

Shabbat Shuvah
7 Tishrei 5781 * Friday, September 25th, 2020

Kavvanah for Shabbat Shuvah

Hashiveini v'ashuva chadesh yameinu k'kedem

Receive me back so I may return to my true self, renew our days to their essence.

Music & Translation - Rabbi Micah Shapiro

Season of Returning - Psalm 27:4

אַחַת שְׁאַלְתִּי מֵאֲתֶהָ אֹתָהּ אֲבַקֵּשׁ
שְׁבִתִי בְּבֵיתֶהָ כָּל־יְמֵי חַיִּי
לְחַזֹּן בְּנֹעַם־ה' וּלְבַקֵּר בְּהֵיכָלוֹ:

*Abat sha'alti me'et Adonai, otah avakesh
Shivti b'veit Adonai kol y'mei hayyai
Lahazot b'no'am, b'no'am Adonai, u'l'vaker b'heikhalo*

One thing do I ask of the Lord,
it is this that I seek—

that I dwell in the house of the Lord
all the days of my life,

to behold the Lord's sweetness
and to gaze on His palace.

(tr. Robert Alter)

Yedid Nefesh

יְדִיד נֶפֶשׁ, אָב הַרְחָמָן, מְשֹׁךְ עֲבָדְךָ אֶל־רִצּוֹנְךָ,
יְרוּץ עֲבָדְךָ כְּמוֹ אֵיל, יִשְׁתַּחֲוֶה מוּל הַדָּרֶךְ,
כִּי יַעֲרֹב־לוֹ יְדִידוּתְךָ מִנְּפֶת צוּף וְכֹל־טַעַם.

הַדּוּר, נְאֻה, זִיו הָעוֹלָם, נִפְשֵׁי חוֹלַת אֲהַבְתְּךָ,
אֲנֵא, אֵל, נָא, רַפְּא־נָא לָהּ בְּהַרְאוֹת לָהּ נְעִם זִיּוֹךְ,
אֲז תִּתְחַזֵּק וְתִתְרַפֵּא, וְהִיְתָה לְךָ שְׂפַחַת עוֹלָם.

וְתִיק, יְהִמו רַחֲמֶיךָ, וְחוּס־נָא עַל־בֶּן אוֹהֶבְךָ,
כִּי זֶה כְּמָה נִכְסֹף נִכְסֹף לְרֵאוֹת בְּתַפְאֶרֶת עֲוֹךְ,
אֲנֵא אֵלִי, מַחֲמַד לִבִּי, חוֹשֶׁה־נָא וְאֵל תִּתְעַלֵּם.

הַגְּלֶה־נָא וּפְרֹשׁ, חֲבִיב, עָלִי אֶת־סִכַּת שְׁלוֹמְךָ,
תֵּאִיר אֶרֶץ מִכְבוֹדְךָ, נִגִּילָה וְנִשְׁמַחָה בְּךָ,
מֵהֵר, אֲהוּב, כִּי בָא מוֹעֵד, וְחֲנִנִי כִימֵי עוֹלָם.

Yedid nefesh, Av harachaman,
meshoch Avdach el Retzonach.

Yarutz avdach kemo ayal,
yishtachave mul hadarach.

Ki ye'erav lo yedidutach, minofet tsuf vechol ta'am.

Hadur naeh ziv haolam, nafshi cholat ahavatach.
Anah El nah refah nah lah, b'harot lah noam zivach,
Az titchazek v'titrapeh, v'hay'tah lah shifchat olam.

Vatik yehemu rachamecha v'chus na al ben ohavach.
Ki zeh kamah nichsof nichsaf, lir'ot b'tiferet uzach.
Anah Eyli, machmad libi, chushah nah v'al titalam.

Higaleh nah uf'ros chaviv alai, et sukkat shelomach
Tair eretz mikevodach, nagilah v'nismechah bach.
Maher ahuv, ki va moed, v'choneni kimei olam.

Beloved soul friend, reveal yourself, bring light and healing, mercy and peace.

Psalm 95- Lechu Neranena

לְכוּ נִרְנְנָה לַה' נְרִיעָה לְצוּר יִשְׁעֵנוּ
נִקְדְּמָה פְּנֵינוּ בְּתוֹדָה. בְּזִמְרוֹת נְרִיעֵ לוֹ.
Lechu neranena l'adonai, nariyah l'tzur yisheinu
Nekadma fanav b'todah, bizmirot nariyah lo.
*Let us sing to the One-which-connects-all things.
Let us shout with joy, and be grateful, and bring our own song.*

Psalm 98- Shiru L'Adonai

מִזְמוֹר,
שִׁירוּ לַה' שִׁיר חֲדָשׁ, כִּי נִפְלְאוֹת עָשָׂה, הוֹשִׁיעָה לוֹ יְמִינוּ וּזְרוּעַ קִדְּשׁוֹ.
הוֹדִיעֵ ה' יְשׁוּעָתוֹ, לְעֵינֵי הַגּוֹיִם גִּלָּה צְדָקָתוֹ.
זָכַר חֲסֵדוֹ וְאֱמוּנָתוֹ לְבֵית יִשְׂרָאֵל, רְאוּ כָל אַפְסֵי אֶרֶץ, אֵת יְשׁוּעַת אֱלֹהֵינוּ.
הֲרִיעוּ לַה' כָּל הָאָרֶץ, פָּצְחוּ וּרְנְנוּ וְזָמְרוּ.
זָמְרוּ לַה' בְּכִנּוֹר, בְּכִנּוֹר וְקוֹל זְמֶרָה.
בְּחִצְצָרוֹת וְקוֹל שׁוֹפָר, הֲרִיעוּ לְפָנֵי הַמֶּלֶךְ ה'.
יִרְעֵם הַיָּם וּמְלֵאוּ, תִּבֵּל וַיִּשְׁבִּי בָהּ.
נְהַרֹת יִמְחֵאוּ כָף, יַחַד הָרִים יִרְנְנוּ.
לְפָנֵי ה' כִּי בָא לְשַׁפֵּט הָאָרֶץ, יִשְׁפֹּט תִּבֵּל בְּצֶדֶק, וְעַמִּים בְּמִישְׁרֵיהֶם.

Mizmor, Shiru l'Adonai shir hadash, ki nifla'ot asah,
Hoshiah lo y'mino u'zro'a kod'sho.
Hodia Adonai yeshu'ato, l'einei ha-goyyim gilah tzidkato.
Zakhar hasdo ve-emunato l'veit Yisrael,
Ra'u kol af'sei aretz, et yeshu'at Eloheinu.
Hari'u l'Adonai kol ha-aretz, pitz'hu v'rannenu v'zameru.
Zamru l'Adonai b'khinor, b'khinor ve-kol zimra.
Ba-hatzotzrot v'kol shofar, hari'u lifnei ha-Melekh Adonai.
Yir'am ha-yam u'm'lo'o, tevel v'yoshvei vah.
N'harot yim'ha'u khaf, yahad harim y'ranenu.
Lifnei Adonai ki va lishpote ha-aretz,
Yishpote tevel b'tzedek, v'amim b'meisharim.

Sing as though song itself were new!

Psalm 29- Recognize the power in the world

מִזְמוֹר לְדָוִד הַבּוֹ לַה' בְּנֵי אֱלִים הָבוּ לַה' כְּבוֹד וָעֹז:
הָבוּ לַה' כְּבוֹד שְׁמוֹ הִשְׁתַּחֲוּוּ לַה' בְּהַדְרַת־קֹדֶשׁ:
קוֹל הַ' עַל־הַמַּיִם אֶל־הַכְּבוֹד הַרְעִים הַ' עַל־מַיִם רַבִּים:
קוֹל־הַ' בְּכַח קוֹל הַ' בְּהַדָּר:
קוֹל הַ' שֹׁבֵר אַרְזִים וַיִּשְׁבֵּר הַ' אֶת־אֲרָזֵי הַלְּבָנוֹן:
וַיִּרְקִידֵם כְּמו־עֵגֶל לְבָנוֹן וַיִּשְׁרִיֹּן כְּמוֹ בּוֹרֵאֲמִים:
קוֹל־הַ' חֹצֵב לֵי הַבּוֹת אֵשׁ:
קוֹל הַ' יַחֲלִיל מִדְּבַר יַחֲלִיל הַ' מִדְּבַר קֹדֶשׁ:
קוֹל הַ' יַחֲלִיל אַיָּלוֹת וַיִּחַשְׁף יַעֲרֹת וּבַהֲיַכְלוֹ כָּל־וְאֵ מֵר כְּבוֹד:
הַ' לַמַּבּוּל יָשָׁב וַיִּשָּׁב הַ' מֶלֶךְ לְעוֹלָם:
הַ' עֹז לְעַמּוֹ יִתֵּן הַ' יְבָרֵךְ אֶת־עַמּוֹ בְּשָׁלוֹם:

*Mizmor l'David. havu la'Adonai, benei elim, havu la'Adonai kavod va'oz.
havu la'Adonai kavod shemo, hishtachavu la'Adonai be'hadrat kodesh.
kol Adonai al hamayim, el ha'kavod hirim, Adonai al mayim rabim.
kol Adonai ba'koach, kol Adonai be'hadar.
kol Adonai shover arazim va'yeshaber Adonai et-arzei ha'levanon.
va'yarkidem k'mo egel, levanon ve'sirion k'mo ven-re-emin.
kol Adonai chotzev la'havot esh.
kol Adonai yachil midbar, yachil Adonai midbar kadesh.
kol Adonai yecholel ayalot. va'yechesof yearot, u'veheikhalo kulo omer kavod.
Adonai lamabul yashav, va'yeshhev Adonai melekh l'olam.
Adonai oz le'amo yiten, Adonai yevarekh et-amo va'shalom, et-amo va'shalom.*

We name the strength, power, and glory in the world "Adonai"

Lecha Dodi - Run to greet the presence of Shabbat

לְכֵה דוּדֵי לְקִרְאֵת כְּלָהּ. פְּנֵי שַׁבַּת נִקְבְּלָהּ:

Lecha dodi likrat kala, p'nei shabbat n'kabelah!

my beloved, let us greet shabbat-as-bride, with excitement, joy, and love

שָׁמֹר וְזָכוֹר בְּדַבּוּר אֶחָד, הַשְּׁמִיעֵנוּ אֵל הַמִּיְחָד. ה' אֶחָד וְשִׁמוֹ אֶחָד. לְשֵׁם וּלְתִפְאֵרֶת וּלְתִהִלָּה:

1. shamor v'zachor b'dibur echad, hishmi'anu el ha'meyuchad.
adonai echad u'shmo echad; l'shem ul'tiferet v'l'tehila.

לְקִרְאֵת שַׁבַּת לְכוּ וּנְלַכֶּה. כִּי הִיא מְקוֹר הַבְּרָכָה.

מֵרֵאשׁ מְקֵדֵם נְסוּכָה. סוֹף מַעֲשֵׂה בְּמַחְשָׁבָה תְּחִלָּה:

2. likrat Shabbat l'chu v'nelcha, ki hi m'kor ha'bracha.
me'rosh mi'kedem n'sucha; sof ma-aseh b'mach'shava t'chila.

מְקַדָּשׁ מְלֶךְ עִיר מְלוּכָה. קוּמִי צְאִי מִתּוֹךְ הַהִפְכָּה.

רַב לָךְ שֵׁבֶת בְּעֵמֶק הַבְּכָא. וְהוּא יַחְמוֹל עָלֶיךָ חֲמִלָּה:

3. mikdash melech, ir m'lucha, kumi, tze'i mi'toch ha'hafecha.
rav lach shevet b'emek ha'bacha; v'hu yachmol alai'yich chemla.

הַתְּנַעֲרִי מֵעַפָּר קוּמִי. לְבִשֵׁי בְּגָדֵי תִפְאֵרֶתְךָ עִמִּי: עַל יַד בֶּן יִשָּׁי בֵּית הַלַּחְמִי. קַרְבָּה אֶל נַפְשִׁי גְּאֻלָּה:

4. hitna'ari me'afar kumi, livshi bigdei tifartech ami.
al yad ben yishai beit ha-lachmi; karva el nafshi g'ala.

הַתְּעוֹרְרִי הַתְּעוֹרְרִי. כִּי בָּא אוֹרֶךְ קוּמִי אוֹרִי. עוֹרִי עוֹרִי שִׁיר דַּבְּרִי. כְּבוֹד ה' עָלֶיךָ נִגְלָה.

5. hit'oreri, hit'oreri, ki va orech, kumi uri.

uri, uri, shir daber; k'vod adonai alai'yich nigla.

לֹא תִבּוֹשִׁי וְלֹא תִכְלָמִי. מֵהַ תִּשְׁתַּחֲוֶה וּמֵהַ תִּתְחַמֵּי. בְּךָ יִחְסוּ עֵינַי עִמִּי וּנְבַנְתָּה עִיר עַל תִּלָּה:

6. lo tevoshi v'lo tikalmi, mah tishtochachi uma tehemi.
bach yechesu ani'yei ami; v'niv'neta ir al tila.

וְהָיוּ לְמִשְׁסָה שְׂאֵסִיךְ. וְרַחֲקוּ כָּל מְבַלְעֵיךְ. יִשִּׁישׁ עָלֶיךָ אֱלֹהֶיךָ. כְּמִשׁוֹשׁ חֲתָן עַל כְּלָהּ:

7. v'hayu lim'shisa sosai'yich, v'rachaku kol m'valai'yich.

yasis alai'yich elohai'yich; kimsos chatan al kala.

יָמִין וּשְׂמֹאל תִּפְרוֹצִי. וְאֶת־ה' תַּעֲרִיצִי. עַל יַד אִישׁ בֶּן פֶּרְצִי. וּנְשַׁמְחָה וּנְגִילָה:

8. yamin u'smol tifrotzi, v'et adonai ta'aritz. al yad ish ben partzi; v'nism'cha v'nagila!

בּוֹאִי בְּשָׁלוֹם עֵטְרֶת בְּעָלָהּ. גַּם בְּשִׂמְחָה וּבְצִדְקָהּ. תּוֹךְ אֲמוּנֵי עִם סִגְלָהּ. בּוֹאִי כְּלָהּ, בּוֹאִי כְּלָהּ:

9. bo'i v'shalom, ateret ba'ala, gam b'simcha uv' tzhala.
toch emunei am segula; bo'i chala, bo'i chala.

We ask for healing.

Misheberach

“When the world is sick, can't no one be well
But I dreamt we were all beautiful and whole.”

Misheberach avoteinu Avraham, Yitzchak v'Ya'akov

Misheberach imoteinu Sara, Rivka, Rachel v'Leah,

Hu y'varekh v'yirapeh et kol ha holim,

Hu y'varekh v'yirapeh et hakol.

May the One who blessed our ancestors, Abraham, Isaac and Jacob,
May the One who blessed our ancestors,
Sara, Rebecca, Rachel and Leah,
Bless and heal all who are sick,
Bring blessing and healing to all.

(The English lyrics and melody come from from "God Bless Our Dead Marines" by Thee Silver Mount Zion Memorial Orchestra & Tra-La-La Band)

MI SHEBEIRACH avoteinu מִי שֶׁבִּירַךְ אֲבוֹתֵינוּ
M'kor hab'racha l'imoteinu. מְקוֹר הַבְּרָכָה לְאִמּוֹתֵינוּ.

May the Source of strength who blessed the ones before us
help us find the courage to make our lives a blessing and let
us say, Amen.

MI SHEBEIRACH imoteinu מִי שֶׁבִּירַךְ אִמּוֹתֵינוּ
M'kor hab'racha laavoteinu. מְקוֹר הַבְּרָכָה לְאֲבוֹתֵינוּ.

Bless those in need of healing with *r'fuah sh'leimah*,
the renewal of body, the renewal of spirit, and let us say,
Amen.

Psalm 92- Tov Lehodot

מְזִמּוֹר שִׁיר לַיּוֹם הַשַּׁבָּת: טוֹב לְהַדוֹת לַיהוָה וּלְזַמֵּר לְשִׁמְךָ עָלֵינוּ: לְהַגִּיד בְּפֶקֶר חֶסֶדְךָ וְאֱמוּנָתְךָ
בַּלַּיְלוֹת:

*Tov lehodot LAdonai, ul'zamer l'shimkha elyon
Lehagid baboker hasdekha v'emunat'kha baleilot*

It is good to sing your praises, to lift up your name, morning and night, You show up for us.

Psalm 93- Mikolot Mayim

מִקְלוֹת מַיִם רַבִּים אֲדִירִים מִשְׁפְּרֵי יָם. אֲדִיר בְּמָרוֹם ה':
עֲדַתְךָ נֶאֱמָנוּ מְאֹד לְבֵיתְךָ נְאֻוָּה קִדְשׁ. ה' לְאֶרֶץ יָמִים:

*Mikolot mayim rabim
Adir bamarom Yah*

*Above the crash of the sea is Adonai, supreme.
You bear witness. Your house is holiness, transcending time.*

Kaddish

Yitgadal v'yitkadash sh'mei raba b'alma di-v'ra
chirutei, v'yamlich malchutei b'chayeichon
uvyomeichon uvchayei d'chol beit yisrael,
ba'agala uvizman kariv, v'im'ru: "amen."
Y'hei sh'mei raba m'varach l'alam ul'almei almaya.
Yitbarach v'yishtabach, v'yitpa'ar v'yitromam
v'yitnaseh, v'yithadar v'yit'aleh v'yit'halal sh'mei
d'kud'sha, b'rich hu,
l'eila min-kol-birchata v'shirata, tushb'chata
v'nechemata da'amiran b'alma, v'im'ru: "amen."
Y'hei shlama raba min-sh'maya v'chayim aleinu
v'al-kol-yisrael, v'im'ru: "amen."
Oseh shalom bimromav, hu ya'aseh shalom aleinu
v'al kol-yisrael, v'imru: "amen."

Bringing down peace

עֲשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְוּמָיו הוּא יַעֲשֵׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ
וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל
וְעַל כָּל יוֹשְׁבֵי תֵבֵל
וְאָמְרוּ אָמֵן

Oseh shalom bimromav
hu ya'aseh shalom aleinu
v'al kol Yisrael, v'al kol yoshvei tevel,
v'imru Amen

*May the one who makes peace in the heavens bring peace down
to all Israel and to all who dwell on earth.*