



בְּרוּךְ אַתָּה, יי  
אֱלֹהֵינוּ, מִלְדֵּי הָעוֹלָם,  
בוֹרֵא פְּרֵי הַגֶּפֶן.

בְּרוּךְ אַתָּה, יי  
אֱלֹהֵינוּ, מִלְדֵּי הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתַי וְרָצָה בְּנוּ,  
וְשַׁבַּת קִדְּשׁוּ  
בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָנוּ,  
זְכוֹר לְמַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית.  
כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קִדְּשׁ,  
זְכוֹר לִיצִיאַת מִצְרָיִם.  
כִּי בָנוּ בְּחַרְתָּ, וְאוֹתָנוּ קִדְּשָׁתָּ  
מִכָּל הָעַמִּים.  
וְשַׁבַּת קִדְּשָׁתָּ  
בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחַלְתָּנוּ.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יי, מִקְדֵּשׁ הַשַּׁבָּת.

**PRAISE TO YOU**, Adonai our God, Sovereign of the universe,  
Creator of the fruit of the vine.

Praise to You, Adonai our God, Sovereign of the universe  
who finding favor with us, sanctified us with mitzvot.  
In love and favor, You made the holy Shabbat our heritage  
as a reminder of the work of Creation.  
As first among our sacred days, it recalls the Exodus from Egypt.  
You chose us and set us apart from the peoples.  
In love and favor You have given us Your holy Shabbat as an inheritance.

Praise to You, Adonai, who sanctifies Shabbat.

בְּרוּךְ אַתָּה, יי, מִקְדֵּשׁ הַשַּׁבָּת.

## Tallit Blessing (#2 sound cloud)



בְּרוּךְ אַתָּה, יי  
אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו  
וְצִוָּנוּ לְהִתְעַטֵּף בְּצִיצֵת.

BLESSED ARE YOU, Adonai our God,  
Sovereign of the universe,  
who hallows us with mitzvot,  
commanding us to wrap ourselves in the fringes.

שְׁמַע וּבְרָכוֹתֶיהָ

## Bar'chu (#3 sound cloud)

SH'MA UVIRCHOTEHA — SH'MA AND ITS BLESSINGS

בְּרָכוּ אֶת יי הַמְּבָרָךְ!  
בְּרוּךְ יי הַמְּבָרָךְ  
לְעוֹלָם וָעֶד!

PRAISE ADONAI to whom praise is due forever!  
Praised be Adonai to whom praise is due,  
now and forever!

## Sh'ma (#4 sound cloud)

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יי אֱלֹהֵינוּ, יי אֶחָד.  
HEAR O ISRAEL, Adonai is our God, Adonai is One.

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מְלַכּוֹתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד.  
Blessed is God's glorious majesty forever and ever.

## V'ahavatah

(#5 sound cloud - 2 options: slower and faster pace)



TEMPLE  
BETH EL  
OF NORTHERN  
WESTCHESTER

וְאָהַבְתָּ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיךָ  
בְּכָל-לִבְבְּךָ וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-  
מְאֹדֶךָ; וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה  
אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוֶּה הַיּוֹם עֲלֵי-  
לִבְבְּךָ; וְשָׁנַנְתָּם לְבָנֶיךָ וּדְבַרְתָּ  
בָּם בְּשַׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלַכְתְּךָ  
בַּדֶּרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ;  
וּקְשַׁרְתָּם לְאוֹת עַל-יָדְךָ וְהָיוּ  
לְטֹטְפוֹת בֵּין עֵינֶיךָ; וּכְתַבְתָּם  
עַל-מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ;  
לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-  
כָּל-מִצְוֹתַי וְהֵייתֶם קְדוֹשִׁים  
לְאֱלֹהֵיכֶם: אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם  
אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ  
מִצְרַיִם לִהְיוֹת לְכֶם לְאֱלֹהִים  
אֲנִי יְיָ אֱלֹהֵיכֶם:

**YOU SHALL LOVE** Adonai your God with all your heart,  
with all your soul, and with all your might.

Take to heart these instructions with which I charge you this day.

Impress them upon your children.

Recite them when you stay at home and when you are away,  
when you lie down and when you get up.

Bind them as a sign on your hand and let them serve as a symbol on your forehead;  
inscribe them on the doorposts of your house and on your gates.

Thus you shall remember to observe all My commandments  
and to be holy to your God.

I am Adonai, your God, who brought you out of the land of Egypt to be your God:

I am Adonai your God.

## Adonai S'fatai Teeftach (#6 sound cloud)

תִּפְלָה

T'FILAH

אֲדֹנָי, שְׁפֹתַי תִּפְתָּח,  
וּפִי יַגִּיד תְּהִלָּתְךָ.

**ADONAI**, open up my lips,  
that my mouth may declare Your praise.



בְּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ  
וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ וְאִמּוֹתֵינוּ, אֱלֹהֵי  
אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב,  
אֱלֹהֵי שָׂרָה, אֱלֹהֵי רִבְקָה, אֱלֹהֵי  
רָחֵל וְאֱלֹהֵי לֵאָה. הָאֵל הַגָּדוֹל  
הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֲלִיוֹן, גּוֹמֵל  
חֲסָדִים טוֹבִים, וְקוֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר  
חֲסָדֵי אֲבוֹת וְאִמּוֹת, וּמְבִיא גְאֻלָּה  
לְבָנֵי בְנֵיהֶם לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה.

— SHABBAT SHUVAH\*

זְכַרְנוּ לְחַיִּים,  
מְלַךְ חַפֵּץ בְּחַיִּים,  
וְקִתְּבֵנוּ בְּסֵפֶר הַחַיִּים,  
לְמַעַן אֱלֹהִים חַיִּים.  
מְלַךְ עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמַגֵּן.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יי,  
מִגֵּן אַבְרָהָם וְעִזְרַת שָׂרָה.

**BLESSED ARE YOU**, Adonai our God,  
God of our fathers and mothers,  
God of Abraham, God of Isaac, and God of Jacob,  
God of Sarah, God of Rebecca, God of Rachel, and God of Leah,  
the great, mighty and awesome God, transcendent God  
who bestows lovingkindness, creates everything out of love,  
remembers the love of our fathers and mothers,  
and brings redemption to their children's children for the sake of the Divine Name.

\*SHABBAT SHUVAH — Remember us for life, O Sovereign who delights in life,  
and inscribe us in the Book of Life, for Your sake, Living God.

Sovereign, Deliverer, Helper and Shield,  
Blessed are You, Adonai, Sarah's Helper, Abraham's Shield.

בְּרוּךְ אַתָּה, יי, מִגֵּן אַבְרָהָם וְעִזְרַת שָׂרָה.



אַתָּה גְבוּר לְעוֹלָם, אֲדֹנָי,  
מְחַיֶּה הַכֹּל (מֵתִים) אֶתָּה,  
רַב לְהוֹשִׁיעַ.

— WINTER\* — מְשִׁיב הַרוּחַ וּמוֹרִיד הַגֶּשֶׁם.  
— SUMMER\* — מוֹרִיד הַטֶּל.

מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחַסְדֵּךְ,  
מְחַיֶּה הַכֹּל (מֵתִים)  
בְּרַחֲמִים רַבִּים, סוֹמֵךְ נוֹפְלִים,  
וְרוֹפֵא חוֹלִים, וּמַתִּיר אֲסוּרִים,  
וּמְקַיֵּם אֲמוּנָתוֹ לִישְׁנֵי עָפָר.  
מִי כְמוֹךָ בְּעַל גְּבוּרוֹת  
וּמִי דוֹמֶה לָּךְ, מְלַךְ מַמְיֹת  
וּמְחַיֶּה וּמְצַמִּיחַ יְשׁוּעָה.

— SHABBAT SHUVAH

מִי כְמוֹךָ אֵב הַרְחָמִים,  
זוֹכֵר יְצוּרֵינוּ לְחַיִּים בְּרַחֲמִים.  
וְנֶאֱמָן אֶתָּה לְהַחְיֹת הַכֹּל (מֵתִים).  
בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ, מְחַיֶּה הַכֹּל (הַמֵּתִים).

**YOU ARE FOREVER MIGHTY**, Adonai; You give life to all (revive the dead).

\*WINTER — You cause the wind to shift and rain to fall.

\*SUMMER — You rain dew upon us.

You sustain life through love, giving life to all (reviving the dead) through great compassion, supporting the fallen, healing the sick, freeing the captive, keeping faith with those who sleep in the dust. Who is like You, Source of mighty acts? Who resembles You, a Sovereign who takes and gives life, causing deliverance to spring up and faithfully giving life to all (reviving that which is dead)?

SHABBAT SHUVAH — Who is like You, Compassionate God,  
who mercifully remembers Your creatures for life?

Blessed are You, Adonai, who gives life to all (revives the dead).

בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ, מְחַיֶּה הַכֹּל (הַמֵּתִים).



## Sh'ma Echad Gadlu (#9 sound cloud)



TEMPLE  
BETH EL  
OF NORTHERN  
WESTCHESTER

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, יְיָ אֶחָד.

HEAR, O ISRAEL, Adonai is our God, Adonai is One.

אֶחָד אֱלֹהֵינוּ, גָּדוֹל אֲדוֹנָנוּ,  
קְדוֹשׁ שְׁמוֹ.

OUR GOD IS ONE, Adonai is great, holy is God's Name.

גְּדַלּוֹ לֵי אִתִּי,  
וְנִרְמָמָהּ שְׁמוֹ יַחְדָּו.

EXALT ADONAI with me, let us extol God's Name together.

## Blessings before and after Torah Reading (#10 sound cloud)

### BLESSING BEFORE THE READING OF THE TORAH

בְּרַכּוּ אֶת יְיָ הַמְּבַרְךְ.  
בְּרוּךְ יְיָ הַמְּבַרְךְ לְעוֹלָם וָעֶד.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ  
אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר בָּחַר בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים,  
וְנָתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ, נוֹתֵן הַתּוֹרָה.

**BLESS ADONAI** who is blessed.

Blessed is Adonai who is blessed now and forever.

Blessed are You, Adonai our God, Sovereign of the universe, who has chosen us from among the peoples, and given us the Torah. Blessed are You, Adonai, who gives the Torah.

### BLESSING AFTER THE READING OF THE TORAH

בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ  
אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר נָתַן לָנוּ תּוֹרַת אֱמֶת,  
וַחַיֵּי עוֹלָם נִטַּע בְּתוֹכֵנוּ.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יְיָ, נוֹתֵן הַתּוֹרָה.

**BLESSED ARE YOU**, Adonai our God, Sovereign of the universe, who has given us a Torah of truth, implanting within us eternal life.

Blessed are You, Adonai, who gives the Torah.

## Blessings before and after Haftarah (#11 sound cloud)



TEMPLE  
BETH EL  
OF NORTHERN  
WESTCHESTER

### BLESSING BEFORE THE HAFTARAH

בְּרוּךְ אַתָּה, יי  
אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר בָּחַר בְּנְבִיאִים טוֹבִים,  
וְרָצָה בְּדַבְרֵיהֶם  
הַנִּאֲמָרִים בְּאַמֶּת.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יי, הַבוֹחֵר בְּתוֹרָה  
וּבַמֶּשֶׁה עֲבָדוֹ, וּבִישְׂרָאֵל עַמּוֹ,  
וּבְנְבִיאֵי הָאֱמֶת וְצַדִּיק.

**PRAISE TO YOU**, Adonai our God, Sovereign of the universe,  
who has chosen faithful prophets to speak words of truth.  
Praise to You, Adonai, for the revelation of Torah, for Your servant Moses,  
for Your people Israel and for prophets of truth and righteousness.

### BLESSING AFTER THE HAFTARAH

בְּרוּךְ אַתָּה, יי אֱלֹהֵינוּ, מֶלֶךְ  
הָעוֹלָם, צוֹר כָּל הָעוֹלָמִים, צַדִּיק  
בְּכָל הַדּוֹרוֹת, הָאֵל הַנִּאֲמָן,  
הַאֹמֵר וְעָשָׂה, הַמְדַבֵּר וּמְקַיֵּם,  
שְׁכָל דְּבָרָיו אֱמֶת וְצַדִּיק.  
עַל הַתּוֹרָה, וְעַל הָעֲבוּדָה, וְעַל  
הַנְּבִיאִים, וְעַל יוֹם הַשַּׁבָּת הַזֶּה,  
שֶׁנִּתְּתָה לָנוּ יי אֱלֹהֵינוּ, לְקַדְּשָׁה  
וּלְמַנוּחָה, לְכָבוֹד וּלְתִפְאַרֶת.  
עַל הַכֹּל יי אֱלֹהֵינוּ, אֲנַחְנוּ מוֹדִים  
לָךְ, וּמְבָרְכִים אוֹתְךָ, יִתְבָּרַךְ שְׁמֶךָ  
בְּפִי כָּל חַי תָּמִיד לְעוֹלָם וָעֶד.  
בְּרוּךְ אַתָּה, יי, מְקַדֵּשׁ הַשַּׁבָּת.

**PRAISE TO YOU**, Adonai our God, Sovereign of the universe,  
Rock of all creation, Righteous One of all generations,  
the faithful God whose word is deed, whose every command is just and true.  
For the Torah, for the privilege of worship, for the prophets,  
and for this Shabbat that You, Adonai our God, have given us  
for holiness and rest, for honor and glory: we thank and bless You.  
May Your name be blessed forever by every living being.  
Praise to You, Adonai, for the Sabbath and its holiness.

## Shabbat AM Kiddush V'shomru (#12 sound cloud)

### KIDDUSH FOR SHABBAT MORNING



TEMPLE  
BETH EL  
OF NORTHERN  
WESTCHESTER

*Fill a Kiddush cup with wine or grape juice.*

*Raise it and recite:*

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

THE PEOPLE OF ISRAEL shall keep Shabbat,  
observing Shabbat throughout the ages as a covenant for all time.  
It shall be a sign for all time between Me and the people of Israel,  
for in six days Adonai made heaven and earth,  
and on the seventh day God ceased from work and was refreshed.

עַל־כֵּן בֵּרַךְ יְיָ אֶת־יוֹם הַשַּׁבָּת וַיְקַדְּשֶׁהוּ.

Therefore Adonai blessed the day of Shabbat and hallowed it.

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

Praise to You, Adonai our God, Sovereign of the universe, Creator of the fruit of the vine.

### HAMOTZI AND BIRKAT HAMAZON

#### FOR FOOD

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

Our praise to You, Adonai our God, Sovereign of the universe,  
who brings forth bread from the earth.