: אִם תַּחֲנֶה עָלַי מַחֲנֶה לֹא יִירָא לְבַי, אִם תִּקּוּם עָלַי מִלְחָמָה בְּזֹאת אֲנִי בּוֹטָח: אַחַת שְׁאַלְתִּי מֵאֵת יְיָ, אֹתָהּ אֲבַקֵּשׁ שְׁבֵתִי בְּבֵית יְיָ, כָּל יְמֵי חַיִּי לַחֲזוֹת בְּנֹעַם יְיָ וּלְבַקֵּר בְּהֵיכָלוֹ: כִּי יִצְפְּנֵנִי בְּסִכָּה בַּיּוֹם רָעָה, יִסְתַּרְנִי בְּסִתְרֵךָ אֱהָלוּ בְּצוּר יְרוּמָמְנִי: וְעַתָּה יְרוּם רֹאשִׁי, עַל אֵיבֵי סְבִיבוֹתַי וְאֲזוּבָחָה בְּאֱהָלוֹ זְבַחִי תְרוּעָה, אֲשִׁירָה וְאֲזַמְרָה לִּי: שָׁמַע יְיָ קוֹלִי אֶקְרָא, וְחַנּוּנִי וְעֲנֵנִי: לֵךְ אָמַר לְבַי, בְּקִשׁוֹ פָּנָי, אֶת פְּנֵיךָ יְיָ אֲבַקֵּשׁ: אֵל תִּסְתַּר פְּנֵיךָ מִמֶּנִּי, אֵל תֵּט בְּאָף עַבְדְּךָ, עֲזַרְתִּי הֵייתָ, אֵל תִּטְשֵׁנִי וְאֵל תַּעֲזֹבֵנִי אֱלֹהֵי יִשְׁעֵי: כִּי אָבִי וְאִמִּי עֲזָבוּנִי, וַיְיָ יִאֲסֹפְנֵנִי: הוֹרֵנִי יְיָ דְרָכְךָ, וּנְחַנֵּנִי בְּאַרְחַ מִיְשׁוֹר, לִמְעַן שָׂרְדִי: אֵל תִּתְנֵנִי בְּנֶפֶשׁ צָרִי, כִּי קָמוּ בִי עֲדֵי שָׂקָר וַיִּפַּח חֶמְסוֹ: לֹלֵא הָאֲמֻנָתִי, לְרֹאוֹת בְּטוֹב יְיָ בְּאַרְץ חַיִּים: קוּהָ אֵל יְיָ, חֹזֵק וַיֵּאֱמֹץ לְבָבְךָ וְקוּהָ אֵל יְיָ:

*Adon Olam asher malach, beterem kol yetzir nivra,
Le-et nasa vecheftzo kol, azay Melech shemo nikra.
Ve-acharey kichlot hakol, levado yimloch norah,
VeHu haya vehu hoveh, veHu yihyeh betifara.
VeHu echad ve-en sheni, lehamshil Lo lehachbira.
Beli reshit beli tachlit, veLo ha-oz vehamisra.
VeHu Eli vechay go-ali, vetzur chevli be-et tzara,
VeHu nisi umanos li, menat kosi beyom ekra.
BeYado afkid ruchi, be-et ishan ve-a-ira,
Ve-im ruchi gevi-ati, Adonai li ve-lo ira.*

אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מַלְךְ, בְּטֵרֵם כָּל יַעֲזֵר נִבְרָא.
לְעַת נַעֲשֶׂה בְּחַפְצוֹ כָּל, אֲזַי מְלֶכְךָ שְׁמוֹ נִקְרָא.
וְאַחֲרָי בְּכָלוֹת הַבָּל, לְבָדוֹ יִמְלוֹךְ נוֹרָא.
וְהוּא הָיָה, וְהוּא הוּהוּ, וְהוּא יִהְיֶה, בְּתַפְאָרָה.
וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנַי, לְהַמְשִׁיל לוֹ לְהַחֲבִירָה.
כְּלֵי רֵאשִׁית כְּלֵי תַכְלִית, וְלוֹ הָעוֹז וְהַמְשִׁירָה.
וְהוּא אֵלֵי וְחֵי גְאֻלִּי, וְצוּר חֲבֻלִי בְּעַת צָרָה.
וְהוּא נְסִי וּמְנוּס לִי מִנֵּת כּוֹסֵי בַּיּוֹם אֶקְרָא.
כִּידוֹ אֶפְקִיד רוּחִי, בְּעַת אִישָׁן וְאַעִירָה.
וְעַם רוּחִי גִוִּיתִי, יְיָ לִי וְלֹא אֵירָא.

Kol HaNeshama TeHallel Ya Halleluya

כָּל הַנְּשָׁמָה תִּהְלֵל יְיָ הַלְלוּיָהּ.

Let Every Soul Praise God, Halleluya.

Many Thanks to Those Who Made This Prayer Booklet Possible
Dan and Jenna Adler
Meital Haddad
Andrea and Warren Kay

If you would like to support Nashuva and its mission of Jewish outreach please go to our website and contribute or email us or send your contribution to

Nashuva
PO Box 64196
Los Angeles, CA 90064

www.nashuva.com
email: return@nashuva.com