

MORNING BLESSINGS

ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם  
אשר נתן לשכוי בינה להבחין בין יום ובין לילה:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם שעשני בצלמו:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם שעשני בן / בת חורין:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם שעשני ישראל:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם פוקח עורים:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם מלביש ערמים:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם מתיר אסורים:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם זוקף כפופים:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם רוקע הארץ על המים:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם שעשה לי כל־צרכי:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם אשר הכין מצעד־יגבר:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם אזור ישראל בגבורה:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם עוטר ישראל בתפארה:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם הנותן ליעף כח:

THANKSGIVING WILL NOT CEASE

*In the time to come all other Temple sacrifices will cease, but the Sacrifice of Thanksgiving will not cease. All other prayers will cease, but prayers of thanksgiving will not cease.* (Leviticus Rabbah 9:7)

*Whenever your mind is free, make a conscious effort to concentrate on the good that the Almighty has bestowed upon you.* (Bahya)

*We give thanks to You, O Lord, because we are able to give thanks!*

## MORNING BLESSINGS OF THANKSGIVING

We offer praise to You, O Lord our God, Ruler of the universe,

For bestowing the ability to distinguish  
between day and night;

For creating us in Your image;

For giving us freedom;

For making us Jews;

For giving us the capacity to see;

For clothing the naked;

For releasing the oppressed;

For raising up those who are bowed down;

For sustaining the universe;

For providing for our daily needs;

For giving us guidance for life's path;

For endowing our people with courage;

For crowning our people with glory;

For giving strength to those who are weary.

*At the beginning of the day we gratefully acknowledge some of the many blessings which God lavishes upon us regularly—so regularly that we can easily overlook them.*

*(What is constantly granted is too easily taken for granted!)*

*Jewish tradition expects us to recite "one hundred blessings each day" (Talmud, Menaḥot 43a). From morning to night the mood of thankfulness is nurtured so that we may live each day filled with a sense of gratitude to the Source of all blessings.*

*Gratitude at its highest goes beyond "counting our blessings." It involves sharing our blessings. A thankful sense of dependence upon God, leads to an awareness of our duty to all God's children.*