

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

בחול קודם ברכת המזון

על נהרות בבל שם ישבנו גם בכינו, בזכרנו את ציון: על ערבים בתוכה, תלינו פנרותינו: כי שם שאנו שובינו דברי שיר ותוללנו שמחה, שירו לנו משיר ציון: איך נשיר את שיר יהוה, על אדמת נכר: אם אשכח ירושלים, תשפח מיני: תדבק לשוני לחכי אם לא אזכרכי, אם לא אעלה את ירושלים על ראש שמחתי: זכר יהוה לבני אדם את יום ירושלים, האמרים ערו ערו עד היסוד בה: בת בבל השדודה, אשרי שישלם לך את גמולך שגמלת לנו: אשרי שיאחו ונפץ את עלליך אל הסלע:

On a weekday, before Grace After Meals

By the rivers of Babylon, there we sat down, we also wept, when we remembered Zion. We hung our lyres on the willows in its midst. For there those who carried us away captive required of us a song; and those who tormented us required of us mirth, saying, Sing us one of the songs of Zion. How shall we sing the Lord's song in a foreign land? If I forget you, O Jerusalem, let my right hand forget her cunning. If I do not remember you, let my tongue cleave to the roof of my mouth; if I do not set Jerusalem above my highest joy. Remember, O Lord, against the Edomites, the day of Jerusalem; who said, Raze it, raze it, to its foundation. O daughter of Babylon, you are to be destroyed! Happy shall he be, who repays you for what you have done to us! Happy shall he be, who takes your little ones and dashes them against the rock!

בשבת וי"ט

שיר המעלות. בשוב יהוה את שיבת ציון היינו פחלמים: אז ימלא שחוק פינו ולשוננו רנה. אז יאמרו בגוים הגדיל יהוה לעשות עם אלה: הגדיל יהוה לעשות עמנו. היינו שמחים: שובה יהוה את שביתנו כאפיקים בנגב: הזרעים בדמעה ברנה יקצרו: הלוד ילך ויבכה נשא משך הזרע. בא נבא ברנה. נשא אלמתי:

On the Sabbath and holidays

A song of ascent: When God restored the exiles, we were like dreamers. Then our mouth filled with laughter and our tongues with joyous song. Then it was said among the nations: "God has done great thing for them." God has done great things for us. And so we rejoiced. Return our exiles, God, as You return streams to the Negev. Those who sow in tears will reap in joyous song. Though one weeps will planting the measure of seed, one will return home with joyful song, bearing sheaves of grain.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם. הן את העולם כלו. בטובו בחן בחסד וברחמים. הוא נותן לחם לכל בשר. כי לעולם חסדו: ובטובו הגדול תמיד לא חסר לנו ואל יחסר לנו מזון לעולם ועד. בעבור שמו הגדול. כי הוא אל זן ומפרינס לכל ומטיב לכל ומכין מזון לכל בריותיו אשר ברא: ברוך אתה יהוה. הן את הכל:

We praise You, God, Ruler of the universe, Who sustains the entire world with goodness, kindness and mercy. God gives food to all creatures, for God's love is everlasting. Through God's abundant goodness we have never

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

been in want; may we never be in want of sustenance for the sake of God's great Name. God sustains all, does good to all, and provides food for all of the creatures whom God has created. We praise You, God, Who provides food for all.

נוֹדָה לְךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ. עַל שֶׁהִנְחַלְתָּ לְאַבוֹתֵינוּ אֶרֶץ חֲמֻדָּה טוֹבָה וְרַחֲבָה. וְעַל שֶׁהוֹצֵאתָנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם. וּפְדִיתָנוּ מִבֵּית עַבְדִּים. וְעַל בְּרִיתְךָ שֶׁחֲתַמְתָּ בְּבִשְׂרָנוּ. וְעַל תּוֹרַתְךָ שֶׁלִּנְמַדְתָּנוּ. וְעַל חֻקֶּיךָ שֶׁהוֹדַעְתָּנוּ. וְעַל חַיִּים חַן וְחֶסֶד שֶׁחֻנַּנְתָּנוּ. וְעַל אֲכִילַת מְזֻזָּן שֶׁאַתָּה זָן וּמְפַרְנֵס אוֹתָנוּ תָּמִיד. בְּכֹל יוֹם וּבְכֹל יְעַת וּבְכֹל שָׁעָה:

We thank You for having given a lovely, good and spacious land to our fathers; for having liberated us from the land of Egypt and freed us from the house of bondage; for Your covenant which You have sealed in our flesh, for the Torah which You have taught us; for the laws which You have made known to us; for the life, grace and loving kindness which You have bestowed upon us, and for the sustenance with which You nourish and maintain us continually, in every day, every season, and every hour.

בחנוכה ובפורים אומרים זה

וְעַל הַנְּסִים וְעַל הַפְּרָקוֹן וְעַל הַגְּבוּרוֹת וְעַל הַתְּשׁוּעוֹת וְעַל הַמְּלַחְמוֹת. שֶׁעָשִׂיתָ לְאַבוֹתֵינוּ בַּיָּמִים הָהֵם בְּזֶמַן הַזֶּה:

חנוכה בַּיָּמִים מִתְתַּיְהוּ בְּן יוֹחָנָן כֹּהֵן גָּדוֹל חֲשֵׁמוֹנָאִי וּבְנָיו. כִּשְׁעָמְדָה מַלְכוּת יַנּוּ הַרְשָׁעָה עַל עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל. לְהַשְׁכִּיחֵם תּוֹרַתְךָ וּלְהַעֲבִירֵם מִחֻקֵּי רְצוֹנְךָ. וְאַתָּה בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים. עָמַדְתָּ לָהֶם בְּעַת צָרָתָם. רַבַּת אֶת רִיבָם. דִּנְתָּ אֶת דַּיָּנָם. נִקְמַתְךָ אֶת נִקְמַתָם. מִסַּרְתָּ גְבוּרִים בְּיַד חַלְשִׁים. וְרַבִּים בְּיַד מְעַטִּים. וּטְמָאִים בְּיַד טְהוֹרִים. וְרָשָׁעִים בְּיַד צַדִּיקִים. וְזָדִים בְּיַד עוֹסְקֵי תּוֹרַתְךָ. וְלָךְ עָשִׂיתָ שֵׁם גָּדוֹל וְקָדוֹשׁ בְּעוֹלָמְךָ. וְלַעֲמַנְךָ יִשְׂרָאֵל עָשִׂיתָ תְּשׁוּעָה גְדוֹלָה וּפְרָקוֹן כִּהְיוּם הַזֶּה. וְאַחַר כֵּן בָּאוּ בְּנֶיךָ לְדַבֵּר בֵּיתְךָ. וּפְנּוּ אֶת הַיִּכְלֶיךָ. וְטִהְרוּ אֶת מִקְדָּשְׁךָ. וְהִדְלִיקוּ נְרוֹת בְּחִצְרוֹת קִדְשֶׁךָ. וְקִבְּעוּ שְׁמוֹנֶת יָמֵי חֲנֻכָּה אֵלֶיךָ. לְהוֹדוֹת וּלְהַלְלֵךְ לְשִׁמְךָ הַגָּדוֹל:

פורים בַּיָּמִים מְרַדְכֵי וְאַסְתֵּר בְּשׁוֹשַׁן הַבִּיכָה. כִּשְׁעָמַד עֲלֵיהֶם הֶמֶן הַרְשָׁע. בִּקֵּשׁ לְהַשְׁמִיד לְהַרוֹג וּלְאַבֵּד אֶת כָּל הַיְּהוּדִים. מִנְעַר וְעַד זָקוֹן. טַף וְנָשִׁים. בַּיּוֹם אֶחָד. בְּשִׁלְשָׁה עָשָׂר לַחֹדֶשׁ שְׁנַיִם עָשָׂר הוּא חֹדֶשׁ אֲדָר וּשְׁלָלָם לְבוֹז. וְאַתָּה בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים הִפְרַתְךָ אֶת עֲצָתוֹ. וְקַלְקַלְתָּ אֶת מַחְשְׁבֹתָיו. וְהִשְׁבֹּתָ לוֹ גְּמוּלוֹ בְּרָאשׁוֹ. וְתָלוּ אוֹתוֹ וְאֶת בְּנָיו עַל הָעֵץ:

On Hanukkah and Purim

We thank You for the miracles, the deliverance, the mighty acts, and the triumphant victories which You provided for our fathers in ancient days at this time of year.

On Hanukkah: In the days of Matityahu ben Yohanan, the Hasmonean high priest and his sons, when the wicked Hellenist forces arose to force Israel to forget the Torah and transgress the laws of Your will, You, God, in Your great mercy, stood by Your people in time of trouble and defended them, brought judgment, dealt retribution, and delivered the mighty into the hands of the weak, the many into the hands of the few, the impure into

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

the hands of the pure, the wicked into the hands of the righteous, and the arrogant into the hands of the followers of Your Torah. You made Your name great and holy in Your world and for Your people Israel You granted great deliverance to this very day. And afterward, Your children came to Your Temple, cleaned and purified Your sanctuary, and kindled lights in Your holy courts, setting aside these eight days of dedication for thanks and praise to Your great name.

On Purim: In the days of Mordechai and Esther, in Shushan, the Persian capital, the wicked Haman arose to slay, plunder and annihilate the Jews, young and old, on the thirteenth of Adar, the twelfth month of the year, but You, in Your great mercy, frustrated his plan and foiled his plot, causing him to experience the evil he had planned for others; Haman and his sons were hung on their own gallows.

ועל הכל יהנה אלהינו אנחנו מודים לך ומברכים אותך. יתברך שמך בפי כל חי תמיד
לעולם ועד: כפתוב. ואכלת ושבעת וברכת את יהוה אלהיך על הארץ הטבה אשר נתן
לך: ברוך אתה יהוה. על הארץ ועל המזון:

For all of this, God, we thank You and praise You. May Your name be praised by every living being forever, as it is written in the Torah: “When you have eaten and are satisfied, praise God for good land which God has given you.” We praise You, God, for the land and its nourishment.

רחם נא יהוה אלהינו על ישראל עמך. ועל ירושלים עירך. ועל ציון משכן
כבודך. ועל מלכות בית דוד משיחך. ועל הבית הגדול והקדוש שנקרא שמך
עליו: אלהינו. אבינו. רענו זוננו פרנסנו וכלכלנו והרויחנו. והרוח לנו יהוה
אלהינו מהרה מכל צרותינו. ונא אל תצריכנו יהוה אלהינו לא לידי מתנת
בשר ודם ולא לידי הלואתם. כי אם לידך המלאה. הפתוחה. הקדושה
והרחבה. שלא נבוש ולא נכלם לעולם ועד:

Have mercy, God, on Israel Your people, and on Jerusalem, Your city, and on Zion the abode of your glory, and on the royal house of David your anointed, and the great and holy House that is called by Your Name. Our God, our Father, ten and nourish us, sustain and maintain us, and grant us relief, our God, from all our troubles. God, do not allow us to become dependent on gifts or loans from flesh and blood, but rather on Your full, open and generous hand, so that we will never be humiliated or put to shame.

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

לשבת רצה והחליצנו יהנה אלהינו במצותיך ובמצות יום השביעי השבת הגדול והקדוש הזה כי יום זה גדול וקדוש הוא לפניך לשבות בו ולנוח בו באהבה כמצות רצונך וברצונך הניח לנו יהנה אלהינו שלא תהא צרה ודאגה ונגון ואנחה ביום מנוחתנו והראנו יהנה אלהינו בנחמת ציון עירך ובבנין ירושלים עיר קדשך כי אתה הוא בעל הישועות ובעל הנחמות:

On Shabbat: May it be God's will to strengthen us in Your commandments, and in the commandment of the seventh day, this great and holy Sabbath, for today is a great and holy day before You—a day on which to rest and repose in love, according to your command. May it be Your will, God, to grant us relief from all care, sorrow, and grief on our day of rest and may You enable us to see Your city Zion comforted and Jerusalem, Your holy city rebuilt, for You are the provider of salvation and comfort.

לראש חדש, ויום טוב אלהינו ואלהי אבותינו יעלה ויבא ויגיע ויראה וירצה וישמע ויפקד ויזכר זכרונו ופקדונו וזכרון אבותינו וזכרון משיח בן דוד עבדך וזכרון ירושלים עיר קדשך וזכרון כל עמך בית ישראל לפניך לפניך לטובה לחן ולחסד ולרחמים לחיים (טובים) ולשלום ביום ה' ראש החדש הזה פסח חג המצות הזה שבועות חג השבעות הזה סוכות חג הסוכות הזה שמ"ע לש"ת שמיני חג העצרת הזה ה' ביום הזכרון הזה. זכרנו יהנה אלהינו בו לטובה ופקדנו בו לברכה והושיענו בו לחיים טובים. ובדבר ישועה ורחמים חוס וחסנו ורחם עלינו והושיענו כי אליך עינינו כי אל חנוך ורחום אתה:

On Rosh Chodesh and Festivals: Our God and the God of our forefathers, may there be rise, come, reach, be noted, be favored, be heard, be considered, and be remembered – the remembrance and consideration of ourselves; the remembrance of our forefathers; the remembrance of Messiah, son of David, Your servant; the remembrance of Jerusalem, the City of Your Holiness, the remembrance of Your entire people the Family of Israel—before You, for deliverance, for goodness, for grace, for kindness, and for compassion, for (good) life, and for peace on this day of **On Rosh Hodesh** Rosh Hodesh **On Passover** the Festival of Matzot **On Shavuot** the Shavuot **On Sukkot** the Sukkot Festival **On Shemini Atzeret/Simchat Torah** the Shemini Atzeret Festival **On Rosh Hashana** Remembrance. Remember us on it, Our God, for goodness; consider us on it for blessing, and help us on it for good life. In the matter of salvation and compassion, pity, be gracious and compassionate with us and help us, for our eyes are turned on You, because You are God, the gracious and compassionate King.

ובנה ירושלים עיר הקדש במהרה בימינו. ברוך אתה יהנה בונה ברחמי ירושלים: אמן:

May You rebuild Jerusalem, the holy city, soon and in our days. We praise You, God, Who in mercy rebuilds Jerusalem. Amen.

ברוך אתה יהנה אלהינו מלך העולם. האל. אבינו. מלכנו. אדירנו. בוראנו. גואלנו. יוצרנו. קדושנו קדוש יעקב. רוענו רועה ישראל. המלך הטוב והמטיב לכל. שבכל יום יום הוא המטיב הוא מטיב הוא ייטיב לנו. הוא גמלנו הוא גומלנו הוא יגמלנו לעד לחן

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

וּלְחַסְדֵּךָ וּלְרַחֲמֶיךָ וּלְרוּחֵךָ. הַצֵּלָה וְהַצְלָחָה. בְּרַכָּה וַיְשׁוּעָה. נְחֻמָּה. פְּרִיָּסָה וְכִלְכֵּלָה. וּרְחֻמִּים
וְחַיִּים וְשְׁלוֹם וְכָל טוֹב. וּמִכָּל טוֹב לְעוֹלָם אֵל יַחְסְרֵנוּ:

We praise You, God, Ruler of the universe who is our God, our Father, our Ruler, our Mighty One, our Creator, Our Redeemer, our Maker, our Holy One, the Holy one of Jacob, our Shepherd, the Shepherd of Israel, the good Ruler who does good to all. May You continue to provide us with grace, kindness, and compassion, providing us with deliverance, prosperity and ease, life and peace, and all goodness. May we never go in want of goodness.

הַרְחֵמֵנוּ הוּא יְמַלֵּךְ עָלֵינוּ לְעוֹלָם וָעֶד: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יְתַבְרַךְ בְּשֵׁמִים וּבְאֲרָץ: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יִשְׁתַּבַּח לְדוֹר דּוֹרִים. וַיִּתְפָּאֵר בְּנוֹ לְעֵד וּלְנֶצַח נְצָחִים. וַיִּתְהַדָּר בְּנוֹ לְעֵד וּלְעוֹלָמֵי עוֹלָמִים: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יִפְרִיֵנוּ בְּכַבּוֹד: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יִשְׁבֵּר עוֹלָנוּ מֵעַל צָוָאֲרָנוּ וְהוּא יוֹלִיכֵנוּ קוֹמְמִיּוֹת לְאַרְצֵנוּ: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יִשְׁלַח לָנוּ בְּרַכָּה מְרֻבָּה בְּבֵית הַזֶּה וְעַל שְׁלַחַן זֶה שְׂאֲכָלְנוּ עָלָיו: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יִשְׁלַח לָנוּ אֶת אֱלֹהֵינוּ הַנְּבִיא זְכוֹר לְטוֹב וַיְבַשֵּׁר לָנוּ בְּשׁוּרוֹת טוֹבוֹת יְשׁוּעוֹת וְנְחֻמוֹת: הַרְחֵמֵנוּ הוּא יְבָרֵךְ אֶת (אָבִי מוֹרִי) בְּעַל הַבַּיִת הַזֶּה וְאֶת (אִמִּי מוֹרְתִי) בְּעַלַת הַבַּיִת הַזֶּה. אוֹתָם וְאֶת בֵּיתָם וְאֶת זְרַעָם וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לָהֶם. **וְאִם סִמוּךְ עַל שְׁלַחַן עֲצֻמוֹ יֵאמֶר:** אוֹתִי וְאִמִּי וְאֲשֶׁרִי וְזַרְעִי וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לִי, אוֹתָנוּ וְאֶת כָּל אֲשֶׁר לָנוּ. כְּמוֹ שֶׁנִּתְבָּרַכוּ אֲבוֹתֵינוּ אֲבָרְהָם יִצְחָק וַיַּעֲקֹב בְּכָל מָכַל. כֵּן יְבָרֵךְ בְּלָנוּ יַחַד בְּבְרָכָה שְׁלֵמָה. וְנֵאמַר אָמֵן:

May the Merciful One reign over us forever and ever. May the Merciful One be extolled in heaven and on earth. May the Merciful One be praised in every generation and be glorified through us to all eternity, and be honored among us forever. May the Merciful One give us an honorable livelihood. May the Merciful One break the yoke of our exile off of our necks and lead us in dignity to our land. May the Merciful One send abundant blessing to this house and to the table at which we have eaten. May the Merciful One send us Eliyahu the prophet, of blessed memory, who will bring us good tidings of deliverance and comfort.

At your home: May the Merciful One bless me (my husband/my wife/my child(ren)) and all of my household.

At another's home: May the Merciful One bless (my father and teacher) the head of the household, and (my mother and teacher) the head of the household, their child and all of their household.

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

Ours and all that is ours—just as our forefathers, Abraham, Isaac, and Jacob were blessed in everything, from everything, with everything. So may he bless us all together with a perfect blessing. And let us say: Amen!

בְּמֵרוֹם יִלְמְדוּ עֲלֵיהֶם וְעַלֵּינוּ זְכוֹת שְׂתֵּהָא לְמִשְׁמַרְתָּ שְׁלוֹם. וְנִשְׂא בְּרַכָּה מֵאֵת יְהוָה.
וְצִדְקָה מֵאֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל. וְנִמְצָא חַן וְשִׂכָּל טוֹב בְּעֵינֵי אֱלֹהִים וְאָדָם:

May our merit and the merit of our ancestors secure lasting peace for all of us. May we receive a blessing from God, and justice from the God of our salvation. May we find grace and favor in the sight of God and humans.

לשבת הרחמן הוא ינחילנו ליום שכלו שבת ומנוחה לחיי העולמים:
לראש חודש הרחמן הוא יחדש עלינו את החדש הזה לטובה ולברכה:
ליום טוב הרחמן הוא ינחילנו יום שכלו טוב:
לראש השנה הרחמן הוא יחדש עלינו את השנה הזאת לטובה ולברכה:
לסוכות הרחמן הוא יקים לנו את סכת דוד הנופלת:
הרחמן הוא יזכנו לימות המשיח ולחיי העולם הבא:

On the Sabbath: May the Merciful One grant us a day that shall be entirely Shabbat and eternal rest.

On Rosh Hodesh: May the Merciful One renew this month for good and for blessing.

On Festivals: May the Merciful One grant us a day that is entirely good.

On Rosh Hashana: May the Merciful One grant us a day that is entirely good.

On Sukkot: May the Merciful One restore for us the fallen Sukkah of David.

May the Merciful One enable us to live in the Messianic Age and in the world to come.

(בחול מגדיל בשבת לראש חודש, ויום טוב אומר מגדול) ישועות מלכו ועשה חסד
למשיחו לדוד ולזרעו עד עולם: עשה שלום במרומו הוא יעשה שלום עלינו ועל כל
ישראל ואמרו אמן:

On the Sabbath: God is a tower of victory **On Weekdays:** Who grants great victories and shows kindness to the anointed one, David and his descendents forever. Creator of peace above, create peace for us and all the people Israel, and let us say, Amen.

ברכת המזון (אשכנז)
Birkat Hamazon Text
Grace After Meals (Ashkenaz)

יִרְאוּ אֶת יְהוָה קְדוֹשֵׁיוּ כִּי אֵין מַחְסוֹר לִירְאָיו: כְּפִירִים רָשׁוּ וְרַעְבוּ וְדוֹרְשֵׁי יְהוָה לֹא
יִחְסְרוּ כָּל טוֹב: הוֹדוּ לַיהוָה כִּי טוֹב כִּי לְעוֹלָם חֶסֶדוֹ: פּוֹתַח אֶת יָדָךְ וּמִשְׁבִּיעַ לְכָל חַי
רֶצוֹן: בְּרוּךְ הַגֹּבֵר אֲשֶׁר יִבְטַח בֵּיהוָה וְהָיָה יְהוָה מְבֹטָחוֹ: נֶעַר הָיִיתִי גַם זָקְנִיתִי וְלֹא
רָאִיתִי צָדִיק נֶעְזֵב וְזָרְעוֹ מִבְּקֶשׁ לֶחֶם: יְהוָה עֹז לְעַמּוֹ יְהוָה יְבָרֵךְ אֶת עַמּוֹ בְּשָׁלוֹם:

Revere God, you who are God's holy ones. For those who revere God suffer no want. Those who seek God will not lack anything that is good. Give thanks to God, for God is good; God's loving-kindness endures forever. Open Your hand and satisfy ever living thing with favor. Blessed are those who trust in God, and God will become their security. I was young, I have grown older and I have not seen the righteous forsaken, nor their children begging for bread. May God grant strength to God's people and bless God's people with peace.