Ежедневная молитва

МЕО ЭЦ-ХАИМ Мюнхен

Время молитв:

- **Шахарит** («восход»)/утренняя молитва: между восходом и полуднем
- **Минха** («жертва»)/дневная: между полуднем и закатом
- **Маарив** («вечерняя»): между закатом и восходом

· На телефоне рекомендуем использовать горизонтальное положение экрана.

· Подчёркнутые слова сопровождаются преклонением колен и поклоном вперед.

Шма (только в Шахарит и Маарив!)

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יהוה אֱלֹהֵינוּ יהוה אֶחָד׃ וְאָהַבְתָּ אֵת יהוה אֱלֹהֶיךָ
בְּכָל־לְבָבְךָ וּבְכָל־נַפְשְׁךָ וּבְכָל־מְאֹדֶךָ׃ וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר
אָנֹכִי מְצַוְּךָ הַיּוֹם עַל־לְבָבֶךָ׃ וְשִׁנַּנְתָּם לְבָנֶיךָ וְדִבַּרְתָּ בָּם בְּשִׁבְתְּךָ
בְּבֵיתֶךָ וּבְלֶכְתְּךָ בַדֶּרֶךְ וּבְשָׁכְבְּךָ וּבְקוּמֶךָ׃ וּקְשַׁרְתָּם לְאוֹת עַל־יָדֶךָ
וְהָיוּ לְטֹטָפֹת בֵּין עֵינֶיךָ׃ וּכְתַבְתָּם עַל־מְזֻזֹת בֵּיתֶךָ וּבִשְׁעָרֶיךָ׃

Шма йисраэ́ль Адона́й Элоhэ́йну Адона́й эха́д. Бару́х шэм кэво́д мальхуто́ лэола́м ваэ́д. Вэаhавта́ эт Адона́й Элоhэ́йха, бэхо́ль лэвавха́, увэхо́ль нафшэйха́, увэхо́ль мэодэ́ха. Вэhаю́ hадэвари́м hаэ́лэ ашэ́р анохи́ мэцавха́ hайо́м аль лэвавэ́ха вэшинанта́м лэванэ́ха вэдиба́рта бам бешивтэха́ бэвэтэ́ха увлэхтэха́ вадэ́рэх увшохбэха́ увкумэ́ха. Укшарта́м лэот аль йадэ́ха вэhаю́ лэтотафо́т бэйн эйнэ́ха уктавта́м аль мэзузо́т бэйтэ́ха увишарэ́ха.

«Слушай, Израиль: АДОНАЙ – Б-г наш, один лишь АДОНАЙ! И возлюби АДОНАЯ, Б-га твоего, всем сердцем твоим, и всею душею твоею и всеми силами твоими. И да будут слова сии, которые Я заповедую тебе сегодня, в сердце твоем; и внушай их детям твоим и говори о них, сидя в доме твоем и идя дорогою, и ложась и вставая; и навяжи их в знак на руку твою, и да будут они повязкою над глазами твоими, и напиши их на косяках дома твоего и на воротах твоих.»

תפילת
העמידה

Амида (первые три благословения)

אֲדֹנָי שְׂפָתַי תִּפְתָּח וּפִי יַגִּיד תְּהִלָּתֶךָ

Адона́й сфата́й тифта́х уфи́ яги́д тэhилятэ́ха.

«Г-СПОДЬ, открой уста мои, и язык мой возвестит хвалу Тебе.»

בָּרוּךְ אַתָּה יְהֹוָה, אֱלֹהֵינוּ וֵאלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, אֱלֹהֵי אַבְרָהָם,
אֱלֹהֵי יִצְחָק, וֵאלֹהֵי יַעֲקֹב. הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל
עֶלְיוֹן, גּוֹמֵל חֲסָדִים טוֹבִים, קוֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר חַסְדֵּי אָבוֹת,
וּמֵבִיא גוֹאֵל לִבְנֵי בְנֵיהֶם לְמַעַן שְׁמוֹ בְּאַהֲבָה׃ מֶלֶךְ עוֹזֵר
וּמוֹשִׁיעַ וּמָגֵן׃ בָּרוּךְ אַתָּה יַהֲוַהַ, מָגֵן אַבְרָהָם׃

Бару́х ата Адона́й, Элоhэ́йну вэло́hэй авотэ́йну, Элоhэ́й Авраhа́м, Элоhэ́й Йицха́к, вЭлоhэ́й Яков, hаэ́ль hагадо́ль hагибо́р вэhанора́, Эль Эльйо́н, гомэ́ль хасади́м тови́м, вэконэ́ hако́ль, вэзохэ́р хасдэ́й аво́т умэви́ гоэ́ль ливнэ́й внэйhэ́м лэма-а́н шмо́ бэаhава́. Мэ́лэх озэ́р умоши́я умагэ́н. Бару́х ата́ Адона́й, магэ́н Авраhа́м.

«Благословен Ты, Г-СПОДЬ, Б-г наш и Б-г наших отцов, Б-г Авраама, Б-г Ицхака и Б-г Якова; Б-г великий, могущественный и грозный, Всевышний Б-г, творящий милости, владеющий всем, помнящий добрые дела отцов, и с любовью посылающий избавителя их потомкам ради Имени Своего. Ты – Царь, помогающий, спасающий и защищающий. Благословен Ты, Г-СПОДЬ, защитник Авраама!

אַתָּה גִּבּוֹר לְעוֹלָם אֲדֹנָי, מְחַיֶּה מֵתִים אַתָּה, רַב לְהוֹשִׁיעַ
מַשִּׁיב הָרוּחַ וּמוֹרִיד הַגֶּשֶׁם. מְכַלְכֵּל חַיִּים בְּחֶסֶד, מְחַיֵּה
מֵתִים בְּרַחֲמִים רַבִּים, סוֹמֵךְ נוֹפְלִים, וְרוֹפֵא חוֹלִים, וּמַתִּיר
אֲסוּרִים, וּמְקַיֵּם אֱמוּנָתוֹ לִישֵׁנֵי עָפָר. מִי כָמוֹךָ בַּעַל גְּבוּרוֹת,
וּמִי דּוֹמֶה לָּךְ, מֶלֶךְ מֵמִית וּמְחַיֶּה וּמַצְמִיחַ יְשׁוּעָ.
וְנֶאֱמָן אַתָּה לְהַחֲיוֹת מֵתִים׃ בָּרוּךְ אַתָּה יֱהֱוֶה, מְחַיֵּה הַמֵּתִים

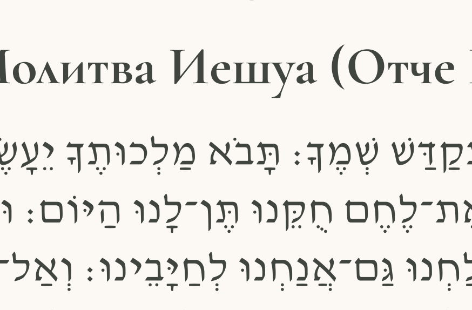
Ата́ гибо́р лэоля́м Адона́й, мэхайэ́ мэти́м ата́, рав лэhошия́. Мэхалькэ́ль хаим бэхэ́сэд, мехайэ́ мэти́м бэрахами́м раби́м, сомэ́х нофли́м, вэрофэ́ холи́м, уматúр асури́м, умэкайэ́м эмунато́ лишнэ́й афа́р. Ми хамо́ха ба-а́л гэвуро́т уми́ домэ́ лах, мэ́лэх мэми́т умэхайэ́ умацми́ях йэшуа́. Вэнэ-эма́н ата́ лэhахайо́т мэти́м. Бару́х ата́ Адона́й, мэхайэ́ hамэти́м.

Беспредельно могущество Твоё, Г-СПОДЬ, Ты возвращаешь мёртвых к жизни, Ты – великий Избавитель, питающий по доброте Своей живых, по великому милосердию возвращающий мёртвых к жизни. Поддерживающий падающих, и исцеляющий больных, и освобождающий узников, и исполняющий Своё обещание возвратить жизнь покоящимся в прахе. Кто подобен Тебе, Всесильный, и кто сравнится с Тобой, Царь, который умерщвляет и оживляет и взращивает спасение! И верен Ты Своему обещанию возвратить мёртвым жизнь. Благословен Ты, Г-СПОДЬ, возвращающий мёртвых к жизни!»

אַתָּה קָדוֹשׁ וְשִׁמְךָ קָדוֹשׁ, וּקְדוֹשִׁים בְּכָל־יוֹם יְהַלְלוּךָ סֶּלָה׃
בָּרוּךְ אַתָּה יֱהֹוָה, הָאֵל הַקָּדוֹשׁ׃

Ата́ кадо́ш вэшимха́ кадо́ш укдоши́м бэхо́ль йо́м йэhалэлу́ха сэ́ла. Бару́х ата́ Адона́й, hа-э́ль hакадо́ш.

Ты свят, и свято Имя Твоё, и святые ангелы восхваляют Тебя изо дня в день, вовеки. Благословен Ты, Г-СПОДЬ, Б-г святой!



Молитва Иешуа (Отче Наш)

אָבִינוּ שֶׁבַּשָּׁמַיִם יִתְקַדַּשׁ שְׁמֶךָ׃ תָּבֹא מַלְכוּתֶךָ יֵעָשֶׂה רְצוֹנְךָ כְּמוֹ
בַשָּׁמַיִם כֵּן בָּאָרֶץ׃ אֶת־לֶחֶם חֻקֵּנוּ תֶּן־לָנוּ הַיּוֹם׃ וּסְלַח־לָנוּ אֶת־
חֹבוֹתֵינוּ כַּאֲשֶׁר סָלַחְנוּ גַּם־אֲנַחְנוּ לְחַיָּבֵינוּ׃ וְאַל־תְּבִיאֵנוּ לִידֵי
נִסָּיוֹן כִּי אִם־חַלְּצֵנוּ מִן־הָרָע כִּי לְךָ הַמַּמְלָכָה וְהַגְּבוּרָה
וְהַתִּפְאֶרֶת לְעוֹלְמֵי עוֹלָמִים

Аву́ну шэбашама́им йиткадэ́ш шимха́ таво́ мальхутха́. Йэасе́ рэцонха́ кэмо́ башама́им кэн ба-а́рэц. Эт лэ́хэм хукэ́ну тэн ля́ну hайо́м услах ла́ну эт хатаэ́йну ка-а́шэр сала́х гам ана́хну лахотэйм ла́ну. Вэа́ль тэвиэ́ну лидэ́й нисайо́н ки им халцйэ́ну мин hара́. Ки лэха́ hамамлаха́ вэhагвура́ веhатифэ́рэт лэолмэ́й олями́м.

«Отец наш небесный, да святится Имя Твое, да приидет Царствие Твое, да будет воля Твоя на земле, как на небе! Хлеб наш насущный дай нам на сей день. И прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим; и не введи нас в искушение, но избавь нас от лукавого. Ибо Твое есть Царство и сила и слава во веки.

תפילת
העמידה

Амида (последние три благословения)

רְצֵה יְהֹוָה אֱלֹהֵינוּ בְּעַמְּךָ יִשְׂרָאֵל וּבִתְפִלָּתָם וְהָשֵׁב אֶת הָעֲבוֹדָה
לִדְבִיר בֵּיתֶךָ וְאִשֵּׁי יִשְׂרָאֵל וּתְפִלָּתָם בְּאַהֲבָה תְקַבֵּל בְּרָצוֹן
וּתְהִי לְרָצוֹן תָּמִיד עֲבוֹדַת יִשְׂרָאֵל עַמֶּךָ׃ וְתֶחֱזֶינָה עֵינֵינוּ
בְּשׁוּבְךָ לְצִיּוֹן בְּרַחֲמִים׃ בָּרוּךְ אַתָּה יְהֹוָה הַמַּחֲזִיר שְׁכִינָתוֹ
לְצִיּוֹן׃

Рцэ́ Адона́й Элоhэ́йну бэамха́ йисраэ́ль увитфилята́м вэhашэ́в эт hа-авода́ лидви́р бэйтэ́ха вэишэ́й йисраэ́ль утэфилята́м бэ-аhава́ тэкабэ́ль бэрацо́н утэhи́ лэрацо́н тами́д авода́т йисраэ́ль амэ́ха. Вэтэхэзэ́на эйнэ́ну бэшувха́ лэцио́н бэрахами́м. Бару́х ата́ Адона́й hамахази́р шэхинато́ лэцио́н.

«Отнесись благосклонно, Г-СПОДЬ, Б-г наш, к народу Израиля и молитвам его и восстанови службу в Святая Святых Храма; и жертвы приносимые Израилем, и молитвы его прими с любовью; и пусть будет всегда желанно Тебе служение Израиля, народа Твоего. И да удостоимся мы увидеть своими глазами, как вернёшься Ты, по милосердию Своему, в Сион. Благословен Ты, Г-СПОДЬ, возвращающий Своё присутствие в Сион!»

מוֹדִים אֲנַחְנוּ לָךְ שָׁאַתָּה הוּא יהוה אֱלֹהֵינוּ וֵאלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ
לְעוֹלָם וָעֶד צוּר חַיֵּינוּ וּמָגֵן יִשְׁעֵנוּ אַתָּה הוּא לְדֹר וָדֹר נוֹדֶה לְּךָ
וּנְסַפֵּר תְּהִלָּתֶךָ עַל חַיֵּינוּ הַמְּסוּרִים בְּיָדֶיךָ וְעַל נִשְׁמוֹתֵינוּ
הַפְּקוּדוֹת לָךְ וְעַל נִסֶּיךָ שֶׁבְּכָל־יוֹם עִמָּנוּ וְעַל נִפְלְאוֹתֶיךָ שֶׁבְּכָל
עֵת עֶרֶב וָבֹקֶר וְצָהֳרָיִם הַטּוֹב כִּי לֹא כָלוּ רַחֲמֶיךָ וְהַמְרַחֵם כִּי
לֹא תַמּוּ חֲסָדֶיךָ מֵעוֹלָם קִוִּינוּ לָךְ׃ וְעַל־כֻּלָּם יִתְבָּרַךְ וְיִתְרוֹמַם
שִׁמְךָ מַלְכֵּנוּ תָּמִיד לְעוֹלָם וָעֶד וְכָל־הַחַיִּים יוֹדוּךָ סֶּלָה וִיהַלְלוּ ׀
אֶת־שִׁמְךָ בֶּאֱמֶת הָאֵל יְשׁוּעָתֵנוּ וְעֶזְרָתֵנוּ סֶלָה. בָּרוּךְ אַתָּה
יהוה הַטּוֹב שִׁמְךָ וּלְךָ נָאֶה לְהוֹדוֹת׃

Моди́м ана́хну лах ша-ата́ hу Адона́й Элоhэ́йну вэлоhэ́й авотэ́ну лэоля́м ваэ́д. Цур хайэ́ну магэ́н йишэ́ну ата́ hу лэдо́р вадо́р нодэ́ лах унэсапэ́р теhилятэ́ха аль хайэ́ну hамсури́м бэйадэ́ха вэ-а́ль нишмотэ́ну hапкудо́т лах вэа́ль нисэ́ха шэбэхо́ль йом има́ну вэа́ль нифлаотэ́ха вэтовотэ́ха шэбэхо́ль эт э́рэв вавóкэр вэцаhора́им. hАто́в ки ло халу́ рахамэ́ха вэhамрахе́м, ки ло та́му хасдэ́ха мэоля́м кивúну лах. Вэа́ль куля́м йитбара́х вэйитрома́м шимха́ малкэ́ну тами́д леоля́м ваэ́д. Вэхо́ль hахайи́м йоду́ха сэ́ля. Виhалэлу́ эт шимха́ бэ-э́мэт hаэ́ль йэшуатэ́ну вэ-эзратэ́ну сэ́ля. Бару́х ата́ Адона́й hато́в шимха́ улэха́ наэ́ лэhодо́т.

Мы благодарим Тебя за то, что Ты, Г-сподь, - Б-г наш и Б-г отцов наших во веки веков. Ты - оплот жизни нашей, защитник, спасающий нас из поколения в поколение. Будем благодарить Тебя и провозглашать Тебе хвалу - за жизнь нашу, вверенную Тебе, за души наши, хранимые Тобой, и за каждодневные чудеса Твои, и за знамения и благодеяния, которые Ты творишь всегда, вечером, утром и днём. Благодеяния Твои неистощимы и милости нескончаемы; и мы всегда надеемся на Тебя! И за все это да возвеличится и превознесется Имя Твое, Царь наш, во веки веков! И все живое будет вечно благодарить Тебя и искренне восхвалять и благословлять Твое великое Имя, ибо Ты добр, Ты Б-г, - наше спасение и наша опора вовеки. Ты – добрый Б-г. Благословен Ты, Г-СПОДЬ; Доброта Имя Тебе, и Тебя подобает благодарить.»

שִׂים שָׁלוֹם טוֹבָה וּבְרָכָה חֵן וָחֶסֶד וְרַחֲמִים עָלֵינוּ וְעַל כָּל־
יִשְׂרָאֵל עַמֶּךָ בָּרְכֵנוּ אָבִינוּ כֻּלָּנוּ כְּאֶחָד בְּאוֹר פָּנֶיךָ כִּי בְאוֹר פָּנֶיךָ
נָתַתָּ לָּנוּ יהוה אֱלֹהֵינוּ תּוֹרַת חַיִּים וְאַהֲבַת חֶסֶד וּצְדָקָה
וּבְרָכָה וְרַחֲמִים וְחַיִּים וְשָׁלוֹם׃ וְטוֹב בְּעֵינֶיךָ לְבָרֵךְ אֶת־עַמְּךָ
יִשְׂרָאֵל בְּכָל־עֵת וּבְכָל־שָׁעָה בִּשְׁלוֹמֶךָ בָּרוּךְ אַתָּה יהוה הַמְבָרֵךְ
אֶת־עַמּוֹ־יִשְׂרָאֵל בַּשָּׁלוֹם׃

Сим шало́м това́ увраха́ хэн вахэ́сед врахами́м алэ́йну вэа́ль коль йисраэ́ль амэ́ха. Бархэ́ну Аву́ну куля́ну кэ-э́хад бэо́р панэ́ха. Ки бэо́р панэ́ха ната́н ля́ну Адона́й Элоhэ́йну Тора́т хайи́м вэаhава́т хэ́сед уцдака́ увраха́ вэрахами́м вэхайи́м вэшало́м. Вэто́в бэйнэ́ха лэварэ́х эт амха́ Йисраэ́ль бэхо́ль эт увехо́ль ша-а́ бишломэ́ха. Бару́х ата́ Адона́й hамэварэ́х эт амо́ йисраэ́ль башало́м.

«Даруй мир, добро и благословение, милость, любовь и милосердие нам и всему народу Твоему, Израилю – и всему миру. Отец наш, благослови нас, всех вместе, светом Лица Твоего. Ибо Ты, Г-СПОДЬ, Б-г наш, даровал нам закон жизни и бескорыстной любви, справедливость и благословение, милосердие, жизнь и мир. И да будет угодно Тебе благословлять народ Свой, Израиль, во все времена и в каждое мгновение, даруя ему мир. Благословен Ты, Г-СПОДЬ, благословляющий миром народ Свой, Израиль.»

אֱלֹהַי נְצֹר לְשׁוֹנִי מֵרָע וּשְׂפָתַי מִדַּבֵּר מִרְמָה וְלִמְקַלְלַי נַפְשִׁי תִדֹּם
וְנַפְשִׁי כֶּעָפָר לַכֹּל תִּהְיֶה פְּתַח לִבִּי בְּתוֹרָתֶךָ וּבְמִצְוֹתֶיךָ תִּרְדֹּף נַפְשִׁי
...יִהְיוּ לְרָצוֹן אִמְרֵי־פִי וְהֶגְיוֹן לִבִּי לְפָנֶיךָ יְהֹוָה צוּרִי וְגֹאֲלִי׃
עֹשֶׂה שָׁלוֹם בִּמְרוֹמָיו הוּא יַעֲשֶׂה שָׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל כָּל־יִשְׂרָאֵל וְעַל
כָּל־יוֹשְׁבֵי תֵבֵל וְאִמְרוּ אָמֵן׃

Элоhа́й нэцо́р лэшони́ мэра́ усфата́й мидабэ́р мирма́ вэлимкалэла́й нафши́ тидо́м вэнафши́ кэафа́р лако́ль тиhйэ́. Птах либи́ бэторатэ́ха убэмицвотэ́ха тирдо́ф нафши́... Йиhйю́ лэрацо́н имрэ́й фи вэhэгйо́н либи́ лэфанэ́ха Адона́й цури́ вэгоали́. Осэ́ шало́м бимрома́в hу яасэ́ шало́м алэ́йну вэа́ль коль йисраэ́ль вэа́ль коль йошвэ́й тэ́вэль вэимру́ амэ́н.

«Б-г мой! Убереги язык мой от злословия и уста мои от лживых речей; и перед теми, кто проклинает меня, пусть душа моя хранит молчание. И пусть душа моя повергается в прах перед каждым. Раскрой мое сердце для Торы Твоей, и да устремится моя душа к исполнению Твоих заповедей... Да будут угодны Тебе слова моих уст и помыслы сердца моего, о, Г-СПОДЬ, мой оплот и избавитель! Устанавливающий мир в высотах Своих, Он пошлёт мир нам и всему Израилю и всем обитателям Земли. И скажем: Амэн!»

Здесь стоит продолжить личной молитвой