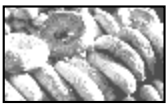


## ברכות קודם האכילה



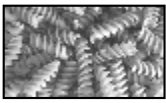
After washing hands (before eating bread):  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
אשר קדשנו במצותיו וצננו אשר kid'shanu b'mitzvotai v'zivanu  
על נטילת ידים. al n'tilat yadayim.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who has made us holy in His commandments, and commanded us in the washing of the hands.



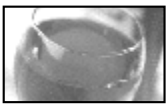
Before eating bread:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
המוציא לחם מן הארץ. hamotzi lechem min ha'aretz.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who brings out bread from the earth.



Before eating other grain products:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
בורא מיני מזונות. bore minei m'zonot.

Blessed are You, the LORD, our God, of the universe, who creates types of nourishment.



Before drinking wine or grape juice:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
בורא פרי הגפן. bore p'ri hagafen.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who creates the fruit of the vine.



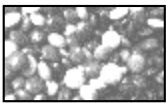
Before eating fruit or nuts from a tree:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
בורא פרי העץ. bore p'ri ha'etz.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who creates the fruit of the tree.



Before eating fruit or vegetables from the ground:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
בורא פרי האדמה. bore p'ri ha'adama.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who creates the fruit of the ground.



Before eating other foods:  
ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam  
שהכל נהיה בדברו. shehakol nihye bid'varo.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, that everything was created in His word.

## Birkat Hamazon

## Grace After Meals

## ברכת המזון

Birkat Hamazon is recited after a meal that included bread:

**On Shabbat and festivals (Psalm 126):** בשבת, ויום טוב, וביום שאין אומרים בו תחנון:

1

שיר המעלות. Shir hama'alot.  
בשוב יי את-שיבת ציון היינו כחלמים. b'shuv Adonai et shivat tzion hayinu k'chol'mim.  
אז ימלא שחוק פינו ולשונונו רנה. Az yimale s'chok pinu ul'shoneinu rina.  
אז יאמרו בגוים הגדיל יי לעשות עם אלה. Az yom'ru vagoyim higdil Adonai la'asot im ele.  
הגדיל יי לעשות עמנו היינו שמחים. Higdil Adonai la'asot imanu hayinu s'mechim.  
שובה יי את שביטנו כאפיקים בנגב. Shuva Adonai et sh'viteynu ka'afikim banegev.  
הזרעים בדםעה ברנה יקצרו. Hazor'im b'dim'a b'rina yiktzoru.  
הלוך ילך ונכה נשא משך הזרע. Haloch yelech uvacho nose meshech hazara.  
בא יבא ברנה נשא אלקמתי: Bo yavo v'rina nose alumotav.

תהלת יי ינבר פי T'hilat Adonai y'daber pi  
ויברך כל בשר שם קדשו לעולם ועד. vivarech kol basar shem kodsho l'olam va'ed.  
ואנחנו נברך זה מעתה ועד עולם הללויה. Va'anachnu n'varech yah me'ata v'ad olam hal'luyah  
הודו ליי כי לעולם חסדו. Hodu l'adonai ki tov, ki l'olam chasdo.  
מי ממלל גבורות יי ישמיע כל תהלותו. Mi y'malel g'vurot Adonai yashmia kol t'hilato.

A song of ascents. When the LORD will restore the exiles to Zion it will be as if a dream. Our mouths will be filled with laughter and our tongues with song. Then they will say among the nations: "The LORD has done great things for them!" The LORD will do great things for us, and we shall rejoice. Bring us from our captivity, o LORD, as the streams return to the Negev; those who sow in tears shall reap in joy. Though he goes along weeping, carrying sacks of seeds, he shall come back with songs of joy, carrying his sheaves.

Now let my mouth declare praise for the LORD, and let all creatures bless His holy name for all time. We will bless the LORD from now on and forever more: Praise God! Give thanks to the LORD for He is good, whose kindness is everlasting! Who can describe the mighty deeds of the LORD, or utter all His praise?

**An invitation is made if 3 men or 3 women over bar/bat mitzvah ate together:**

2

The Leader Invites: Chaverai n'varech!  
Others respond: Chaverai n'varech!  
יהי שם יי מברך מעתה ועד עולם. Y'hi shem Adonai m'vorach me'ata v'ad olam.  
Leader repeats and says: The word in brackets is said in the presence of 10 men  
ברשות חברי נברך [אלהינו] שאכלנו משלו. Bir'shut chaverai n'varech [Eloheinu] she'achal'nu mishelo.  
Others respond: ברך [אלהינו] שאכלנו משלו ובטובו חיינו. Baruch [Eloheinu] she'achal'nu mishelo uv'tuvo chayinu.  
Leader repeats and says: ברך הוא וברוך שמו. Baruch hu uvaruch sh'mo.

Friends, let us bless! Blessed be the name of the LORD now and forever! With my friends' permission, let us bless (our God) whose food we have eaten. Blessed is (our God) whose food we have eaten and through whose goodness we live. Blessed is He and blessed is His name!

ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם. Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam,  
הזן את העולם כלו. hazan et ha'olam kulo,  
בטובו ברוך בחדש וברחמים. b'tuvo b'chen b'chesed uv'rachamim,  
הוא נתן לחם לכל בשר. כי לעולם חסדו: hu noten lechem l'chol basar, ki l'olam chasdo.  
ובטובו הגדול תמיד לא חסר לנו Uv'tuvo hagadol, tamid lo chasar lanu  
ואל יחסר לנו מזון לעולם ועד. v'al yechar lanu mazon l'olam va'ed,  
בעבור שמו הגדול. ba'avur sh'mo hagadol.

כי הוא אל זן ומפרנס לכל ומטיב לכל Ki hu' el zan um'farnes lakol umetiv lakol  
ומכין מזון לכל בריותיו אשר ברא: umechin mazon l'chol b'riotav asher bara.  
ברוך אתה יי. הזן את הכל: Baruch ata Adonai, hazan et hakol.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who nourishes the entire world with His goodness, with grace, kindness and mercy. He gives food to all creatures, for everlasting is His kindness. Through His abundant goodness we have never lacked - and may we never lack - sustenance forever, for the sake of His great name, because He is God who nourishes and supports all, does good to all, and prepares food for all His creatures whom He has created. Blessed are You, the LORD, our God, who nourishes all.

3

נודה לך יי אלהינו Node l'cha Adonai eloheinu.  
על שהיחלת לאבותינו ארץ חמדה טובה ורחבה. al shehinchalta la'avoteinu gretz chemda tova ur'chava.  
ועל שהוצאתנו יי אלהינו מארץ מצרים. v'al shehotz'lanu Adonai Eloheinu me'gretz mitzrayim,  
ופדיתנו מבית עבדים. uf'ditanu mibeit avadim.  
ועל ברייתך שחתמת בבשרנו. v'al b'rit'cha shechatamta biv'sareinu,  
ועל תורתך שלמדתינו. v'al torat'cha shelimad'tanu,  
ועל חקיך שהודעתנו. v'al chukecha shehodatanu,  
ועל חיים חן וחסד שחוננתנו. v'al chayim chen vachessed shechonantanu,  
ועל אכילת מזון שאתה זן ועל וימפרנס אותנו תמיד v'al achilat mazon sha'ata zan um'farnes otanu tamid  
בכל יום ובכל עת ובכל שעה: b'chol yom uv'chol et uv'chol sha'a.

We thank You, o LORD, our God, because You granted our fathers a lovely, good and spacious land; and for having taken us out, o LORD our God, from the land of Egypt and delivered us from the house of slavery; and for Your covenant which You have sealed in our flesh, and for Your Torah which you have taught us; and for the laws which You have made known to us; and for the life, grace and kindness with which You have blessed us, and for the provision of food with which You nourish and support us continually, every day, in all seasons, and in each hour.

**During Chanukah add:** בתוכה נוסף:

5

(ו)על הנסים, ועל הפרקו, ועל הגבורות, ועל התשועות, ועל המלחמות, שעשית לאבותינו בזמנים ההם בזמן הזה. בימי מתתיהו בן יוחנן כהן גדול חשמונאי ובניו, כשעמדה מלכות נון הרשעה על עמך ישראל להשפיקים תורתך ולהעבירים מחקי רצונך. ואתה ברחמך הרבים עמדת להם בעת צרתם, רבת את ריבם, דנת את דינם, נקמת את נקמתם. מסרת גבורים ביד חלשים, ורבים ביד מעטים, וטמאים ביד טהורים, ורשעים ביד צדיקים (וזים ביד עוסקי תורתך. ולך עוסקי שם גדול וקדוש בעולמך, ולעמך ישראל עשית תשועה גדולה ופרקו כהיום הזה, ואחר כן באו בניך לדביר ביתך, ופנו את היקלך, וטהרו את מקדשך, והדליקו נרות בחצרות קדשך, וקבעו שמינת נמי חנוכה אלו, להודות ולהלל לשמך הגדול.

For the miracles, and for the salvation, and for the mighty deeds, and for the victories, and for the battles which You performed for our forefathers in those days, at this time: In the days of Matityahu, son of Yochanan, the High Priest, the Hasmonean, and his sons— when the wicked Greek kingdom rose up against Your people Israel to make them forget Your Torah and compel them to stray from the laws of Your will— You in Your great mercy stood up for them in the time of their distress. You fought their disputes, judged their claims and avenged their wrong. You delivered the strong into the hands of the weak, the many to the few, the impure to the pure, the wicked to the righteous, and the reckless into the hands of those who engage in Your Torah. For Yourself You made a great and holy name in Your world, and for Your people Israel You made a great salvation and victory as this very day. Thereafter Your children came to Your Temple, cleansed Your hall, purified the place of Your holiness and lit candles in the courtyards of Your sanctuary; and they established the eight days of Chanukah to thank and praise Your great name.

**On Purim add:** בפורים נוסף:

(ו)על הנסים, ועל הפרקו, ועל הגבורות, ועל התשועות, ועל המלחמות, שעשית לאבותינו בזמנים ההם בזמן הזה. בימי מרדכי ואסתר בשושן הביירה, כשעמד עליהם המן הרשע, בקש להשמיד להרג ולאבד את כל היהודים מנער ועד זקן, טף ונשים ביום אחד בשלשה עשר לחדש עשר שנים עשר – הוא חדש אדר – ושללם לבו. ואתה ברחמך הרבים הפרת את עצתו, וקלקלת את מחשבתו. והשבות לו גמולו בראשו, ותלו אותו ואת בניו על העץ.

For the miracles, and for the salvation, and for the mighty deeds, and for the victories, and for the battles which You performed for our forefathers in those days, at this time: In the days of Mordechai and Esther, in Shushan, the capital, when Haman the wicked rose up against them and sought to destroy, to kill and to exterminate all the Jews, young and old, infants and women, on one day, on the thirteenth day of the twelfth month – the month of Adar – and to plunder their possessions. But You in Your abundant mercy ended his counsel and spoiled his intentions and caused his plan to turn on its head; and they hanged him and his sons on the gallows.

6

ועל הכל יי אלהינו V'al hakol Adonai Eloheinu  
אנחנו מודים לך ומברכים אותך. anachnu modim lach, um'var'chim otach.  
יתברך שמך בפי כל חי תמיד לעולם ועד: Yitbarach shimcha b'fi kol chai tamid l'olam va'ed,  
כפיתבו. ואכלת ושבעת kakatuv: v'achalta v'savata,  
וברכת את יי אלהיך uverachta et Adonai Elohecha  
על הארץ הטובה אשר נתן לך: al ha'aretz hatova asher natan lach.  
ברוך אתה יי. על הארץ ועל המזון: Baruch ata Adonai, al ha'aretz v'al hamazon.

For all this we thank You and bless You. May Your name be praised by every living being forever, as it is written: "You shall eat, and You shall be satisfied and You shall bless the LORD Your God for the good land which He has given You." Blessed are You, the LORD, for the land and for the nourishment.

רחם (נא) יי אלהינו על ישראל עמך. Rachem (na) Adonai Eloheinu al Yisra'el amecha.  
ועל ירושלים עירך. v'al Y'rushalayim irecha,  
ועל ציון משכן כבודך. v'al tzion mishkan k'vod'cha,  
ועל מלכות בית דוד משיחך. v'al malchut beit David m'shichecha,  
ועל הבית הגדול והקדוש ועל הנקרא שמך עליו: v'al habayit hagadol v'hakadosh shenikra shimcha alav.  
אלהינו. אבינו. רענו זוננו Eloheinu, avinu, r'enu zugenenu,  
פרנסנו וכלכלנו והרויחנו. parn'senu v'chalk'lenu v'harvichenu,  
והרנח לנו יי אלהינו v'harvach lanu Adonai Eloheinu  
מהרה מכל צרותינו. m'hera mikol tzaroteinu.  
ונא אל תצריכנו יי אלהינו V'na al tatzrichenu Adonai Eloheinu  
לא לידי מתנת בשר נדם ולא לידי הלואתם. lo lidei mat'nat basar vadam v'lo lidei halva'atam,  
כי אם לידך המלאה. הפתוחה. ki im l'yad'cha ham'le'a, hap'tucha,  
הקדושה והרחבה. hak'dosha v'har'chava,  
שלא נבוש ולא נכלם לעולם ועד: shelo nevosha v'lo nikalem l'olam va'ed.

Have mercy, o LORD, our God, on Israel, Your people and upon Jerusalem, Your city. And upon Zion, the abode of Your glory; and upon the house of David, Your anointed one; and upon the great and holy Temple that bears Your name. Our God, our Father, tend and nourish us, support, maintain us and relieve us; and grant us relief - o LORD, our God - speedily, from all our troubles. Please make us not dependent - o LORD, our God - upon the gifts of others (*lit.* flesh and blood), or of their loans, but rather on Your hand that is full, open, holy and generous, so that we may not be humiliated nor put to shame forever.

**On Shabbat add:** ביום שבת נוסף:

רצה והחליצנו יי אלהינו R'tze v'hachalitzenu Adonai Eloheinu  
במצותך ובמצות יום השביעי b'mitzvot'cha uv'mitzvat yom hash'vi'i  
השבת הגדול והקדוש הזה. hashabat hagadol v'hakadosh haze.  
כי יום זה גדול וקדוש הוא לפניך. Ki yom ze gadol v'kadosh hu l'fanecha.  
לשבות בו ולנוח בו באהבה כמצות רצונך. lishbot bo v'lanuach bo b'ahava k'mitzvat r'tzonecha.  
וברצונך הניח לנו יי אלהינו Uvritzon'cha hanich lanu Adonai Eloheinu  
שלא תהא צרה ויגון ואנחה ביום מנוחתנו. shelo t'he tzara v'yagon v'anacha b'yom m'nuchatanu  
והראנו יי אלהינו בנחמת ציון עירך. V'har'enu Adonai Eloheinu b'nechamat tzion irecha  
ובבנין ירושלים עיר קדשך. uv'vinyan Y'rushalayim ir kodshecha.  
כי אתה הוא בעל הישועות ובעל הנחמות. Ki ata hu ba'al hay'shu'ot uva'al hanechamot.

May You will to strengthen us, o LORD our God, in Your commandments, and in the commandment of the seventh day, this great and holy Shabbat. For this day is great and holy before You, on which to rest and relax in love, according to the command of Your will. And in Your will grant us, o LORD our God, that there will not be sorrow, grief or lament on our day of rest, and show us, o LORD our God, the comforting of Zion Your city, and in the building of Jerusalem, Your holy city. For You are the master of salvation and comfort.

**On Rosh Chodesh and Festivals add:** בראש חודש, יום טוב וחול המועד נוסף:

אלהינו ואלהי אבותינו Eloheinu velohei avoteinu  
יעלה ויבא ויגיע ויראה ויראה וישמע ויפקד ויזכר ya'ale v'yavo v'yagia v'yera'e v'yeratzte v'yishama v'yipaked v'yizacher  
וזכרנו ופקדוננו וזכרון אבותינו. zichroneinu ufikdoneinu v'zichron avoteinu,  
וזכרון משיח בן דוד עבדך. v'zichron mashiach ben David avdecha,  
וזכרון ירושלים עיר קדשך. v'zichron Y'rushalayim ir kodshecha,  
וזכרון כל עמך בית ישראל v'zichron kol am'cha beit Yisra'el  
לפניך לפניטה לטובה. לחן ולחסד ולרחמים. l'fanecha lif'leita l'tova, l'chen ul'chesed ul'rachamim, l'chayim [tovim] ul'shalom,  
On Rosh Chodesh (new moon):  
ביום ראש החדש הזה. b'yom Rosh Hachodesh haze.  
On Pesach:  
ביום חג המצות הזה. b'yom Chag Hamatzot haze.  
On Shavuot:  
ביום חג השבעות הזה. b'yom Chag Hashavu'ot haze.  
On Rosh Hashanah (new year):  
ביום הזכרון הזה. b'yom Hazikaron haze.  
On Succot:  
ביום חג הסוכות הזה. b'yom Chag Hasukot haze.  
On Shmini Atzeret and Simchat Torah:  
ביום השמיני חג העצרת הזה. b'yom Hash'mini Chag Ha'atzeret haze.

זכרנו יי אלהינו בו לטובה. Zochrenu Adonai Eloheinu bo l'tova,  
ופקדנו בו לברכה. והושיענו בו לחיים. ufokdenu bo liv'racha, v'hoshi'enu bo l'chayim,  
ובדבר ישועה ורחמים. חוס וחסנו ורחם עלינו והושיענו כי אליך עינינו. v'bdvar y'shu'a v'rachamim, chus v'choneniu, v'rachem aleinu v'hoshi'enu, ki el'echa eineinu.  
כי אל (מלך) חנון ורחום אתה. ki el (melech) chanun v'rachum ata.

Our God and the God of our forefathers, may there rise, come, arrive, be seen and wanted, be heard, considered and remembered – our remembrance and consideration; the remembrance of our forefathers; the remembrance of the messiah, son of David, Your servant; the remembrance of Jerusalem, Your holy city; and the remembrance of the entirety of Your people, the House of Israel – before You for deliverance, for goodness, grace, kindness and compassion, for life and for peace on this day of (the new moon); the festival of Matzot; the festival of Shavuot; remembrance; the festival of Succot; the festival of Shemini Atzeret). Remember us on it, o LORD, our God, for goodness, and consider us on it for blessing, and help us on it for life. And in the matter of salvation and mercy, be gracious and compassionate with us and be merciful unto us and save us because our eyes look to you for You are God (King), gracious and merciful.

Fear the LORD, His holy ones, because there is no deprivation for those who fear Him. Young lions lack and are hungry, but they that seek the LORD lack nothing good. Give thanks to the LORD, for He is good; His mercy endures forever. He opens His hand and satisfies every living being with favour. Blessed is the one who trusts in the LORD, for the LORD will be their protection. I was a youth, and I have grown old, but I have not seen a righteous person abandoned, nor his children begging for bread.

May God give strength to His people; may God bless His people with peace.

**Brachot Acharonot Other Blessings After Foods ברכות אחרונות**

**ברכת מעין שלוש**

Birkat m'ein shalosh is recited after eating of:

- (a) Grain products (other than bread or matzah) of wheat, barley, rye, oats or spelt
- (b) Grape wine, or grape juice
- (c) Fruits: grapes, figs, pomegranates, olives or dates

ברוך אתה יי, אלהינו מלך העולם Baruch ata Adonai, Eloheinu Melech Ha'olam

After grain products:

על המחיה ועל הפלגה al hamichya v'al hakalkala

After wine:

על הגפן ועל פרי הגפן al hagefen v'al p'ri hagefen

After fruits:

על הפרי ועל פרי הפרי al ha'etz v'al p'ri ha'etz

ועל תנובת השדה v'al t'nuvat hasade

ועל ארץ חמדה טובה ורחבה שרצית והחלת לאבותינו לאכול מפריה ולשבע מטובה. la'avoteinu le'echol mipiryah v'lishboa mituvah.

רחם נא יי אלוהינו על ישראל עמך Rachem na Adonai Eloheinu al Yisra'el amecha,

ועל ירושלים עירך, ועל ציון משכן כבודך. v'al Y'rushalayim irecha, v'al Tzion mishkan K'vodecha,

ועל מזבחך ועל היכלך. v'al mizb'checha, v'al heichalecha.

ובנה ירושלים עיר הקדש במהרה בלימינו. Uv'ne Y'rushalayim ir hakodesh bim'hera b'yameinu,

והעלינו לתוכה ושמחנו בבנינה. v'ha'aleinu l'tochah, v'sam'chenu b'vinyanah,

ונאכל מפריה ונשבע מטובה. v'nochal mipiryah v'nisba mituvah

ויברךך עליה בקדשה וברכה. un'varech'chaaleyha bik'dusha uv'tahora.

On Shabbat add:

ורצה ותחליצנו ביום השבת הזה. Ur'tze v'hachalitzenu b'yom haShabat haze.

On Rosh Chodesh (new moon) add:

וזכרנו לטובה ביום ראש החודש הזה. V'zochrenu l'tova b'yom Rosh Hachodesh haze.

On Pesach add:

ושמחנו ביום חג המצות הזה. V'sam'chenu b'yom Chag Hamatzot haze.

On Shavuot add :

ושמחנו ביום חג השבעות הזה. V'sam'chenu b'yom Chag Hashavu'ot haze.

On Rosh Hashanah (new year) add:

וזכרנו לטובה ביום הזכרון הזה. V'zochrenu l'tova b'yom Hazikaron haze.

On Succot add:

ושמחנו ביום חג הסוכות הזה. V'sam'chenu b'yom Chag Hasukot haze.

On Shmini Atzeret and Simchat Torah add:

ושמחנו ביום השמיני חג העצרת הזה. V'sam'chenu b'yom Hash'mini Chag Ha'atzeret haze.

כי אתה יי טוב ומטיב לכל Ki ata Adonai tov umetiv lakol,

After grain products:

ונודה לך על הארץ ועל המחיה. v'node l'cha al ha'aretz v'al hamichya.

ברוך אתה יי על הארץ ועל המחיה: Baruch ata Adonai al ha'aretz v'al hamichya.

After wine:

ונודה לך על הארץ ועל פרי הגפן [גפנא]. v'node l'cha al ha'aretz v'al p'ri hagafen [gafna].

ברוך אתה יי על הארץ ועל פרי הגפן [גפנא]: Baruch ata Adonai al ha'aretz v'al p'ri hagafen [gafna].

After fruits:

ונודה לך על הארץ ועל הפירות [פרותיה]. v'node l'cha al ha'aretz v'al haperot [peroteyah].

ברוך אתה יי על הארץ ועל הפירות [פרותיה]: Baruch ata Adonai al ha'aretz v'al haperot [peroteyah].

Blessed are You the LORD our God, King of the universe, for the (nourishment and sustenance / fruit of the vine / fruit of the tree) and for the produce of the field; for the desirable, good and spacious land that You willed to give to our forefathers as a heritage, to eat of its fruit and to be satisfied with its goodness. Have mercy, o LORD our God, on Israel, Your people; and upon Zion, the resting place of Your glory; and upon Your altar and Your temple. Build Jerusalem, the holy city, speedily in our days; bring us up to it and gladden us in its building and let us eat of its fruit and be satisfied with its goodness and bless You upon it in holiness and purity. For You, o LORD, are good and do good to all, and we than You for the land and for the (nourishment / fruit of the vine / fruit of fruit). Blessed are You, the LORD, for the land and for the (nourishment / fruit of the vine [its vine] / fruit [its fruit]).

**ברכת בורא נפשות**

Bore n'fashot is said after eating all other foods:

ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם, Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam,

בורא נפשות רבות וחסרון על כל מה שבראת, bore n'fashot rabot v'chesronan al kol ma shebarata,

להחיות בהם נפש כל חי. l'hachayot bahem nefesh kol chai.

ברוך חי העולמים: Baruch chei ha'olamim.

Blessed are You the LORD our God, King of the universe, who creates numerous living things with their deficiencies, for all that You have created, with which to maintain the life of every being. Blessed is the life of all worlds.

14 הרחמן הוא יברך את: Harachaman hu y'varech et: When eating with a group: kol ham'subim kan, kol ham'subim kan, When eating at another's table: (add the words in brackets if you are eating in your parent's house) [אבי מורי] בעל הבית הזה [אבי מורי] Ba'al habayit haze v'et [imi morati] ba'alat habayit haze, ואת [אמי מורת] בעלת הבית הזה. When at your own table: Oti v'et beiti v'et kol asher li, אותי ואת ביתי ואת כל אשר לי

May the Merciful One bless (all who are dining here; [my father and teacher] master of this house and [my mother and teacher] lady of this house; me and my household and all that belongs to me)

15 When not at your own table: Otam v'et beitam v'et zar'am, אותם ואת ביתם ואת זרעם v'et kol asher lahem, ואת כל אשר להם. otanu v'et kol asher lanu, אותנו ואת כל אשר לנו. k'mo shenitbar'chu avoteinu כמו שנתברכו אבותינו Avraham, Yitzchak v'Ya'akov, bakol, mikol, kol. אברהם יצחק ויעקב, בכל. מכל. כל. Ken y'varech otanu kulanu yachad biv'racha sh'lema, v'nomar amen. כן יברך אותנו כלנו יחד בברכה שלמה. ונאמר אמן:

15 במרום ולמדו עליהם ועלינו Bamarom y'lam'du aleihem v'aleinu z'chut shet'he l'mishmeret shalom. זכות שתהא למשמרת שלום. ונשא ברכה מאת יי. V'nisa v'racha me'et Adonai, ונדקה מאליה ישענו. utz'daka me'elohei yish'enu, ונמצא חן ושלך טוב בעיני אלהים ואדם: v'nimtza chen v'sechel tov b'einei Elohim v'adam.

[May He bless] them and their household and all that is theirs, us and all that is ours; just as our forefathers Abraham, Isaac, and Jacob were blessed in every way; so may God bless us, all of us together with a perfect blessing, and let us say: Amen.

In the heavens may merit be placed upon them and upon us, a safeguard for peace. May we receive a blessing from the LORD, and justice from the God of our salvation. And may we find grace and good understanding in the sight of God and mankind.

16 On Shabbat add: ביום שבת נוסף: Harachaman hu yanchilenu yom shekulo shabat הרחמן הוא יחילנו יום שכלו שבת ומנוחה לחיי העולמים: um'nucha l'chayei ha'olamim. May the Merciful One grant us a world that shall be entirely Shabbat and eternal rest.

On Rosh Chodesh add: בראש חודש נוסף: Harachaman hu y'chadesh aleinu הרחמן הוא יחדש עלינו et hachodesh haze l'tova v'liv'racha. את החודש הזה לטובה ולברכה: et hachodesh haze l'tova v'liv'racha. May the Merciful One grant us this new month for good and blessing.

On festivals add: ביום טוב נוסף: Harachaman hu yan'chilenu yom shekulo tov. הרחמן הוא יחילנו יום שכלו טוב: Harachaman hu yan'chilenu yom shekulo tov. May the Merciful One grant us a world that every day will be a festival and good.

On Succot add: בסוכות נוסף: Harachaman hu yakim lanu et sukot David hanofalet. הרחמן הוא יקים לנו את סכת דוד הנפלת: Harachaman hu yakim lanu et sukot David hanofalet. May the Merciful One raise for us David's fallen booth.

17 הרחמן הוא יזכנו לימות המשיח Harachaman hu y'zakenu limot hamashiach ורחמי העולם הבא: ul'chayei ha'olam haba. On weekdays: מגדיל ישועות מלכו Magdil y'shu'ot malko מגדול ישועות מלכו Migdol y'shu'ot malko On Shabbat, Festivals and Rosh Chodesh:

ועשה חסד למשיחו לך וזרעו עד עולם: v'ose chesed lim'shicho, l'David ul'zar'o ad olam. ועשה שלום במרומו הוא יעשה שלום עלינו Ose shalom bim'romav hu ya'ase shalom aleinu, ועל כל ישראל ואמרו אמן: v'al kol Yisra'el v'imru amen.

May the Merciful One make us worthy of the days of the Messiah and to live in the world to come. He grants salvation / He is a tower of salvation to His King, and shows kindness to His anointed one, to David and his descendents forever. May the One who makes peace in the heavens make peace upon us and upon all of Israel, and let us say: Amen.

18 יראו את יי קדושו, כי אין מחסור ליראיו: Y'r'u et Adonai k'doshav, ki ein machsor lire'av. כפירים רשו ורעבו K'firim rashu v'ra'evu ודורשי יי לא יחסרו כל טוב: v'dor'shei Adonai lo yachs'ru chol tov. הודו לאונו כי טוב, כי יולא חסדו. Hodu ladonai ki tov, ki l'olam chasdo. פותח את ידך ומשביע לכל חי רצון: Pot'ach et yad'echa umasbia l'chol chai ratzon. ברוך הבור אשר יבטח ביי Baruch hagever asher yivtach badonai ויהי יי מבטחו: v'haya Adonai mivtacho. נער היתי גם זקנתי Na'ar hayiti gam zakanti, ולא ראיתי צדיק נעזב וזרעו מבקש לחם: v'lo ra'iti tzadik ne'ezav, v'zar'o m'vakesh lachem. יי לא לעמו יתן Adonai oz l'amo yiten, יי יברך את עמו בשלום: Adonai y'varech et amo vashalom.

10 Uv'ne Y'rushalayim ir hakodesh ונה ירושלים עיר הקדש bim'hera v'yameinu. במהרה בלימינו. Baruch ata Adonai, ברוך אתה יי. bone v'rachamav Y'rushalayim. Amen. בונה ברחמי ירושלים: אמן: bone v'rachamav Y'rushalayim. Amen. Rebuild Jerusalem, the holy city, speedily in our lifetime. Blessed are You, the LORD, who builds Jerusalem with mercy. Amen.

11 Baruch ata Adonai Eloheinu Melech Ha'olam, ברוך אתה יי אלהינו מלך העולם. ha'el, avinu, malkenu, adirenu, bor'enu, האל. אבינו. מלכנו. אדיחנו. בוראנו. גואלנו. יוצרנו. קדושנו קדוש יעקב. go'alenu, yotz'enu, k'doshenu k'dosh Ya'akov. רוענו רועה ישראל. ro'enu ro'e Yisra'el, המלך הטוב והמטיב לכל. hamelech hatov v'hametiv lakol, שבכל יום יום hu hetiv hu metiv hu yeitiv lanu. הוא הטיב הוא מטיב הוא ייטיב לנו. hu hetiv hu metiv hu yeitiv lanu. הוא גמלנו הוא גומלנו הוא יגמלנו לעד Hu g'malanu, hu gom'lenu, hu yigm'lenu la'ad, לחן ולחסד ולרחמים ולרחן. l'chen ul'chesed ul'rachamim, ul'revach, הצלה והצלה. ברכה וישועה. hatzala v'hatzlacha, v'racha vishu'a, נחמה. פרנסה וכלכלה. nechama, parnasa, v'chalkala, ורחמים וחיים ושלום וכל טוב. v'rachamim v'chayim v'shalom v'chol tov, ומכל טוב לעולם אל יחסרנו: umikol tuv l'olam al y'chas'enu.

Blessed are You, the LORD, our God, King of the universe, who is the God, our Father, our King, 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 King who does good to all. For each day has done good, does good, and will do good unto us, He has bestowed, bestows and will forever bestow upon us. May God who continually shows us kindness continue offering goodness to us— yielding grace, kindness, mercy and relief, deliverance and success, blessing and salvation, compassion, sustenance and support, and mercy, life, peace and all good; and of all good things may He never deprive us.

12 הרחמן הוא ימלך עלינו לעולם ועד: Harachaman hu yimloch aleinu l'olam va'ed. May the Merciful One reign over us forever and ever.

12 הרחמן הוא יתברך בשמים ובארץ: Harachaman hu yitbarach bashamayim uva'aretz. May the Merciful One be blessed in heaven and on earth.

12 הרחמן הוא ישתבח לדור דורים. הרחמן הוא יתפאר בנו לעד ולנצח נצחים. v'yitpa'ar banu la'ad ul'netzach n'tzachim, ויתחדר בנו לעד ולעולמי עולמים: v'yithadar banu la'ad ul'ol'mei olamim.

May the Merciful One be praised in all generations, be glorified through us to all eternity, and be honoured among us forever.

12 הרחמן הוא יפרנסנו בכבוד: Harachaman hu y'farn'senu b'chavod. May the Merciful One grant us an honourable livelihood.

12 הרחמן הוא ישבר עלנו מעל צנארנו Harachaman hu yishbor uleinu me'al tzavarenu והוא יוליכנו קוממיות לארצנו: v'hu yolichenu kom'miut l'artzenu.

May the Merciful One remove the burden from upon our neck and lead us in dignity to our land.

12 הרחמן הוא ישלח לנו ברכה מרבה Harachaman hu yishlach lanu b'racha m'ruba בבית הזה ועל שלחן זה שאכלנו עליו: babayit haze v'al shulchan ze she'achalnu alav.

May the Merciful One send abundant blessing upon this dwelling and this table upon which we have eaten.

12 הרחמן הוא ישלח לנו Harachaman hu yishlach lanu את אליהו הנביא זכור לטוב et Eliyahu Hanavi, zachur latov, ויבשר לנו בשורות טובות ונחמות: v'vaser lanu b'sorot tovot y'shu'ot v'nechamot.

May the Merciful One send Elijah the Prophet to us - remembered for good - and may He bear good tidings of salvation and comfort.

13 הרחמן הוא יברך את מדינת ישראל Harachaman hu y'varech et M'dinat Yisra'el, (ראשית צמיחת גאולתנו): (reishit tz'michat g'ulatenu).

13 May the Merciful One bless the State of Israel (the beginning of the emergence of our redemption).

13 הרחמן הוא יברך את חילי צבא ההגנה לישראל Harachaman hu y'varech et chayalei Tz'va Hahagana L'Yisra'el העומדים על משמר ארצנו: ha'om'dim al mishmar artzeinu:

May the Merciful One bless the soldiers of the IDF who stand in guard of our land.