

Thanksgiving After Meals *Birkat Ha-mazon*

On Shabbat and festivals:

A pilgrim song. When God brought back the captives to Zion we felt as if in a dream. Then our mouths were filled with laughter, and our tongues with song. Even among the nations they said: "What great things God has done with them!" Indeed God has done great things with us! How we rejoiced! God, bring back those who cannot return, like streams in a dry land; that those who sow in tears may reap in joy. Whoever goes out weeping, carrying seed to sow, shall come back singing, carrying sheaves.

Friends, let us bless.

Blessed be the name of the Creator from now and forever.

With your permission, friends, let us bless (our God,) the One whose food we have eaten.

Blessed be our God, the One whose food we have eaten and through whose goodness we live.

Blessed be God, and blessed be God's name.

Blessed are You, our Living God, Sovereign of the universe. You feed the whole world through Your goodness, with grace, kindness and mercy. You make it possible for all to have food, for Your love is forever. Through Your great goodness food has never failed us, and may we never fail to share food for the sake of Your great reputation; for You feed and provide for all and do good to all, and make us the agents through whom all Your creatures may have food. Blessed are You God, providing enough food for all.

We thank You, our Living God, for giving our ancestors the heritage of a desirable, good and ample land, for bringing us out of the land of Egypt, redeeming us from the camp of slavery, and for Your covenant that You sealed in our hearts, and for Your Torah that You taught us, and for the laws of life You helped us understand, and for the life, grace and love You graciously gave us, and the food that you provide to support us always, everyday, every hour and every moment.

And for all this, our Living God, we thank and bless You; may Your name be blessed in the mouth of all living always and at all times, as it is written in the Torah: 'And you shall eat and be satisfied and bless the Eternal your God for the good land which God has given you'. Blessed are You God, for the land and for the food.

Our Living God, be merciful to Israel Your people, to Jerusalem Your city, and to Zion where Your glory appeared, and bring the reign of goodness promised in the name of the house of David, when all shall worship together in the place dedicated to Your holy name. Our God, giver of life, be our shepherd and feed us, provide for us, sustain us and support us, and relieve us speedily from all our troubles. Let us never be in need of the charity of others nor their loans, but dependent on Your hand alone which is full, open, holy and ample; so shall we never lose our self-respect nor be put to shame.

On Shabbat:

Our Living God, strengthen us by Your commandments and by the commandment of the seventh day, this great and holy Sabbath; for You this day is a great and holy one to cease from work and be at rest according to Your will in love. Give us rest so that there shall be no trouble, grief or crying on our day of rest; and show us the consolation of Zion, Your city, and the building of Jerusalem, city of Your holiness, for You are the source of salvation and consolation.

And build Jerusalem, as a city that can truly be called holy, soon in our days. Blessed are You God. Help us build Jerusalem, true to Your compassion. Amen.

Blessed are You, our Living God, Sovereign of the universe; the God who is our parent, our Sovereign, our source of power, our creator, our redeemer, our maker, our Holy One, the Holy One of Jacob; our shepherd, the shepherd of Israel, the good Sovereign who does good to all. Every day You have done good, do good and will do good for us. Generously You have provided for us, You do provide for us and always will provide for us grace, kindness, mercy and relief, deliverance and prosperity, blessing and salvation, consolation, provision and support, mercy, life, peace and all good. Let us never be in want of any goodness.

Shir ha-ma'alot. B'shuv Adonai et shivat tsiyon hayinu k'chol'mim. Az y'malei s'chok pinu ul'shoneinu rinnah. Az yom'r uva-goyim hidil Adonai la'asot im eileh. Hidil Adonai la'asot immanu hayinu s'meichim. Shuvah Adonai et sh'veiteinu ka'afikim ba-negev. Ha-zor'im b'dim'ah b'rinnah yiktsora. Haloch yeileich uvachoh nosei meshech ha-zara' bo yavo v'rinnah nosei alumotav.

Chaverai nevarech.

Yhi shem Adonai mevorach me'attah ve'ad olam.

Birshut chaverai nevarech (eloheynu) she'achalnu mi-shelo.

Baruch eloheynu she'achalnu mi-shelo uv'tovo chayinu.

Baruch hu uvaruch sh'mo.

Leader

All then leader

Leader

All then leader

Leader

ברכת המזון



שיר המעלות. בשוב יי' א-ת-שיבת ציון ה'ינו כהלים: אן ימלא שחוק פניו ולשונו רנה. אן יאמרו בגוים הגדייל יי' לעשות עם-אללה: הגדיל יי' לעשות עמננו. ה'ינו שמחים: שוכב יי' א-ת-שביתנו כאפיקים בנגב: הזרעים בדמעה ברנה יקצרו: הלוך ילק ובה נושא מתק-הזרע. בא-יבא ברנה. נשא אלמתיו:

חכרי נברך

יהי שם יי' מברך מעטה ועד עולם:

ברשות חכרי נברך (אל-הינו) שאכלנו משלו:

ברוך (אל-הינו) שאכלנו משלו ובוטבו ח'ינו:

ברוך הוא ובורך שמו:

ברוך אתה יהוה אל-הינו מלך העולם. ה'ן את-העולם כלו בטובו במתן בחסד ובرحمות. הוא נותן לחם לכל-בשר. כי לעולם הסדו: ובטובו הגדל תמיד לא-הסר לנו. ואל יחרס-לנו מזון לעולם ועד בעבור שמנו הגדל. כי הוא זן ומפרנס לכל ומclin מזון לכל-בריותו אשר פרא: ברוך אתה יהוה. ה'ן את הכל:

נוריה לך יהוה אל-הינו על שהנחלת לאבותינו ארץ חמלה טובה ורחה. ועל שהוציאתנו יהוה אל-הינו מארץ מצרים. ופידתנו מבית עבדים. ועל בריתך שחחתמת בלבבנו. ועל תורתך שלמדתנו. ועל חקיך שהודענו. ועל חיים חן וחסד שחווננו. ועל אכילת מזון שאתה זן ומפרנס אותנו תמיד בכל-ימים ובכל-עת ובל-שעה: ועל הכליל יהוה אל-הינו אנחנו מודים לך ומברכים אותך. יתברך שמק בפי כל-חי תמיד לעולם ועד: בכחוב. ואכלת ושכעת וברכת את-ירוחה אל-היך על-הארץ והיל-המזון:

רחם יהוה אל-הינו על-ישראל עמוק. ועל ירושלים עיר. ועל ציון משכן כבוד. ועל מלכות בית דוד משליחך. ועל הבית הגדל והקודש שפרקא שמק עלי: אל-הינו אבינו רענו זוננו פרנסנו וככלנו והרינו והרוח-לנו יהוה אל-הינו מהרה מל-צורתינו: ונא אל תצרכנו והוא אבינו יהוה אל-הינו. לא לידי מתנת בשר ודם ולא לידי הלוותם. כי אם לידי המלא הפטנית הקדושה והרחה. שלא נבוש ולא נפלם לעולם ועד:

רצאה והחלצנו יהוה אל-הינו במצביך ובמצות יומ השביעי השבת הגדול והקדוש זהה. כי יום זה גדול וקדוש הוא לפניו. לשבת-בו ולנות בו בא-כחכה כמצות רצוך. וברצונך הניח לנו יהוה אל-הינו שלא תרי צרה ויגון ואנחת ביום מנוחתנו. והראנו יהוה אל-הינו בנחמת ציון עיר. ובבנין ירושלים עיר קדשך. כי אתה הו בא-על הישועות ובבעל הנקמות:

ובבנה ירושלים עיר קדש במירה בימנו: ברוך אתה יהוה אל-הינו מלך העולם. האל אבינו מלכנו

ברוך אתה יהוה אל-הינו מלך העולם. האל אבינו מלכנו אדרינו בזאננו גואלנו יצירנו קדוש יעקב. רוענו רועה ישראל. המלך הטוב והמטיב לכל-שבכל-יום יומם הוא הטיב. הוא מטיב. גמלנו. הוא גמלנו לעד. לחן ולחש ולرحمים ולרוח האלה והצלחה ברכה וישועה. נחמה פרנסה וככללה. וرحמים וחיים ושלום וככל-טוב. ומכל-טוב אל יחסנו:

The All-merciful, may You rule over us forever and ever.

The All-merciful, may You be blessed in heaven and on earth.

The All-merciful, may You be praised through all generations, glorified among us for eternity, and honoured among us forever.

The All-merciful, may You give us an honourable livelihood.

The All-merciful, may You break off any yoke from our neck, and lead us with uprightness to our land.

The All-merciful, may You send a plentiful blessing on this house, and on this table at which we have eaten.

The All-merciful, may You send us Elijah the prophet - may he be remembered for good! - who will bring us good news of salvation and comfort.

The All-merciful, may You bless... all who are seated here, us and all that is ours, as our mothers Sarah, Rebecca, Leah and Rachel were each of them blessed with 'good' and as our fathers Abraham, Isaac and Jacob were each of them blessed with 'everything', so may You bless all of us together with a perfect blessing. Amen.

On high may they plead for them and for us, so that we merit a lasting peace, and may gain a blessing from the Creator, and vindication from the God of our salvation. May we find grace and understanding in the sight of God and all people.

On Shabbat:

The All-merciful, may You let us inherit a day that shall be wholly a Sabbath and rest in life everlasting.

On Rosh Chodesh:

The All-merciful, may You renew to us this month for goodness and blessing.

On a festival:

The All-merciful, may You let us inherit a day that shall be wholly good.

The All-merciful, may You bless the State of Israel and all who live there.

May the All-Merciful bless the soldiers of the Israeli Defense Force and defend them.

The All-merciful, may You create a bond of friendship between the descendants of Sarah and the descendants of Hagar.

The All-merciful, may You bless all those who are in distress and bring them out of darkness into the light.

The All-merciful...

The All-merciful, may You make us worthy of the messianic days and the life of the world to come.

God gives great salvation (God is a tower of strength) to the earthly king, and shows love and kindness to God's anointed, to David and his seed forever.

May the One who makes peace in the highest bring this peace upon us, upon all Israel, and upon all the world. Amen.

We have eaten and been satisfied. May we not ignore the needs of others nor turn away from their cry for food. Open our eyes and our hearts and our hands so that we may share your gifts, and help to remove hunger and want from our world.

Be in awe of God, You who seek holiness, for those who fear God lack nothing. Young lions may be in want and hungry, but those who seek God lack no good thing. Give thanks to the Living God who is good, whose love is everlasting. You open up Your hand and satisfy the needs of all living beings. Blessed is the one who trusts in God and whose trust is God alone. I was young and have grown old and never wanted the innocent to be forsaken or their children to beg for bread.

God give strength to Your people, and bless Your people with peace.

*Ha-rachaman, hu yimloch aleinu olam va'ed.
Ha-rachaman, hu yitbarach ba-shamayim uva-arrets.
Ha-rachaman, hu yishtabbach l'dor dorim, v'yitpa'ar banu l'neitsach n'tsachim, v'yit-hadar banu la'ad ul'ol'mei olamim.*

Ha-rachaman, hu y'farn'seinu b'chavod.

Ha-rachaman, hu yishbor ulleinu mei'al tsavareinu, v'hu yolicheinu kom'miyut l'artseinu.

Ha-rachaman, hu yishlach b'rachah m'rubbah ba-bayit ha-zeh, v'al shulchan zeh she'achalnu alav.

Ha-rachaman, hu yishlach lanu et eliyahu ha-navi zachur la-tov, vivasser lanu b'sorot tovot y'shu'ot v'nechamot.

Ha-rachaman, hu y'vereich ... et kol ha-m'subbin kan, otanu v'et kol asher lanu, k'mo shenitbar'chu immoteinu, sarah, rivkah, le'ah v'rachel heitiv tovat tov, va'avoteinu, avraham, yitschak v'a'akov, ba-kol, mikkol, kol, kein y'vereich otanu kallunu yachad, bivrachah sh'laimah, v'nomar amen.

Ba-marom y'lamm'du aleihem v'aleinu z'chut shet'hi l'mishmeret shalom, v'nissa v'rachah mei'eit Adonai uts'dakah mei'elohei yisheinu, v'nimtsa chein v'seichel tov b'einei elohim v'adam.

Ha-rachaman, hu yanchileinu yom shekulo shabbat um'nuchah l'chayyei ha-olamim.

Ha-rachaman, hu y'chadeish aleinu et ha-chodesh ha-zeh l'tovah v'livrachah.

Ha-rachaman, hu yanchileinu yom shekulo tov.

Ha-rachaman, hu y'vereich et m'dinat yisra'el v'et kol yosh'veha.

Ha-rachaman hu yevarech et chayaley tz'va hagannah l'yisrael v'yeagine alehem.

Ha-rachaman, hu yittein achavah bein b'nei sarah uvein b'nei hagar.

Ha-rachaman, hu y'vereich et kol b'nei adam, han'tunim batsarah, v'yotsi'eim mei'afeilah l'orah.

Ha-rachaman...

Ha-rachaman, hu y'zakkeinu limot ha-mashi'ach ul'chayyei ha-olam ha-ba.

Magdil (Migdal) y'shu'ot malko, v'oseh chesed limshicho l'david ul'zar'o ad olam. Oseh shalom bimromav hu ya'aseh shalom aleinu v'al kol yisra'el, v'al kol ha-olam, v'imru amen.

Achalnu v'sava'nu, al na nit'alleim mitsorhei rei'einu v'al tei'atmanh ozneinu mitsafkatam l'mazon. P'kach eineinu ut'ach l'veaineinu v'yadeinu v'nitchall'kah b'matnotcha l'ma'an chissul ha-ra'av v'ha-machsor mei'olameinu.

Yru et Adonai k'doshav ki ein machsor lirei'av. K'firim rashu v'r'a'eivu v'dor'shei Adonai lo yachts'u chol tov. Hodu ladonai ki tov ki l'olam chasdo. Potei'ach et yadecha umasbi'a l'chol chai ratsion. Baruch ha-gever asher yivtach badonai v'hayah Adonai mitvacho. Na'ar hayiti gam zakanti v'lo ratsiti tsaddik ne'ezav v'zar'or m'vakkeish lachem.

Adonai oz l'ammo yittein, Adonai y'vereich et ammo va-shalom.

הָרְחָמָן הוּא יִמְלֹךְ עַלְנוּ לְעוֹלָם וְעַד:

הָרְחָמָן הוּא יִתְבָּרֵךְ בְּשָׁמִים וּבָאָרֶץ:

הָרְחָמָן הוּא יִשְׂתַּבֵּחַ לְדוֹר דּוֹרִים. וַיַּתְפָּאֵר בָּנוּ לְנֶצֶח נֶצֶחִים. וַיַּתְהִיר בָּנוּ לְעֵד וּלְעוֹלָמִי עֲולָמִים:

הָרְחָמָן הוּא יִפְרְנַסְנוּ בְּכֻבוֹד:

הָרְחָמָן הוּא יִשְׁבַּר עַלְנוּ מַעַל צְוָארָנוּ וּוּהָ יַוְלִיכְנוּ קְוֹמִים לְאַרְצָנוּ:

הָרְחָמָן הוּא יִשְׁלַח בָּרָכה מְרַבָּה בְּבֵית הָזֶה וְעַל שְׁלֹחָן זוּה שָׁאַלְנוּ עַלְיוֹן:

הָרְחָמָן הוּא יִשְׁלַח לָנוּ אֶת אֱלֹהֵינוּ הַגָּבִיא זָכוֹר לְטוֹב וַיִּבְשֶׁר לָנוּ בְּשָׂוֹרֹת טֻובות יְשֻׁועָת וְנֶחֶמוֹת:

הָרְחָמָן הוּא יִבְרֹךְ ... אֶת-כָּל-הַמִּסְבֵּין פָּאן. אָוֹתָנוּ וְאֵת כָּל-אֲשֶׁר לָנוּ. כְּמוֹ שְׁנַתְבָּרְכוּ אִמּוֹתֵינוּ שְׁרָה וּרְבָּקָה לְאָהָרָן הַיְתִיב טָבָת טֻוב וְאֶבְוֹתֵינוּ אֶבְרָהָם יִצְחָק וּיעַקְבָּר בְּכָל מַפְלָגָת כָּל. בָּן יִבְרֹךְ אָוֹתָנוּ כָּל נָנוּ יְחִיד בְּבָרָכה שְׁלָמָה. וְנָאֵמֶר אָמֵן:

בְּמִרְוּם יַלְמֹדו עַלְהָם וּעַלְנוּ זָכוֹת שְׁתַהְא לְמִשְׁמָרָת שְׁלוּם. וְנִשְׁאָר בְּרָכה מֵאת יָיִ. וְצִדְקָה מַאֲלָה יִשְׁעָנוּ. וּנְמִצְאָתָן וּשְׁכָל טֻוב בְּעַנִּי אֶלְהִים וְאֶתְם:

הָרְחָמָן הוּא יַנְחִילֵנוּ יוֹם שְׁכָלָו שְׁבָת וּמִנְוחָה לְחַיִי הָעוֹלָמִים:

הָרְחָמָן הוּא יִתְהִישֵּׁל עַלְנוּ אֶת הַחֲדֵשׁ הָזֶה לְטוֹבָה וְלְבָרָכה:

הָרְחָמָן. הוּא יַנְחִילֵנוּ יוֹם שְׁכָלָו טֻוב:

הָרְחָמָן. הוּא יִבְרֹךְ אֶת מִדְינַת יִשְׂرָאֵל וְאֶת-כָּל-יוֹשְׁבֵיהָ:

הָרְחָמָן הוּא יִבְרֹךְ אֶת-חִילִי צָבָא הַגָּנָה לִיְשָׂרָאֵל וּגְזִין עַלְיָהָם:

הָרְחָמָן הוּא יִתְנַזֵּן אֶחָדו בֵּין בָּנֵי שְׁרָה וּבֵין בָּנֵי הָגָר:

הָרְחָמָן. הוּא יִבְרֹךְ אֶת-כָּל-בְּנֵי-אָדָם הַנְּתוּנִים בְּאֶרֶץ רַיוֹצִים מַאֲפֵלָה לְאוֹרָה:

הָרְחָמָן...

הָרְחָמָן. הוּא יַזְכֵּן לִימּוֹת הַמִּשְׁיחָה וְלִחְיִי הָעוֹלָם הַבָּא:

מַגְדִּיל (מַגְדָּל) יִשְׁעוֹת מַלְכֵנוּ. וּשְׁעָה חִסְדֵד לְמִשְׁיחָה לְדוֹד וּלְזָרוּעָו עַד עַזְלָם:

עַשְׂה שְׁלֹום בְּמַרְוּמוֹיָה. הוּא יַעֲשֶׂה שְׁלֹום. עַלְנוּ וְעַל כָּל-יִשְׂרָאֵל וְעַל כָּל-הָעוֹלָם. וְאָמַרְנוּ אָמֵן:

אָכְלָנוּ וּשְׁבָנָנוּ. אֶל-נָא נַחֲלָל מִצְרָיִם-רְעָנוּ וְאֶל-תָּאָטֵמָה אָזְנֵינוּ מַאֲזַעַתְמָה לְמוֹזֹן: פְּקַח אֶת-עַיְנֵינוּ וּפֶתַח אֶת-לְבָנֵנוּ וְאֶת-יְדֵינוּ וְאֶת-בָּנֵי-רְעָנוּ מִבְּתָנוֹתֵיךְ לְמַעַן חִסּוּל-הָרָעָב וְהַמִּחְסּוּר מִעַלְמָנוּ:

ירְאֵו אֶת יְהוָה קָדוֹשָׁיו כִּי אֵין מַחְסּוּר לִירְאֵיו: כְּפִירִים רְשָׁוּ וּרְעָבוּ וְדָוְרִשִּׁי וְיהָה לֹא יַחֲסִר כָּל-טֻוב:

הָדוֹר לִיהוָה כִּי טֻוב כִּי לְעוֹלָם חֲסִדָּו: פּוֹתֵח אֶת-זִיקָד וּמְשִׁבֵּעַ לְכָל-חוֹרְצָוֹן:

בְּרוּךְ הָגָבָר אֲשֶׁר יִבְטַח בְּיהוָה וְהִיא יְהוָה מִבְּטָחוֹן: נָעַר הַיְתִיב גַּם זָקַנְתִּי וְלֹא רָצִיתִי צְדִיקָה מִבְּקָשׁ לְחַם:

יְהוָה עַז לְעַמּוֹ יִתְנַזֵּן יְהוָה יִבְרֹךְ אֶת עַמּוֹ בְּשָׁלוֹם: