

עבודת לב Avodat Lev

1. Modeh Ani

מוֹדֵה אֲנִי לְפָנֶיךָ רוּחַ חַי וְקַיָּם

Modeh Ani Lefahecha Ruach Chai V'kayam

I am grateful before You eternal living spirit
(Variation on Shulchan Aruch chapter 1)

2. Mah Tovu

מִה־טֹבֹו אֱהִיָּךְ, יַעֲקֹב; מִשְׁכְּנֹתֶיךָ, יִשְׂרָאֵל:

Ma Tovu Ohalecha Yaakov Mishkenotecha Yisrael

How great are your tents Jacob, your dwelling places
(Numbers 24:5, attributed to Bilaam the Prophet)

3. Shviti

שְׁוִיתִי יְיָ לְנִגְדֵי תָמִיד:

Shviti Adoni L'negdi Tamid

I place God before me always (Psalms 16:8)

4. Elohai Neshamah

אֱלֹהֵי, נִשְׁמָה שְׁנָתַתָּ בִּי טְהוֹרָה הִיא

Elohai Neshama Shenatata Bi, T'horah Hee

God, the Soul that you have given me is pure
(from Talmud Bavli Berachot 60b)

5. Hallelu

הַלְלוּ, הַלְלוּ, הַלְלוּ. כָּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה הַלְלוּ.

Hallelu, Hallelu, Hallu, Kol Hanshama Tehalelya Hallelu

All souls (or All of the soul) Praises the Source
(based on Psalms 150)

6. Shema

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְיָ אֱלֹהֵינוּ יְיָ אֶחָד:

Shema Yisrael Adonai Eloheinu Adonai Echad

Hear Israel, God is One (Deuteronomy 6:4)

7. Kadosh

קָדוֹשׁ | קָדוֹשׁ קָדוֹשׁ יְיָ צְבָאוֹת מְלֵא כָל־הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ:

Kadosh Kadosh Kadosh, Adonai Tzevaot, Adonai Tzevaot

Meloh Kol Ha'aretz K'vodo

Holy, Holy, Holy (Separate, Separate, Separate),

Master of legions

The Land is filled with your Presence (Isaiah 6:3)

8. Oseh Shalom

עוֹשֵׂה שְׁלוֹם בְּמִרְמָו

הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל

וְעַל כָּל יִשְׁמָאֵל וְעַל כָּל הָעוֹלָם

Oseh Shalom Shalom Bimromav

Who Yaseh Shalom Aleynu, V'al Kol Yisrael

V'al Kol Yishmael, V'al Kol Ha'olam

Maker of Peace, may You make peace upon us and all Israel
(from the Full Kaddish)

9. Adonai Sfatai

אֲדַנִּי שִׁפְתַי תִּפְתָּח וּפִי יַגִּיד תְהִלָּתֶךָ:

Adonai Sefatai Tiftach Ufi Yagid Tehilatecha

God, Open up my mouth so that I may declare your glory
(Psalms 51:17)

10. Bayom Hahu

וְנֹאמַר: וְהָיָה יְיָ לְמֶלֶךְ עַל כָּל הָאָרֶץ, בַּיּוֹם הַהוּא יְהִיָּה יְיָ אֶחָד וּשְׁמוֹ אֶחָד.

V'ne'emar V'haya Adonai, L'melech al kol ha'artz, Ba'yom ha hu, ba'yom ha hu, yihiye Adonai echad, U'shmo echad

And one day, God will reign over the land. On that day,
God's name will be One. (Zechariah 14:9)

11. Adamah Vshamayim

אֲדַמָּה וְשָׁמַיִם חוֹם הָאֵשׁ צְלִיל הַמַּיִם אֲנִי מְרַגֵּשׁ זֹאת בְּגוּפִי בְרוּחִי בְנִשְׁמָתִי:

Adamah, V'shamayim, Chom Ha'aish, Tzil Ha'mayim, Ani Margish Zoat B'goofi, Ruchi, V'nishmait

Know the Earth, Know the Sky, Heat of Fire, Drop of Water, I can feel
it in my body, In my spirit and in my soul
(Words by Shimon Suissa, 20th century)

12. Hareyni Mekabel Alai

הֲרֵינִי מְקַבֵּל/מְקַבֵּלָת עָלַי אֶת מִצְוַת הַבוֹרָא: וְאֶהְבֶּתָּ לְרַעֲךָ כְמוֹךָ:

Hareyni Mekabel Alai Et Mitzvat Ha'boreh V'ahavata Lereacha K'mocha

It is upon me to receive the connection of the Creator, To love your
neighbor as yourself

(by Rav Yitzchak Luria on Vayikra 19, 16th Century, recorded in
Minhagei ha-Arizal--Petura d'Abba, p.3b by Chayyim Vital)

13. Henai Ani

הִנֵּה אֲנִי כוֹלֵי שֶׁלְךָ, עֲשֵׂה בִּי כְרַצוֹנְךָ.

בִּאתִי רֵיק, אֲנִי נֹכְנַע, לְבִי נָתוּן לַחֲסֹדֶךָ.

גַּם אִם הַכוֹל יִשְׁלַל מִמֶּנִּי, בְּתוֹכִי קוֹלְךָ אֲשַׁמַּע.

מִן הַכָּאֵב הוּא יִרְמִנִּי, יִמְלֵאנִי בְּאַהֲבָה.

Henai Ani, Kooli Shelcha, Aseh Bi Kirtzoncha, Bati Rayk, Ani Nichna, Libi

Natoon L'chasdecha

Gam Im Hakol Yeshalel Memayni B'tochi Kolcha Eshma, Min Hake'ev Who Yarimaini, Yemalaini B'ahava

Here I am, all yours, do with me as you will

I come empty, I surrender, My heart is given in your hands

Even if all is taken from me, your voice remains inside.

Lifting me from my fear, filling me with love

(by Shye Ben-Tzur, 20th century)

14. I release and I let go, let the Spirit run my life

And in my heart, I'm open wide; Yes, I'm only here for love

No more trouble, No more strife, With my faith I see the light

Yes, I'm free with the Spirit ; Yes, I'm only here for Love

(by Rickie Byers Beckwith of the Agape International Center)

עבודת לב Avodat Lev

15. Ani ma'amin

אני מאמין באמונה שלמה בביאת המשיח
ואף על פי שיתמהמה עם כל זה אחכה לו בכל יום שיבוא.

*Ani ma'amin, B'emuna Shleyma, B'viat Hamashiach
V'afalpi V'hitmameah, Im Kol Ze Achakeh Lo Bkhol Yom
Sheh'yavo*

I believe with the fullness of my heart in a future of peace
and the healing of the world

And even though the darkness she does linger I will wait
(create, can see) wait for the dawn

(Unknown Author, based on Maimonides)

16. Yehi Shalom

יהי שלום וחסידות לך בבתוך חומותיך:

Yehi Shalom, B'chelek Shalva, B'armanotayich

Let there be peace with your walls, tranquility within Your
palaces (Psalms 122:7)

17. Od Yavo Shalom Aleynu

עוד יבוא שלום עלינו.

שלום. עלינו ועל כל העולם. שלום. שלום.

Od Yavo Shalom Aleynu (3x) V' Al Kulam

Salaam. Aleynu V'al kol Ha'olam. Salaam. Salaam.

Let there be peace on us and the world. Peace, on us and on
the World. Peace, Peace.

(from a modern riff on the full kaddish)

18. Kol Ha'olam Kulo

כל העולם כולו. גשר צר מאוד. והעיקר לא לפחד בכלל

Kol Ha'olam Kulo Geshet Tzar Meod, V'haikar Lo Lefached Klal

All of the world is a very narrow bridge. Don't let fear
prevent you from crossing it

(Rebbe Nahman of Breslov, Likutey Moharan II, 48)

19. Ben Adam

בן אדם מה לך נרדם קום קרא בתחנונים

בן אדם מה לך נרדם קום קרא אל אלהיך

Ben Adam Mah Lecha Nirdam? Koom Kerah Et Tachanoonim

Ben Adam Mah Lecha Nirdam? Koom Kerah El Elohecha

Why are you asleep? Awake and pour out your prayers.

Why are you asleep? Awake and call out to your creator!

(Variation on a piyyut)

20. Eem Ninaloo

אם ננעלו דלתות נדיבים דלתותי מרום לא ננעלו. אל חי...

*Eem Ninaloo Daltei Nideeveem Daltei Marom Loh Yinaloo El
Chai*

If the doors on low are closed, the gates on high will be open
God of Love...

(Rabbi Shalom Shabazi, Yemen 17th Century)

21. B'shem Hashem

בשם יי אלהי ישראל מימיני מיכאל ומשמאלי נבריא ומהפני אוריאל
ומאחורי רפאל ועל ראשי שכנת אל

B'shem Hashem Elohey Yisrael, Mimini Michael, Mismoli Gabriel,

U'milfanai Uriel Meachorai Rafael. V'al Roshi, V'al Roshi Shechinat El

In the name of God, Source of all Life. On my right is Michael, on my
left Gabriel, in front of me Uriel, behind me Rafael. Above my head
and inside me, is the presence of the Source

(from the Bedtime Shema)

22. Lev Tahor

לב טהור, בראלי אלהים; ורוח נכון, חדש בקרבי.

אל-תשליכני מלפניך; ורוח קדשך, אל-תקח ממני.

השיבה לי, ששון ישעך; ורוח נדיבה תסמכני.

Lev Tahor Barah Li Elohim V'Ruach Nachon Chadesh B'Kirbi

*Al Tashlichaynee Meelfanecha V'Ruach Kodshecha Al Tikach Meemeni
Hashiva Lee Sasson Yeeshchecha V'Ruach Nideevah Tismechaynee*

A pure heart God created in me,

And a proper spirit renewed inside of me.

Don't send me away from your presence,

And don't take your holy spirit from me.

Leave me the joy of your liberation,

And bestow upon me a generous spirit.

(Psalms 51:12-14)

23. Shir Hamaalot MiMaamakim

שיר המעלות ממשעמקים קראתיך יי;

אדני שמעה בקולי תהינה אזניך קשבות לקול תחנוני;

Shir Hamaalot MiMaamakim Karaticha Elohim

Adonai Shema B'Koli Tihiyenah Oznecha Kashuvot L'Kol Tachanoonai

A song of ascents from the depths I called out to you, God.

Adonai, Hear my voice. May your ears be attentive to the call of my

pleading. (Psalms 130:1-2)

24. K'Ayal Taarog

כאיל תערג על אפיקי מים בן נפשי תערג אליך אלהים;

צמאה נפשי לאלהים לאל חי מתי אבוא ואראה פני אלהים.

K'Ayal Taarog Al Afikay Mayim Ken Nafshee Taarog Elecha Elohim

Tzama Nafshi L'Elohim L'El Chai Matai Avoh V'Eraeh Pnai HaElohim

As a gazelle yearns for the stream, so does my soul year for you,
Elohim.

My soul, it thirsts for Elohim.

When will I be seen by the face of God?

(Psalms 42:2-3, attributed to the children of Korach)



אדמה
ADAMAH

<http://isabellafreedman.org/adamah>

Version 0.1, copyleft Adamah 2011 and
shared with a Creative Commons Attribution/
ShareAlike (CC-BY-SA) 3.0 Unported license.

