

KOLLEL TORONTO  כולל טאראנטא
INSTITUTE FOR ADVANCED JUDAIC STUDIES

Rosh HaKollel
Rabbi Yaakov Hirschman

בית המדרש - זכרון משה
ע"ש הר"ר משה יוסף בן שמעיה ז"ל רייכטמאן

Rosh HaKollel
Rabbi Shlomo Miller

שלמה אליהו מילר
רה"כ ואב"ד דכולל טאראנטא

כח' קצ"ה אברך יצ"ח' ברה יצחק זאמן ש"א קדוש שלום
אלו בכו עסק | ברה שלום במסוך בן אבנא ישיב
ופסל ברה ק"פ אבנא יודע אפליא אבנא סביר ע"י חסידים אבנא
אבנא רחמים אבנא אבנא י"ג ברה סבדים כ"ז אבנא סבדים
כ"ז חסידים אבנא ופסול. אבנא אבנא אבנא סבדים אבנא ב"ר
זכרון אבנא ב"ר חסידים אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא
אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא
אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא
אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא אבנא

Rabbi Yitzchak Berkovits
Sanhedria HaMurchevet 113/27
Jerusalem, Israel 97707
02-5813847

יצחק שמואל הלוי ברקוביץ
ראש רשת הכוללים לינת הצדק
סנהדרין המורחבת 113/27
ירושלם ת"י

ספר ירושלם ת"י מאנא ערן

Without question, the greatest issue facing our nation is the lack of connection to the Boreh Olam. This is not a problem limited to the non-observant, but one that is the norm sadly among the tzibbur of Shomrei Mitzvos.

B"H Torah is being studied on the highest levels, but so many of those budding Talmidei Chachomim have little interest in their davening.

The Teen's Siddur is a serious attempt at addressing the issue. Rav Yitzchok Feigenbaum has decades of experience in Jewish education and especially inspiring students to live emunah. He has his finger on the pulse and knows how to speak to today's generation.

I am confident this siddur will awaken in many teens a real interest in davening that will grow with them as they get on in life.

May the author have many ^{more} years of teaching, training and inspiring, and bringing the geulah sheleima.

דברי, נחלק מקובץ

TABLE OF CONTENTS

Acknowledgments	XI
Introduction for Parents, Mechanchim, and Mechanchos	XIV
Introduction for Teens	XVIII
השכמת הבוקר Hashkamas Ha'boker	2
ברכות השחר Birchos Ha'shachar	10
פסוקי דזמרה Pesukei D'Zimrah	29
ברכו Barchu	50
קריאת שמע וברכותיה Birchos Krias Shema	51
שמנה עשרה Shemoneh Esrei	60
אבינו מלכנו Avinu Malkeinu	78
תחנון Tachanun	83
סדר קריאת התורה Krias HaTorah	91
עלינו Aleinu	105
שיר של יום Shir shel Yom	107
ברכי נפשי Barchi Nafshi	109
לדוד ה' אורי L'Dovid Hashem	111
פטום הקטורת Pitum Ha'ketores	113
שש זכירות Shesh Zechiros	116
שלשה עשר עיקרים Shloshah Asar Ikarim	117
ברכת המזון Birkas Ha'mazon	119
ברכה מעין שלש—על המחיה Al Ha'michyah	129
בורא נפשות Borei Nefashos	130
תפילת הדרך Tefillas Ha'derech	131
מנחה Minchah	132
שמנה עשרה Shemoneh Esrei	138
אבינו מלכנו Avinu Malkeinu	155
תחנון Tachanun	160

עלינו Aleinu	162
מעריב Maariv	164
קריאת שמע וברכותיה Birchos Krias Shema	165
שמנה עשרה Shemoneh Esrei	172
עלינו Aleinu	186
לדוד ה' אורי L'Dovid Hashem	188
מעריב למוצאי שבת Maariv for Motzaei Shabbos	189
ספירת העומר Sefiras Ha'omer	191
קריאת שמע על המטה Krias Shema al Ha'mitah	195
נטילת לולב Netilas Lulav	203
הלל Hallel	204
מוסף לראש חודש Mussaf for Rosh Chodesh	212
מוסף לחול המועד Mussaf for Chol Hamoed	223
A Personal Note from Rabbi Feigenbaum for Parents, Mechanchim, and Mechanchos 239	
A Personal Note from Rabbi Feigenbaum for Teens 240	
Appendix 1: How and Why Davening Works and What It Accomplishes 242	
Appendix 2: Tzaddik V'Ra Lo 247	
Appendix 3: The Positive Power of Making Mistakes 250	
Appendix 4: Am Segulah/Am Nivchar—the Chosen People 252	
Appendix 5: Bechirah Chofshis—Free Will 254	
Appendix 6: Siyata D'Shmaya—Asking for Divine Assistance 256	
Appendix 7: All Hashem Does Is Good 257	
Appendix 8: Our Material World 258	
Appendix 9: Korbanos 259	
Appendix 10: Making Hashem “Happy” 261	
Appendix 11: Ben Torah/Bas Yisrael 262	
Appendix 12: Halachos 265	
Glossary 269	

The FOR WEEKDAYS
Feigenbaum
Teen Siddur

סדור לימות החול | נוסח אשכנז

השכמת הבוקר

I Woke Up!

מודה אני / ראשית חכמה / תורה צוה

מודה אני—Thank You, Hashem, for giving my neshamah back to me (*which was a merciful thing to do since I have not yet lived up to my full potential, and therefore may not really deserve that*); רַבָּה אֲמוֹנָתְךָ—Your

belief in me is very great! (*You believe I am important; my struggles are important; and You believe I can climb up to the next rung—which is why You woke me up. Thank You!*)

מוֹדָה אֲנִי לְפָנֶיךָ מֶלֶךְ חַי וְקַיִם, שֶׁהַחֲזֵרְתָּ בִּי נִשְׁמָתִי בְּחִמְלָה. רַבָּה אֲמוֹנָתְךָ:

OK—but I can't climb to the next rung if I don't understand what to do!

ראשית חכמה—The root of gaining wisdom is *יראת השם*. (*If we show Hashem that we are willing to follow the Torah even when we do NOT understand it—then He will reward us by giving us understanding!*) A good understanding of Torah is given to those who put it into practice (*rather than learn it just to get a good grade, impress others—or get into yeshiva or seminary!*). The praise of such a person is eternal (*it goes beyond the report card—it will help them navigate life!*). We DO want to see Hashem in our lives, therefore we proclaim: May our perception of Hashem's Presence and rulership (*שם כבוד מלכותו*) be increased (*ברוך וְעַד*) forever (*ברוך וְעַד*).

רֵאשִׁית חֲכָמָה יִרְאֵת יְהוָה, שְׁכָל טוֹב לְכָל עֲשִׂיהֶם, תְּהִלָּתוֹ עֲמֵדַת לְעַד: בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

תורה צוה—The very same Torah that Moshe commanded us (*at Har Sinai*) is the eternal inheritance of the entire Bnei Yisrael (*including me!*). Help me understand and to never abandon all that has been handed down to us throughout the generations. May the Torah be the bedrock of my faith and may Hashem assist me in my growth, because I know that those who remain firm and close to Hashem are the ones who are really alive today. Hashem! I look to You for help in dealing with all my struggles!

תּוֹרָה צְוָה לָנוּ מֹשֶׁה, מִזֶּרְעוֹ קָהֳלֵת יַעֲקֹב: שָׁמַע בְּנֵי מוֹסֵר אָבִיךָ, וְאֵל תִּטֵּשׁ תּוֹרַת אִמְךָ: תּוֹרָה תִּהְיֶה אֲמוֹנָתִי, וְאֵל שְׁדֵי בְּעֲזָרְתִּי: וְאַתֶּם הַדְּבָקִים בְּיְהוָה אֱלֹהֵיכֶם, חַיִּים כְּלַכֶּם הַיּוֹם: לִישׁוּעָתְךָ קוֹיֵתִי יְהוָה:

OK—but I need “tools” in order to apply all this wisdom and accomplish my goals!

My Body Works!

על נטילת ידיים / אשר יצר

ברוך אתה יהוה—You, Hashem, are the Source of everything; מלך העולם—You take care of us; and You rule the entire world; אשר קדשנו במצותיו—and through Your mitzvos You elevated us, וצונו על נטילת ידיים—and You commanded us to wash our hands (*and thus make sure we put meaning and thought into all we do*).

ברוך אתה יהוה—You, Hashem, are the Source of everything; מלך העולם—You take care of us; and You rule the entire world; You have formed humans with great wisdom (*as scientists are continually discovering*) and created within us all sorts of openings and cavities. It is quite obvious that even if just one of them would be torn or blocked—it would be impossible for us to survive and stand in front of You (*even for a second*)! ברוך אתה יהוה—You, Hashem, are the Source of everything; רפא כל בשר ומפליא לעשות—You heal all living things and perform constant miracles.

ברוך אתה יהוה אלהינו
מלך העולם, אשר קדשנו
במצותיו, וצונו על נטילת
ידיים:

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך
העולם, אשר יצר את האדם
בחכמה, וברא בו נקבים
נקבים, חלולים חלולים. גלוי
וידוע לפני כסא כבודך, שאם
יפתח אחד מהם או יסתם
אחד מהם, אי אפשר להתקיים
ולעמוד לפניך [אפלו שעה אחת].
ברוך אתה יהוה, רופא כל בשר
ומפליא לעשות:

And I Have a Soul!

אלהי נשמה

אלהי, נשמה שנתת בי
טהורה היא: אתה בראתה,
אתה יצרתה, אתה נפחתה
בי, ואתה משמרה בקרבי,
ואתה עתיד לטלה מפוני,
ולהחזירה בי לעתיד
לבוא: כל זמן שהנשמה

אלהי, נשמה שנתת בי
טהורה היא: אתה בראתה,
אתה יצרתה, אתה נפחתה
בי, ואתה משמרה בקרבי,
ואתה עתיד לטלה מפוני,
ולהחזירה בי לעתיד
לבוא: כל זמן שהנשמה

at Techiyas Hameisim. As long as my neshamah is in me, I thank You, Hashem, Who takes care of me and Bnei Yisrael throughout our history; You are the Master of all that happens and of all souls. בְּרוּךְ הַמְּחַיֵּה הַמֵּתִים—You, Hashem, are the Source of everything; הַמְּחַיֵּה הַמֵּתִים—Who restores the neshamahs to dead bodies.

OK—I have a body and a soul.
What can I do to ensure they work together successfully?

I Have a Torah!

ברכות התורה

הָיָה אִתָּךְ אֱלֹהֵינוּ—You, Hashem, are the Source of everything; מְלַךְ הָעוֹלָם—You take care of us; אֱלֹהֵינוּ—You rule the entire world; אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו—through Your mitzvos You elevated us; וְנִצְּנוּ לְעֶסֶק בְּדַבְּרֵי תוֹרָה—You commanded us to be continually involved with the words of Torah. (*Even though I do not always understand them or find them easy to apply.*)

בְּקֶרְבִי מוֹדֶה אֲנִי לְפָנֶיךָ יְהוָה
אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי, רְבוּן כָּל
הַמַּעֲשִׂים אֲדוֹן כָּל הַנְּשָׁמוֹת:
בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, הַמְּחַיֵּה
נְשָׁמוֹת לְפָגְרִים מֵתִים:

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו, וְנִצְּנוּ לְעֶסֶק
בְּדַבְּרֵי תוֹרָה:

But I know that Torah really IS sweet—and therefore I ask:

וְהִעֲרַב נָא—Please, Hashem, make the words of Your Torah sweet (*enjoyable and understandable*) to us and to all Jews everywhere; so that all of us, and our children and our grandchildren, will all acknowledge Your constant Presence (*in our lives*) and we will all study Your Torah for its own sake (*not just to get reward*). הַמְּלַמֵּד הַתּוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל—You, Hashem, are the Source of everything; הַמְּלַמֵּד הַתּוֹרָה לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל—Who personally teaches Torah to (*each member of*) His nation—Bnei Yisrael (*including me!*).

וְהִעֲרַב נָא, יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, אֶת
דְּבָרֵי תוֹרָתְךָ בְּפִינוּ וּבְפִיֹּת
עַמֶּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל, וְנִהְיֶה
אֲנַחְנוּ וְצִאֲצָאֵינוּ, (וְצִאֲצָאֵי
צִאֲצָאֵינוּ) וְצִאֲצָאֵי עַמֶּךָ בֵּית
יִשְׂרָאֵל, כְּלָנוּ יוֹדְעֵי שְׁמֶךָ,
וְלוֹמְדֵי תוֹרָתְךָ לְשִׁמְחָה: בְּרוּךְ
אַתָּה יְהוָה, הַמְּלַמֵּד תּוֹרָה
לְעַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

I don't feel, "Oh, my bad luck! I'm stuck with this Torah." Rather, I'm proud to be part of this great mission to the world—and therefore I proclaim:

FAQ:

But I do NOT understand the Torah, and to be honest, I am NOT happy that I was stuck being part of the Chosen People! What's so great about it?

ANSWER:

Famous question!
See Appendix 4.

Instant Insight:

As much as we all wish that our daily experience of Torah and mitzvos be uplifting, meaningful, and exciting, the truth is that for many of us, at times in our lives it is not. But the bedrock of our emunah is that Hashem spoke at Har Sinai and chose us for a mission (which is borne out by our miraculous existence until today—to the consternation of much of the rest of the world!), and therefore, simply put, we must get with the program!

That is the first brachah of לעשות—you just have to do it to the best of your ability. You have questions? Fine. It will take a lifetime to ask all the questions and get answers. But until that happens, we must start with לעשות—get involved with the Torah, get with the program, and do the best we can. As we said earlier: טוב טוב—A good understanding of Torah is given עשייתם—to those who practice it.

Despite this need to “do it” no matter what, since we all know deep down that there must be “A Plan” and that there is depth to Torah that we simply don't understand yet, we then ask Hashem ויעזר נא—please, make it sweet and understandable. Why? First of all, it is easier to “take vitamins and medicines” (it is Torah that keeps us spiritually healthy) that are sweet. But in addition, ונחיה אנו, ונאצאינו ונאצאי עמך בית ישראל כלנו ייעדי שכן—it will be easier for us to hand it down to OUR kids if we and they enjoy it! We then end the series of three brachos by proclaiming that as much as we do or don't understand—אשר בחר בנו—Baruch Hashem for choosing us for His great mission to the world.

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹיָה אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר בָּחַר בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים וּנְתַן לָנוּ אֶת
תּוֹרָתוֹ: בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹיָה נּוֹתֵן הַתּוֹרָה:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹיָה—You, Hashem, are the Source of everything; אֱלֹהֵינוּ—You take care of us; מֶלֶךְ הָעוֹלָם—and You rule the entire world; אֲשֶׁר בָּחַר בָּנוּ מִכָּל הָעַמִּים—(we are so happy that) You have chosen us, Bnei Yisrael, out of all the nations of the world; וּנְתַן לָנוּ אֶת תּוֹרָתוֹ—and have given us Your Torah. בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ הוֹיָה—You, Hashem, are the Source of everything; נּוֹתֵן הַתּוֹרָה—Who gives (us) the Torah.

Now That We Said Birchos HaTorah—We Learn Some Torah!

תורה שבכתב—ברכת כהנים /

תורה שבעל פה—משנה פאה, גמרא שבת

יְבָרַכְךָ יְיָ הוֹיָה וְיִשְׁמְרֶךָ: יְיָ אֱלֹהֵינוּ
פָּנִינוּ אֵלֶיךָ וְיַחַנְנֵךָ: יֵשָׁא יְיָ הוֹיָה פָּנֵינוּ
אֵלֶיךָ וְיִשְׂם לָךְ שְׁלוֹם:

אֵלֹו דְבָרִים שְׂאִין לָהֶם שְׁעוֹר, הַפְּאָה וְהַבְּפוֹרִים
וְהָרְאִיוֹן וְגַמְלֵלוֹת חֲסָדִים וְתִלְמוּד תּוֹרָה:
אֵלֹו דְבָרִים שְׂאָדָם אוֹכֵל פְּרוּתֵיהֶם בְּעוֹלָם
הַזֶּה וְהַקָּרֵן קַיֶּמֶת לוֹ לְעוֹלָם הַבָּא, וְאֵלֹו הֵן,
כְּבוֹד אָב וְאָם, וְגַמְלֵלוֹת חֲסָדִים, וְהַשְׁכַּמַּת בֵּית
הַמְּדֻרָשׁ שְׁחָרִית וְעַרְבִית, וְהַכְּנֶסֶת אוֹרְחִים,
וּבְקוֹר חוֹלִים, וְהַכְּנֶסֶת כְּלָה, וְלוֹיַת הַמַּת, וְעִיוֹן
תְּפִלָּה, וְהַבְּאֵת שְׁלוֹם בֵּין אָדָם לְחֵבְרוֹ וּבֵין
אִישׁ לְאִשְׁתּוֹ—וְתִלְמוּד תּוֹרָה כְּגוֹד כְּלָם:

And I Am Committed to Putting Torah into Practice

עטיפת טלית / הנחת תפילין

עטיפת טלית

I dedicate my body to serving Hashem, and I'm not afraid to stand up for the Torah because Hashem will always protect me!

It is important to think a bit before one does a mitzvah so that one will be doing it for the correct reasons! This is especially true with the mitzvah of tallis, which is an external symbol of an inner commitment. Therefore, many say ברכי before נפש and לשם יחוד before putting on their tallis.

ברכי נפשי—Just by looking at Your amazing creation, my soul calls out that You, Hashem, are the Source of it all! And (*though*) You are “clothed in majesty and splendor” and “wrapped in light” (*meaning, Hashem is beyond our comprehension*), You are my personal God and You direct all that happens here on earth, under the Heavens.

לשם יחוד—Just as I am about to wrap myself in my tallis, so too may my neshamah be wrapped in the light of Hashem. And may the merit of this mitzvah protect me from all spiritual and physical dangers that I may encounter during the day. And (*even though I know that I do not always do all the mitzvos perfectly and with the proper intentions*) may Hashem consider this mitzvah as if I did it 100 percent properly!

בְּרַכֵּי נַפְשִׁי אֶת יְהוָה,
יְהוָה אֱלֹהֵי גְדֻלַּת מְאֹד
הוֹד וְהֹדָר לְבִשְׁתָּ:
עֵטָה אֹר כְּשֶׁלֶמָה
נוֹטָה שָׁמַיִם כִּירִיעָה:

לְשֵׁם יְחִוּד קוֹנְדָשָׁא בְּרִיךְ הוּא
וְשִׁכְנִיתָהּ, בְּדַחֲלוֹ וּרְחִימוּ, לְיַחַד שָׁם
י"ה בּו"ה בִּיחֻדָּא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל
יִשְׂרָאֵל, הֲרִינִי מִתְעַטֵּף גּוֹפִי בְּצִיצִית,
כֵּן תִּתְעַטֵּף נַשְׁמָתִי וּרְמ"ח אֵיבָרֵי
וְשִׁס"ה גִּידֵי בְּאֹר הַצִּיצִית הָעוֹלָה
תִּרְי"ג. וְכִשֶׁם שָׁאֲנִי מִתְכַּסֶּה בְּטָלִית
בְּעוֹלָם הָאֵה, כִּךָּ אֲזַכֶּה לְחֻלּוּקָא דְרַבְנָן,
וְלִטְלִית נָאֵה לְעוֹלָם הַבָּא בְּגוֹן עֵדוּן.
וְעַל יְדֵי מְצוֹת צִיצִית, תִּנְצַל נַפְשִׁי
וְרוּחִי וְנַשְׁמָתִי וְתַפִּילַתִּי מִן הַחִיצוֹנִים,
וְהַטְלִית יַפְרוֹשׁ כְּנַפְיוֹ עֲלֵיהֶם, וְיַצִּילֵם
כְּנִשְׁרַע יַעִיר קָנוּ עַל גּוֹזְלֵי יֶרֶחַף. וְתֵהָא
חֲשׂוּבָה מְצוֹת צִיצִית לְפָנֵי הַקְּדוֹשׁ
בְּרוּךְ הוּא, כְּאֵלּוּ קְיַמְתִּיהָ בְּכָל פְּרָטֶיהָ
וְדַקְדוּקֶיהָ וְכוּנּוּתֶיהָ, וְתִרְי"ג מְצוֹת
הַתְּלוּיִם בָּהּ, אֲמֹן סְלָה:

FAQ:

Women are also “committed to putting Torah into practice,” so how come they don’t put on tallis and tefillin?

ANSWER:

Fair and honest question! See Appendix 11.

הִנְנִי מְכוּן לְהִתְעַטֵּף בְּצִיצִית כְּדֵי שְׁזַכֵּר כָּל־
מִצְוֹתַי לַעֲשׂוֹתָם שְׁנֵאמַר: וּרְאִיתֶם אֹתוֹ וּזְכַרְתֶּם
אֶת־כָּל־מִצְוֹת יְהוָה וְעִשִׂיתֶם אֹתָם: וַיְהִי לְעַם
אֲדֹנָי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עָלֵינוּ
וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

הִנְנִי מְכוּן לְהִתְעַטֵּף בְּצִיצִית כְּדֵי שְׁזַכֵּר כָּל־
מִצְוֹתַי לַעֲשׂוֹתָם שְׁנֵאמַר: וּרְאִיתֶם אֹתוֹ וּזְכַרְתֶּם
אֶת־כָּל־מִצְוֹת יְהוָה וְעִשִׂיתֶם אֹתָם: וַיְהִי לְעַם
אֲדֹנָי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עָלֵינוּ
וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

Brachah before putting on the tallis:

הַיְהוָה אַתָּה בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה—You, Hashem,
are the Source of everything;
מְלַךְ אֱלֹהֵינוּ—You take care of us;
הָעוֹלָם—and You rule the entire
world; אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתַי—and
through Your mitzvos You elevated
us; וְצִוָּנוּ לְהִתְעַטֵּף בְּצִיצִית—and You
commanded us to wrap ourselves in tzitzis.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתַי וְצִוָּנוּ לְהִתְעַטֵּף
בְּצִיצִית:

After putting on the tallis:

מֵה יֶקֶר חֶסֶדְךָ אֱלֹהִים, וּבְנֵי אָדָם בְּצִל
כְּנֶפֶיךָ יַחֲסִיּוּן: יְרוּיִן מִדְּשׁוֹן בֵּיתְךָ וְנַחַל
עֲדִינֶיךָ תִּשְׁקָם: כִּי עִמָּךְ מְקוֹר חַיִּים,
בְּאוֹרְךָ נִרְאָה אוֹר: מִשׁוֹךְ חֶסֶדְךָ
לִידְעֶיךָ וְצִדְקֹתֶיךָ לַיִּשְׂרָאֵל:

מֵה יֶקֶר חֶסֶדְךָ אֱלֹהִים, וּבְנֵי אָדָם בְּצִל
כְּנֶפֶיךָ יַחֲסִיּוּן: יְרוּיִן מִדְּשׁוֹן בֵּיתְךָ וְנַחַל
עֲדִינֶיךָ תִּשְׁקָם: כִּי עִמָּךְ מְקוֹר חַיִּים,
בְּאוֹרְךָ נִרְאָה אוֹר: מִשׁוֹךְ חֶסֶדְךָ
לִידְעֶיךָ וְצִדְקֹתֶיךָ לַיִּשְׂרָאֵל:

הנחת תפילין

I dedicate my actions and thoughts to Hashem.

It is important to think a bit before one does a mitzvah so that one will be doing it for the correct reasons! This is especially true with the mitzvah of tefillin, which is an external symbol of an inner commitment! Therefore, many say the **לשם ייחוד** paragraph before putting on their tefillin.

לְשֵׁם יְחִיד קוֹדֵשׁ אֲבִיךָ הוּא וְשִׁכְנִיתֶיהָ בְּדַחֲלוֹ וּרְחִימוֹ, לַיְחָד שֵׁם י"ה בּו"ה בְּיַחְוָדָא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל
יִשְׂרָאֵל: הִנְנִי מְכוּן בְּהִנְחַת תְּפִלִּין לְקַיֵּם מִצְוֹת בּוֹרְאֵי, שְׂצוּנֵנוּ לְהִנִּיחַ תְּפִלִּין, כְּכַתוּב בְּתוֹרָתוֹ וּקְשָׁרְתֶם
לְאוֹת עַל יָדְךָ וְהָיוּ לְטִפְטֹפֹת בֵּין עֵינַיִךָ, וְהֵם אֲרַבְעַ פְּרָשִׁיּוֹת אֱלֹהֵי, שְׁמַע, וְהִיא אִם שְׁמַע, קְדָשׁ, וְהִיא
כִּי יִבְיָאָךָ, שִׁישׁ בְּהֵם יְחִידוֹ וְאֲחֵדוֹתוֹ יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ בְּעוֹלָם: וְשִׁנְכוֹדֵר נְסִים וּנְפִלְאוֹת, שְׁעֵשֶׂה עִמָּנוּ
בְּהוֹצִיאָנוּ מִמִּצְרַיִם, וְאֲשֶׁר לוֹ הִכָּה וְהִמְמַשְׁלָה בְּעַלְיוֹנִים וּבַתְּחִלּוֹתָיִם לַעֲשׂוֹת בְּהֵם כְּרִצּוֹנוֹ: וְצוּנוּ
לְהִנִּיחַ עַל הַיָּד לְזַכְרוֹן זְרוֹעַ הַנְּטוּיָה, וְשֶׁהֵיא נִגְדַּ הַלֵּב לְשַׁעֲבֵד בְּזֶה תֵּאוֹת וּמַחֲשָׁבוֹת לְבַנו לְעַבּוֹדָתוֹ
יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ, וְעַל הָרֵאשׁ נִגְדַּ הַמַּחַ, שֶׁהַנְּשִׁמָּה שְׁבַמְחֵי עִם שְׂאָר חוּשֵׁי וּכְחוֹתֵי כָּלֵם יְהִיו מְשַׁעֲבָדִים
לְעַבּוֹדָתוֹ יִתְבָּרַךְ שְׁמוֹ: וּמִשְׁפַּע מִצְוֹת תְּפִלִּין יִתְמַשֵּׁךְ עָלֵי לְהִיוֹת לִי חַיִּים אֲרַכִּים וְשִׁפְעַ קְדָשׁ
וּמַחֲשָׁבוֹת קְדוּשׁוֹת בְּלִי הִרְהוּר חֲטָא וְעוֹן כָּלֵל, וְשִׁלָּא יִפְתְּנוּ וְלֹא יִתְגַּרְהוּ בְּנוּ יִצַר הָרַע, וְיִנְיַחְנוּ לְעַבֵּד
אֶת יְהוָה בְּאֲשֶׁר עִם לְבַבְנוּ:

וְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, שֶׁתֵּהָא חֲשׁוּבָה מִצְוֹת הַנְּחַת תְּפִלִּין לְפָנֵי הַקְּדוּשָׁה
בְּרוּךְ הוּא כְּאֵלּוּ קִימְתֶיהָ בְּכָל פְּרָטִיָּה וְדִקְדוּקָיָה וְכוּנּוֹתֶיהָ וְתִרְיָ"ג מִצְוֹת הַתְּלוּיִם בָּהּ, אֲמֹן סְלָה:

לְשֵׁם יְהוָה—I am about to put on tefillin, with the intent to fulfill a mitzvah of the Torah. What is written in the tefillin reminds me of the great miracles of yetzias Mitzrayim, and that Hashem controls the world! By putting tefillin on my arm and opposite my heart, I dedicate my strengths and talents wholeheartedly to the service of Hashem. By putting tefillin on my head, I dedicate my intellectual powers and all my senses to the service of Hashem. In the merit of this mitzvah, may I live a long, productive, and spiritual life—free from improper thoughts. And may the yetzer hara not sway me to sin—rather it should allow me to serve You—which is really what my heart desires to do! And (*even though I know that I do not always do all the mitzvos perfectly and with the proper intentions*) may Hashem consider this mitzvah as if I did it 100 percent properly!

Brachah before putting on the tefillin shel yad:

יְהוָה אֱתָהּ בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה	בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
אַתָּה הוֹצֵאתָנוּ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם	מִלֶּךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו, וְצִוְּנוּנוּ לְהַנִּיחַ תְּפִלִּין:	בְּמִצְוֹתָיו, וְצִוְּנוּנוּ לְהַנִּיחַ תְּפִלִּין:

—You, Hashem, are the Source of everything; You take care of us; and You rule the entire world; and through Your mitzvos You elevated us;—and You commanded us to put on tefillin.

Brachah before putting on the tefillin shel rosh:

יְהוָה אֱתָהּ בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה	בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
אַתָּה הוֹצֵאתָנוּ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם	מִלֶּךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ
בְּמִצְוֹתָיו, וְצִוְּנוּנוּ עַל מִצְוֹת תְּפִלִּין:	בְּמִצְוֹתָיו וְצִוְּנוּנוּ עַל מִצְוֹת תְּפִלִּין:

—You, Hashem, are the Source of everything; You take care of us; and You rule the entire world; and through Your mitzvos You elevated us;—and You commanded us regarding the mitzvah of tefillin.

After adjusting the tefillin shel rosh say:

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

—May the perception of Hashem's Presence and rulership be increased (*so all humans will recognize His existence and power*), לעולם ועד—forever and ever.

Then say:

וּמַחְכְּמָתָּךְ אֵל עֵלְיוֹן תִּתְּנֵנִי	וּמַחְכְּמָתָּךְ אֵל עֵלְיוֹן תִּתְּנֵנִי
וּבְחַסְדְּךָ תְּגַדִּיל עָלַי, וּבְגִבּוֹרֶתְךָ תַּצְמִית	וּבְחַסְדְּךָ תְּגַדִּיל עָלַי, וּבְגִבּוֹרֶתְךָ תַּצְמִית
אוֹיְבֵי וְקָמִי, וְשָׁמֹן הַטּוֹב תַּרְיֵק עָלַי שְׂבָעָה קִנִּי	אוֹיְבֵי וְקָמִי, וְשָׁמֹן הַטּוֹב תַּרְיֵק עָלַי שְׂבָעָה קִנִּי
הַמְּנוּרָה, לְהַשְׁפִּיעַ טוֹבָךָ לְבְרִיּוֹתֶיךָ: פּוֹתַח אֶת יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל חַי רְצוֹן:	הַמְּנוּרָה, לְהַשְׁפִּיעַ טוֹבָךָ לְבְרִיּוֹתֶיךָ: פּוֹתַח אֶת יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל חַי רְצוֹן:

—You open Your Hand; and give each person what they need in order to be satisfied.

As we wind the tefillin on our fingers, we read from the Navi Hoshea, which describes how, in the end of days, the relationship between Hashem and Bnei Yisrael will be similar to that of a chassan and kallah.

Hashem declares: **וְאֶרְשָׁתִּיךָ לִי**—I will betroth you to Me forever (*our bond will never be broken*).

לִי וְאֶרְשָׁתִּיךָ—(*Regarding bein adam l'chaveiro*), the basis of our bond is that you, Bnei Yisrael, will deal with others with **מִשְׁפָּט**—following the letter of the law and **צָדֵק**—going even beyond the letter of the law; and in return I, Hashem, will show you **חֶסֶד** and **רַחֲמִים**.

לִי וְאֶרְשָׁתִּיךָ—(*Regarding bein adam la'Makom*), the basis of our bond is that you, Bnei Yisrael, will have pure **אֱמוּנָה**; and in return, **וְיִדְעֶתָ אֶת יְהוָה**—I, Hashem, will allow you to understand My ways and all will make sense.

וְאֶרְשָׁתִּיךָ לִי לְעוֹלָם: וְאֶרְשָׁתִּיךָ לִי בְצֶדֶק וּבְמִשְׁפָּט, וּבְחֶסֶד וּבְרַחֲמִים: וְאֶרְשָׁתִּיךָ לִי בְאֱמוּנָה, וְיִדְעֶתָ אֶת יְהוָה:

קֹדֶשׁ לִי כָל בְּכוֹר

Some have the custom to say the two (of the four) parshiyos that are in the tefillin shel rosh that appear in Chumash Shemos. (We will say the other two when we recite the Shema.)

(שְׁמוֹת יב) וַיְדַבֵּר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה לֵאמֹר: קֹדֶשׁ לִי כָל בְּכוֹר פֶּטֶר כָּל רֶחֶם בְּבְנֵי יִשְׂרָאֵל בְּאָדָם וּבַבְּהֵמָה לִי הוּא: וְאִמְרָה מֹשֶׁה אֶל ה'עַם זְכוֹר אֶת הַיּוֹם הַזֶּה אֲשֶׁר יָצִאתָם מִמִּצְרַיִם מִבֵּית עַבְדִּים כִּי בְחֹזֶק יָד הוֹצִיא יְהוָה אֶתְכֶם מִזֶּה וְלֹא יֵאָכֵל חֶמְצִים: הַיּוֹם אֲתֶם יֹצְאִים בְּחֹדֶשׁ הָאֲבִיב: וְהָיָה כִּי יִבְאֶךָ יְהוָה אֶל אֶרֶץ הַכְּנַעֲנִי וְהַחִתִּי וְהָאֱמֹרִי וְהַחִוִּי וְהַיְבוּסִי אֲשֶׁר נִשְׁבַּע לְאַבְרָהָם לֵאמֹר לְתֶת לְךָ אֶרֶץ זָבֹת חֶלֶב וּדְבַשׁ וְעַבְדָת אֶת הָעַבְדָּה הַזֹּאת בְּחֹדֶשׁ הַזֶּה: שִׁבְעַת יָמִים תֹּאכַל מִצֹּת וּבִיֹס הַשְּׂבִיעִי חֹג לַיהוָה: מִצֹּת יֹאכַל אֶת שִׁבְעַת הַיָּמִים וְלֹא יֵרָאֶה לְךָ חֶמְצִין וְלֹא יֵרָאֶה לְךָ שָׂאֵר בְּכֹל גְּבֻלָּךָ: וְהִגַּדְתָּ לְבִנְךָ בַּיּוֹם הַהוּא לֵאמֹר בְּעַבְדוֹ זֶה עָשָׂה יְהוָה לִי בְּצֵאתִי מִמִּצְרַיִם: וְהָיָה לְךָ לְאוֹת עַל יָדְךָ וּלְזִכְרוֹן בֵּין עֵינֶיךָ לְמַעַן תִּהְיֶה תּוֹרַת יְהוָה בְּפִיךָ כִּי בְיַד חֹזֶק הוֹצִיאֲךָ יְהוָה מִמִּצְרַיִם: וְשִׁמַּרְתָּ אֶת הַחֻקָּה הַזֹּאת לְמוֹעֵד מִיָּמִים יְמִימָה: וְהָיָה כִּי יִבְאֶךָ יְהוָה אֶל אֶרֶץ הַכְּנַעֲנִי כַּאֲשֶׁר נִשְׁבַּע לְךָ וְלְאַבְרָהָם וְנִתְּנָה לְךָ: וְהִעֲבַרְתָּ כָל פֶּטֶר רֶחֶם לַיהוָה וְכָל פֶּטֶר שֹׁגֵר בְּהֵמָה אֲשֶׁר יִהְיֶה לְךָ הַזִּכְרִים לַיהוָה: וְכָל־פֶּטֶר חֹמֶר תִּפְדֶּה בִשָּׂה וְאִם לֹא תִפְדֶּה וְעַרְפָּתוֹ וְלֹא בְכוֹר אָדָם בְּבִנְךָ תִפְדֶּה: וְהָיָה כִּי יִשְׁאַלְךָ בְנֶךָ מָחָר לֵאמֹר מַה־זֹּאת וְאָמַרְתָּ אֵלָיו בְּחֹזֶק יָד הוֹצִיאָנוּ יְהוָה מִמִּצְרַיִם מִבֵּית עַבְדִּים: וְהָיָה כִּי הִקְשָׁה פְרַעֲהַ לְשַׁלְּחָנוּ וַיְהִי כָל בְּכוֹר בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם מִבְּכֹר אָדָם וְעַד בְּכוֹר בְּהֵמָה עַל־כֵּן אֲנִי זֹבַח לַיהוָה כָּל־פֶּטֶר רֶחֶם הַזִּכְרִים וְכָל בְּכוֹר בְּנֵי אֶפְרָיִם: וְהָיָה לְאוֹת עַל יָדְךָ וּלְטוֹטָפֶת בֵּין עֵינֶיךָ כִּי בְחֹזֶק יָד הוֹצִיאָנוּ יְהוָה מִמִּצְרַיִם:

TO SUMMARIZE: I recognize and proclaim that: 1) Hashem woke me up because He thinks I have the ability to fulfill my mission; 2) I also have a working body and soul to use to accomplish that mission; 3) I have a Torah that guides me how to do it right; 4) I am proud to be part of this great mission; 5) I am dedicating myself to put the Torah into practice; and 6) I know Hashem will protect me while I am trying to accomplish my mission!

Now let's lay down the basic principles that guide us in that mission (whether we understand them all as yet—or not!).

Now I'm Ready to Daven

מה טבו / אדון עולם / יגדל

נכון לקבל עליו מצות עשה של ואהבת לרעך כמוך:

הריני מקבל עלי מצות עשה של ואהבת לרעך כמוך:

מה טבו—(Thanks to our Torah and our mission)—our homes and our shuls are solid and good (and we can connect to Hashem anywhere).
 וְאָנִי בָּרַב חֶסֶדְךָ אֲבֵא בֵיתְךָ—I come to Your House to thank You for all Your kindness; and I daven to You with awe. Hashem (You created the unique me), and I come to Your holy place with love (not as a burden) and willingly submit myself to Your Will. וְאָנִי תְפִילָתִי—May my tefillos be favorable to You. Hashem Who takes care of us, please answer my requests with Your kindness (even though I am not always deserving)—because only Your help can be relied upon.

מָה טָבוּ אֱהֲלֶיךָ יַעֲקֹב, מִשְׁפְּנֵתֶיךָ יִשְׂרָאֵל: וְאָנִי בָּרַב חֶסֶדְךָ אֲבֵא בֵיתְךָ, אֶשְׁתַּחֲוֶה אֶל הַיְכָל קִדְשְׁךָ בִּירְאָתְךָ: יְהוָה אֱהַבְתִּי מֵעוֹן בֵּיתְךָ, וּמְקוֹם מִשְׁכַּן כְּבוֹדְךָ: וְאָנִי אֶשְׁתַּחֲוֶה וְאֶכְרַעָה, אֲבָרְכָה לְפָנַי יְהוָה עֲשֵׂי: וְאָנִי תְפִילָתִי לְךָ יְהוָה עֵת רְצוֹן, אֱלֹהִים בָּרַב חֶסֶדְךָ, עֲנֵנִי בְּאַמֶּת יִשְׁעֶךָ:

אֲדוֹן עוֹלָם—You are the Master of the universe, Who ruled even before anything was created and will rule after all ceases to exist; and now that there IS a creation, You are proclaimed as King by all creatures: Hashem always was, is, and always will be. There is no power but You, without beginning or end, all power is Yours. (Though understanding the essence of Hashem is beyond comprehension, nevertheless, I have a unique and close relationship with Him!) He is **my** God; **my** living redeemer; He is a rock for **me** when I am in pain or in time of distress; He is a refuge for **me**; He answers **me** when I call to Him. (Therefore,) I entrust my spirit into His Hand when I sleep and when I am awake (I am in His Hands at all times). With my spirit, my body, Hashem is with **me** and therefore I fear nothing.

אֲדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מִלְּךָ, בְּטָרָם כָּל יַעֲרִיב נִבְרָא: לַעֲת נַעֲשֶׂה בְּחַפְצוֹ כָּל, אֲזִי מִלְּךָ שְׁמוֹ נִקְרָא: וְאַחֲרֵי כְּלֹלוֹת הַכָּל, לְבַדּוֹ יִמְלֶךְ נוֹרָא: וְהוּא הָיָה וְהוּא הוּא, וְהוּא יְהִיָּה בְּתַפְאָרָה: וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנַי, לְהַמְשִׁיל לוֹ לְהַחֲבִירָה: בְּלִי רֵאשִׁית בְּלִי תְּכֵלִית, וְלוֹ הַעֲזוֹ וְהַמְשָׁרָה: וְהוּא אֵלַי וְחֵי גְאֻלִּי, וְצוֹר חֲבֻלִי בְּעַת צָרָה: וְהוּא נָסִי וּמְנוּס לִי, מִנֶּת כּוֹסֵי בַּיּוֹם אֶקְרָא: בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחִי, בְּעַת אִישׁוֹן וְאַעִירָה: וְעַם רוּחִי גּוֹיְתִי יְהוָה לִי וְלֹא אִירָא:

יגדל—(The Thirteen Principles of Faith) (1) There exists a perfect God Who created everything. (2) God is One—there is only one God. (3) God cannot be viewed in bodily terms. (4) God is Eternal. (5) Jews pray directly to God with no intermediaries. (6) The prophets are true. (7) Moshe was the greatest prophet. (8) The entire Torah was given to Moshe. (9) The Torah is eternal and unchanging. (10) God knows what we do. (11) God rewards and punishes according to our actions. (12) Mashiach will come. (13) There will be Techiyas Hameisim.

כַּמֶּשֶׁה עוֹד, נִבְיֵא וּמְבִיט אֶת תְּמוֹנָתוֹ: תּוֹרַת אֱמֶת נָתַן לְעַמּוֹ אֵל, עַל יַד נְבִיאָו נֶאֱמַן בֵּיתוֹ: לֹא יַחְלִיף הָאֵל וְלֹא יִמִּיר דָּתוֹ, לְעוֹלָמִים לְזוּלָתוֹ: צוּפֵה וְיוֹדֵעַ סִתְרֵינוּ, מְבִיט לְסוֹף דְּבַר בְּקִדְמָתוֹ: גּוֹמֵל לְאִישׁ חֶסֶד כְּמַפְעָלוֹ, נוֹתֵן לְרָשָׁע רַע כְּרָשָׁעוֹ: יִשְׁלַח לְקֵץ הַיָּמִין מְשִׁיחֵנוּ, לְפָדוֹת מִחַפֵּי קֵץ יִשׁוּעָתוֹ: מִתִּים יַחֲיֶה אֵל בְּרַב חֶסְדּוֹ, בְּרוּךְ עַדִּי עַד שֵׁם תְּהִלָּתוֹ:

But First—Fifteen Thank-Yous!

ברכות השחר

FAQ:
Thank you?
For what? My life
stinks!

ANSWER:
Good point! See
Appendix 2

אֲשֶׁר נָתַן לְשִׁכּוּי בִּינָה—
Thank You, for You
give us the ability to
understand the dif-
ference between day
and night—meaning:
good and bad, right
and wrong.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר נָתַן
לְשִׁכּוּי בִּינָה לְהַבְחִין בֵּין
יוֹם וּבֵין לַיְלָה:

Instant insight: Literally, שְׂכוּי could be translated as a rooster. The uniqueness of the rooster is that it starts to crow right before the light of dawn. Night/darkness represents a lack of clarity and a sense of hopelessness. In the morning light, we see that all is really not so bad. The rooster teaches us that even in the darkest time of night, we can see the light if we use the “ability to understand” that Hashem gave us! We thank Him for that ability.