



**Shabbat  
at the Beach  
with  
Temple Shaarei  
Shalom**

# Hinei Mah Tov

By Elana Arian

הִנֵּה מַה טוֹב וּמַה נְעִים  
שֵׁבֶת אֲחִים גַּם יַחַד.

*Hinei mah tov, u-mah na-im  
shevet achim gam yachad*

How good it is (how good it is),  
How sweet it is (how sweet it is),  
To be together on this day!

## Shabbat Candle Blessing

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו,  
וְצִוָּנוּ לְהַדְלִיק נֵר שֶׁל שַׁבָּת.

*Baruch atah Adonai,  
Eloheinu melech ha-olam,  
asher kid'shanu b'mitzvotav  
vitzivanu l'hadlik neir shel Shabbat.*

**Blessed are You, Adonai our God,  
Sovereign of the universe,  
who hallows us with mitzvot,  
commanding us to kindle the lights of  
Shabbat.**

## L'cha Dodi

לְכֶה דּוֹדִי לְקַרְאֵת כַּלָּה,  
פְּנֵי שַׁבָּת נִקְבְּלָה.

*L'cha dodi likrat kallah,  
p'nei Shabbat n'kab'lah.*

**Beloved, come to meet the bride;  
beloved come to greet Shabbat.**

# Barechu

Am I Awake? Am I prepared?  
Are You listening to my prayers?  
Can You hear my voice?  
Can You understand?  
Am I awake? Am I prepared?

בְּרַכּוּ אֶת יְיָ הַמְּבֹרָךְ

*Barechu et Adonai ha-m'vo-rach*

בְּרוּךְ יְיָ הַמְּבֹרָךְ לְעוֹלָם וָעֶד

*Baruch Adonai ha-m'vo-rach l'o-lam va-ed*

*We thank you God for every  
sunset and sunrise.*

*Time simply passes  
bringing us new seasons  
and new life experiences.*

*There is a purpose to each  
element in the universe.*

*God designed it with beauty and  
distinction.*

*The powerful forces of God surround us.*

*We praise You each and every day.*

# **Roll into Dark** by Noam Katz

*(from the Ma'ariv Aravim prayer)*

**Roll into dark, roll into light,  
night becomes day, day turns to night.**

בּוֹרֵא יוֹם וְלַיְלָה,  
גּוֹלֵל אוֹר מִפְּנֵי חֹשֶׁךְ,

*Borei yom valaila,  
goleil or mipnei choshech*

גּוֹלֵל אוֹר מִפְּנֵי חֹשֶׁךְ,  
וְחֹשֶׁךְ מִפְּנֵי אוֹר.

*Goleil or mipnei choshech,  
v'choshech mipnei or.*

## Shema

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, יְיָ אֶחָד.

*Sh'ma Yisrael, Adonai Eloheinu,  
Adonai Echad!*

בָּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ  
לְעוֹלָם וָעֶד.

*Baruch shem k'vod malchuto  
l'olam va-ed.*

Hear , O Israel, Adonai is our God,  
Adonai is One!

Blessed is God's glorious majesty forever.

*Please be seated.*

## V'ahavta

וְאַהֲבַתְּ אֶת יְיָ אֱלֹהֶיךָ,  
בְּכָל-לֵבְבְּךָ, וּבְכָל-נַפְשְׁךָ,  
וּבְכָל-מְאֹדְךָ.  
וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה,  
אֲשֶׁר אֲנֹכִי מְצַוְּךָ הַיּוֹם, עַל-לֵבְבְּךָ:  
וּשְׁנַנְתָּם לְבָנֶיךָ, וְדַבַּרְתָּ בָם בְּשִׁבְתְּךָ  
בְּבֵיתְךָ, וּבְלִכְתְּךָ בַדֶּרֶךְ, וּבְשֹׁכְבְּךָ,  
וּבְקוּמְךָ. וְקִשַּׁרְתָּם לְאוֹת עַל-יָדְךָ,  
וְהָיוּ לְטֹטְפוֹת בֵּין עֵינֶיךָ,  
וְכַתַּבְתָּם עַל מְזוֹזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ:

*V'ahavta et Adonai Elohecha,  
b'chol l'vavcha uv'chol nafsh'cha  
uv'chol m'odecha.*

*V'hayu had'varim ha'eileh  
asher anochi m'tzav'cha hayom  
al l'vavecha.*

*V'shinantam l'vanecha v'dibarta bam  
b'shivt'cha b'veitecha uv'lecht'cha  
vaderech uv'shochb'cha uv'kumecha.*

*Uk'shartam l'ot al yadecha  
v'hayu l'totafot bein einecha.*

*Uch'tavtam al m'zuzot beitecha  
uvish'arecha.*

לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֶת-כָּל-מִצְוֹתַי  
וְהֵייתֶם קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם:  
אֲנִי יי אֱלֹהֵיכֶם, אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי  
אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם,  
לִהְיוֹת לָכֶם לֵאלֹהִים,  
אֲנִי יי אֱלֹהֵיכֶם:

*L'ma'an tizk'ru  
va'asitem et kol mitzvotai  
vih'yitem k'doshim l'Eloheichem.  
Ani Adonai Eloheichem,  
asher hotzeiti etchem  
mei'eretz Mitzrayim  
lih'yot lachem l'Elohim,  
Ani Adonai Eloheichem.*

# Redemption

God saved our Ancestors from the  
clutches of Pharoah.

In all generations

God has been the source of our strength.

So, too, today we call upon God  
to be our help.

מִי כַמְכָה בְּאֱלִים יְיָ,  
מִי כַמְכָה נְאֻדָּר בְּקֹדֶשׁ,  
נִזְרָא תְהִילָת, עֲשֵׂה פְלֵא:

מִלְכוּתְךָ רָאוּ בְנֵיךָ,  
בִּזְקֵעֵי לְפָנַי מִשָּׁה וּמְרִים,  
זֶה אֱלִי עָנֹו וְאָמְרוּ:  
יְיָ יִמְלוֹךְ לְעוֹלָם וָעֶד.

*Mi chamocha ba-eilim, Adonai,  
mi kamocha nedar bakodesh,  
nora t'hilot, oseih feleh!  
Malchut'cha ra-u vanecha,  
bokei-a yam lifnei Moshe u'Miryam,  
zeh Eli, anu v'amru,  
Adonai yim-loch l'olam va-ed!*

Who is like You, O God,  
among the gods that are worshipped?  
Who is like You, majestic in holiness,  
awesome in splendor,  
working wonders?

## V'shamru

וְשָׁמְרוּ בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת הַשַּׁבָּת,  
לַעֲשׂוֹת אֶת הַשַּׁבָּת לְדֹרוֹתָם בְּרִית עוֹלָם:

בֵּינִי וּבֵין בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֹת הִיא לְעוֹלָם,  
כִּי שֵׁשֶׁת יָמִים עָשָׂה יי  
אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ,  
וּבַיּוֹם הַשְּׁבִיעִי שָׁבַת וַיִּנְפַּשׁ.

*V'shamru v'nei Yisrael et HaShabbat,  
la'asot et HaShabbat  
l'dorotam b'rit olam.*

*Beini u'vein b'nei Yisrael ot hi l'olam,  
ki sheishet yamim asah Adonai et  
hashamayim v'et ha'aretz, u'vayom  
hashvi-i shavat vayinafash.*

## Tefillah

אֲדֹנָי שִׁפְתַי תִּפְתַּח וּפִי יִגִּיד תְּהִלָּתְךָ:

*Adonai s'fatai tiftach u-fi yagid tehilatecha.*

Adonai, open my lips that my mouth may  
declare Your glory.

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ  
וְאֲמוֹתֵנוּ, אֱלֹהֵי אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק,  
וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב, אֱלֹהֵי שָׂרָה, אֱלֹהֵי רַבֵּקָה,  
אֱלֹהֵי לֵאָה, וְאֱלֹהֵי רַחֵל. הָאֵל הַגָּדוֹל  
הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֲלִיּוֹן, גּוֹמֵל חֲסָדִים  
טוֹבִים, וְקוֹנֵה הַכֹּל,

וְזוֹכֵר חֲסָדֵי אֲבוֹת וְאֲמָהוֹת, וּמֵבִיא גְּאֻלָּה  
לְבָנָי בְּנֵיהֶם לְמַעַן שְׂמוֹ בְּאַהֲבָה.  
מְלַךְ עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמַגֵּן:

בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מִגֵּן אַבְרָהָם וְעִזְרַת שָׂרָה:

*Baruch atah Adonai, Eloheinu v'Elohei  
avoteinu v'imoteinu,  
Elohei Avraham, Elohei Yitzchak  
v'Elohei Ya'akov,  
Elohei Sarah, Elohei Rivkah, Elohei  
Leah v'Elohei Racheil.  
Ha-El hagadol hagibor v'hanora,  
El elyon,  
gomeil chasadim tovim, v'koneih hakol,  
v'zocheir chasdei avot v'imahot,  
u-meivi g'ulah liv'nei v'neihem l'ma-an  
shmo b'ahavah.  
Melech ozeir u-moshia u-magein.  
Baruch atah, Adonai, magein Avraham  
v'ezrat Sarah.*

אַתָּה גִבּוֹר לְעוֹלָם אֲדֹנָי,  
מְחַיֶּה הַכֹּל אַתָּה, רַב לְהוֹשִׁיעַ.  
מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחֶסֶד,  
מְחַיֶּה הַכֹּל בְּרַחֲמִים רַבִּים,  
סוֹמֵךְ נוֹפְלִים, וְרוֹפֵא חוֹלִים,  
וּמַתִּיר אֲסוּרִים,  
וּמְקַיֵּם אַמוּנָתוֹ לְיִשְׂרָאֵל עֶפְרַיִם,  
מִי כָמוֹךָ בַּעַל גְּבוּרוֹת וּמִי דוֹמָה לָךְ,  
מֶלֶךְ יְמִית וּמְחַיֶּה וּמְצַמִּיחַ יְשׁוּעָה:  
וְנֶאֱמָר אַתָּה לְהַחְיֹת הַכֹּל.  
בָּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מְחַיֶּה הַכֹּל:

*Atah gibor l'olam Adonai, m'chayei hakol  
atah, rav l'hoshiah. M'chalkeil chayim  
b'chesed, m'chayeih hakol b'rachamim  
rabim, someich noflim, v'rofei cholim,  
u-matir asurim,*

*u-m'kayeim emunato lisheinei afar.*

*Mi chamocha ba-al g'vurot u-mi do-meh  
lach, melech meimit um'chayeih  
u-matzmiach yeshuah.*

*V'ne-eh-man atah l'ha-chayot hakol.*

*Baruch atah Adonai, m'chayeih hakol.*

אַתָּה קָדוֹשׁ וְשִׁמְךָ קָדוֹשׁ וְקְדוּשֵׁיִם בְּכָל יוֹם  
יְהַלְלוּךָ, סֵלָה. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, הָאֵל הַקָּדוֹשׁ.

*Atah kadosh v'shimcha kadosh*

*u-k'doshim b'chol yom y'hal'lucha, selah.*

*Baruch Atah Adonai, ha-El ha-kadosh.*

You are holy. Your name is holy.

Seekers of holiness praise You  
day by day.

Blessed are You, Adonai, holy God.

## ***Silent Prayer***

עֲשֵׂה שָׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו  
הוּא יַעֲשֵׂה שָׁלוֹם עֲלֵינוּ  
וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:

***Oseh shalom bim-romav  
hu ya-ah-seh shalom aleinu  
v'al kol Yisrael, v'imru Amen***

May the Maker of peace on high  
make peace for us,  
for all Israel and let us say: Amen.

## **Mi Shebeirach**

*Mi shebeirach avoteinu,*

*m'kor hab'racha l'imoteinu,*

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,*

*m'kor habrachah la'avoteinu,*

Bless those in need of healing with

*r'fuah sh'leimah,*

The renewal of body,  
the renewal of spirit,  
and let us say, Amen.

## Aleinu

עֲלֵינוּ לְשִׁבְחָהּ לְאֲדוֹן הַכֹּל,  
לְתֵת גְּדֻלָּהּ לְיוֹצֵר בְּרֵאשִׁית,  
שֶׁלֹּא עָשָׂנוּ כְּגוֹיֵי הָאֲרָצוֹת,  
וְלֹא שָׂמְנוּ כְּמִשְׁפָּחוֹת הָאֲדָמָה,  
שֶׁלֹּא שָׂם חֶלְקֵנוּ בָהֶם,  
וְגָרְלָנוּ בְּכָל הַמוֹנָם.  
וְאֵנַחְנוּ כּוֹרְעִים וּמְשִׁתְּחוּיִם וּמוֹדִים,  
לְפָנֵי מֶלֶךְ, מַלְכֵי הַמְּלָכִים,  
הַקָּדוֹשׁ בָּרוּךְ הוּא.

וְנֹאמַר, וְהָיָה יי לְמֶלֶךְ עַל כָּל הָאָרֶץ,  
בַּיּוֹם הַהוּא יְהִיָּה יי אֶחָד, וְשִׁמוֹ אֶחָד.

*Aleinu l'shabeiach la-adon hakol  
lateit g'dulah l'yotzeir b'reishit,  
she-lo asanu k'go-yei ha-aratzot,  
v'lo samanu k'mish-p'chot ha-adamah,  
she-lo sam chelkeinu ka-hem  
v'goraleinu k'chol hamonam.  
Va-anachnu korim,  
umishtachavim u'modim,  
lifnei melech, mal'chei ham'lachim,  
ha-kadosh baruch Hu.*

*V'ne-emar v'hayah Adonai,  
l'melech al kol ha-aretz,  
bayom hahu yihyeh Adonai echad,  
u-sh'mo echad.*

## Mourner's Kaddish

יִתְגַּדַּל וְיִתְקַדַּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. בְּעַלְמָא דִּי בְּרָא  
בְּרַעוּתָהּ, וְיִמְלִיךְ מַלְכוּתָהּ בְּחַיֵּיכוֹן  
וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל. בְּעַגְלָא  
וּבְזִמְן קָרִיב וְאָמְרוּ אָמֵן:

*Yitgadal v'yitkadash sh'mei rabah.  
B'alma di v'ra chi-r'utei, v'yam-lich  
mal'chutei b'cha-yei-chon  
u-v'yo-mei-chon u-v'cha-yei d'chol beit  
Yisrael. Ba-ah-ga-la u-viz'man ka-riv  
v'im-ru: Ah-mein.*

יְהֵא שְׁמֵהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעַלְמֵי וְלְעַלְמֵי  
עַלְמַיָּא:

*Y'hei sh'mei raba m'va-rach l'a-lam  
u-l'almei al'maya.*

יְתַבְרַךְ וְיִשְׁתַּבַּח, וְיִתְפָּאֵר וְיִתְרוֹמַם וְיִתְנַשֵּׂא  
וְיִתְהַדָּר וְיִתְעַלֶּה וְיִתְהַלָּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא  
בְּרִיךְ הוּא לְעֵלְא מִן כָּל בִּרְכָתָא וְשִׁירָתָא,  
תְּשַׁבְּחָתָא וְנַחֲמָתָא, דְאֲמִירָן בְּעֵלְמָא,  
וְאָמְרוּ אַמֵּין:

*Yit-ba-rach v'yish-ta-bach v'yit-pa-ar  
v'yit-ro-mam v'yit-na-sei v'yit-ha-dar  
v'yit-a-leh v'yit-ha-lal sh'mei d'kud'sha  
b'rich hu.*

*L'ei-lah min kol bir-cha-ta v'shi-ra-ta  
tush-b'cha-ta v'ne-che-ma-ta,  
da-a-mi-ran b'al-ma, v'im-ru Amein.*

יְהִי שְׁלֵמָה רַבָּא מִן שְׁמַיָּא  
וְחַיִּים עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:  
עֲשֵׂה שָׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שָׁלוֹם  
עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:

*Y'hei sh'la-ma raba min sh'maya  
v'cha-yim aleinu v'al kol Yisrael,  
v'imru Amein.*

*Oseh shalom bim-romav  
hu ya-ah-seh shalom  
aleinu v'al kol Yisrael, v'imru Amen*

## Kiddush

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
בוֹרֵא פְּרֵי הַגֶּפֶן.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וּרְצָה בָּנוּ  
וְשִׁבַּת קִדְּשׁוֹ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָנוּ  
זְכוֹרוֹן לְמַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית,

כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמִקְרָאֵי קִדְּשׁ,  
זְכוֹר לִיציאת מצרים,

כִּי בָנוּ בְּחֵרֶת וְאוֹתָנוּ קִדְּשָׁתָּ  
מִכָּל הָעַמִּים,

וְשִׁבַּת קִדְּשְׁךָ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָתָנוּ.  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מְקִדְּשׁ הַשַּׁבָּת.

*Baruch atah Adonai, Eloheinu melech  
ha-olam, bo-ray p'ri ha-ga-fen. Baruch  
atah Adonai, Eloheinu melech ha-olam,  
asher kid-sha-nu b'-mitz-vo-tav v'-ra-tza  
va-nu, v'-sha-bat kod-sho, b'ah-ha-va  
uv-ra-tzon, hin-chi-la-nu, zi-ka-ron  
l'-ma-ah-say v'ray-shit. Ki hu yom  
t'chi-lah l'mik-ra-ay ko-desh, ze-cher  
l'tzi-at mitz-ra-yim. Ki va-nu va-char-ta  
v'-oh-ta-nu ki-dash-ta mi-kol  
ha-ah-mim. V'sha-bat kod'-sh'-cha  
b'ah-ha-va-h uv-ra-tzon hin-chal-ta-nu.  
Ba-ruch Atah Adonai, m'-ka-deish  
ha-sha-bat.*

# **Tefilat HaDerech**

*Words and Music by Debbie Friedman*

**May we be blessed as we go on our way.**

**May we be guided in peace.**

**May we be blessed with health and joy.**

**May this be our blessing, Amen.**

**May we be sheltered**

**by the wings of peace.**

**May we be kept in safety and in love.**

**May grace and compassion**

**find their way to every soul.**

**May this be our blessing, Amen.**

***Shabbat Shalom!***