



Inspired Parenting Podcast #2: Tefila - Prayerfulness

SOURCE #1 Rosh Hashana and Yom Kippur liturgy

(Found at the end of the climactic Netaneh Tokef prayer before Musaf of R.H. and Y.K.)

מחזור לראש השנה ויוה"כ - תפילת מוסף

<p>Teshuva - Repentance, Tefila - Prayer and Tzedaka - Generosity in giving - can avert an evil decree.</p>	<p>ותשובה ותפילה וצדקה מעבירין את רוע הגזרה</p>
--	---

SOURCE #2

Daily Prayer Book - Ahava Raba

<p>With immense love You have loved us, <i>Hashem</i> our God,</p> <p>Boundless and unconditional mercy have you bestowed on us...</p> <p>Enlighten our eyes in Your Torah, and unite our hearts to cleave to Your commandments, to love and fear Your name.... And gather us for peace from the four corners of the world, and guide us to establishing sovereignty in our Land. Because You are the one who works wonders and You have chosen us from every nation and tongue.</p> <p>Blessed are You our God, Who chooses His people Israel with love.</p>	<p>'אהבה רבה אהבתנו, ה אלקינו. חמלה גדולה ויתרה :חמלת עלינו והאר עינינו בתורתך. ודבק לבנו במצותיך. ויחד לבנולאהבה וליראה את שמך והביאנו לשלום מארבע כנפות הארץ. ותוליכנו קוממיות :לארצנו כי אל פועל ישועות אתה. ובנו בחרת מכל עם ולשון. וקרבתנו לשמך הגדול סלה באמת, להודות לך : וליחדך באהבה ברוך אתה יי, הבוחר בעמו : ישראל באהבה</p>
--	---



SOURCE #3

Daily Prayer Book - Modeh Ani

<p>Grateful am I before You Living and eternal ruler Who has returned my soul to me with compassion, boundless is your trust.</p>	<p>מודה / מודה אני לפניך מלך חי וקים, שהחזרת בי נשמתו בחמלה, רבה אמונתך:</p>
--	--

SOURCE #4

Rosh Hashana Prayer Book -Blessing on Shofar

<p>Blessed are You, God, ruler of the universe Who has sanctified us with His commandments and commanded us to hear the sound of the shofar.</p>	<p>ברוך אתה ה', אלוהנו מלך העולם, אשר קידשנו במצוותיו וציוונו לשמע קול שופר</p>
---	---

SOURCE #5a

Lisa Miller, *The Spiritual Child: The New Science on Parenting for Health and Lifelong Thriving* (New York: Picador, 2015)

<p>“Natural spirituality is a direct sense of listening to the heartbeat of the living universe, of being one with that seen and unseen world, open and at ease in that connection.” (p. 25)</p>
--

SOURCE #5b

Rav Kook Olat Re'iya

<p>The perpetual prayer of the soul continually tries to emerge from its not yet actualized state of potential to become revealed and actualized, to permeate every fiber of life of the entire universe. . .</p> <p>Prayer is only correct when it arises from the idea that the soul is always praying.</p>	<p>התפילה המתמדת של הנשמה מתאמצת היא תמיד לצאת מן ההעלם אל הגילוי, להתפשט על כל כוחות החיים של כל הרוח והנפש וכל כוחות חיי הגויה כולה,,,</p> <p>אין התפילה באה כתיקונה כי אם מתוך המחשבה שבאמת הנשמה היא תמיד מתפללת...</p>
--	---



SOURCE #6 Lisa Miller, *The Spiritual Child: The New Science on Parenting for Health and Lifelong Thriving* (New York: Picador, 2015)

“Parents often hear spiritual questions as a request for answers or knowledge that they aren’t prepared to provide. But that’s a misunderstanding, or perhaps a reflection of our own natural anxiety to do everything right... Our children look to us, but not really for the answers. **We’re being asked to show up.** We need to show up, but we don’t need to have all the answers.” (p. 49)

SOURCE #7 Sefat Emet, 19th c. Hasidut, Parshat Bo, year א"תרל

Our Creator’s primary desire of us is to shine the light of holiness which can be found in every physical, material aspect of life. For this reason every person was sent into the world.

It is written **This month will be for you...**(Exodus 12). The meaning for us is to find newness and renewal ...and this is the meaning (and challenge) of Rosh Hodesh (the beginning of each new month)...to find light even in a place of hiddenness...

הנה זה עיקר הרצון מאתנו
להיות הארת הקדושה נמצאת
בכל מעשה גשמי ג"כ כי לזאת
נשתלח האדם לעולם הזה.

וכתיב החודש הזה לכם (שמות
י"ב). הפי' בידינו למצוא
התחדשות בכל מעשה...כי זה
פי' ר"ח... וז"ש החודש הזה
לכם למצוא הארת חודש הזה
גם במקום ההסתר...