

Birkat Hamazon: Blessing After Meals

ברכת המזון

(On Shabbat and holidays, begin here:)

Shir ha-ma-a-lot.

B'shuv Adonai et shi-vat Tzi-yon,

ha-yi-nu k'chol-mim.

Az yi-ma-lei s'chok pi-nu,

ul-sho-nei-nu ri-na.

Az yom-ru va-go-yim:

Hig-dil Adonai la-a-sot im ei-leh.

Hig-dil Adonai la-a-sot i-ma-nu,

ha-yi-nu s'mei-chim!

Shu-va Adonai et sh'vi-tei-nu

ka-a-fi-kim ba-ne-gev.

Ha-zor-im b'dim-a, b'ri-na yik-tzo-ru.

Ha-loch yei-lech u-va-cho,

No-sei me-shech ha-za-ra,

Bo ya-vo v'ri-na no-sei a-lu-mo-tav.

לשבת ויום טוב:

שיר המעלות.

בשוב יי את שִׁיבַת צִיּוֹן,

הֵיִינוּ כְּחֹלְמִים.

אָז וּמֵלֵא שְׂחֹק פִּינוּ,

וּלְשׁוֹנֵנוּ רִנָּה.

אָז לֹאֲמָרוּ בְּגוֹיִם:

הַגְּדִיל יי לַעֲשׂוֹת עִם אֱלֹהֵי.

הַגְּדִיל יי לַעֲשׂוֹת עִמָּנוּ,

הֵיִינוּ שְׂמֵי־חַיִּים!

שׁוֹבָה יי אֶת שְׁבִיתֵנוּ

כְּאֲפִיקִים בְּנֹגֵב.

הַזְרְעִים בְּדַמְעָה, בְּרִנָּה יִקְצְרוּ.

הַלֹּחַד יֵלֵךְ וּבָכָה,

נִשָּׂא מִן־שָׂדֶה הַזָּרַע,

בָּא יבֹא בְרִנָּה נִשָּׂא אֶלְמוֹתָיו.

When God restored the exiles to Zion, it seemed like a dream. Our mouths were filled with laughter, our tongues with joyful song. Then they said among the nations: God has done great things for them. Yes, God is doing great things for us, and we are joyful. Restore our fortunes, O God, as streams revive the desert. Then those who have sown in tears shall reap in joy. Those who go forth weeping, carrying bags of seeds, shall come home with shouts of joy, bearing their sheaves.

(On weekdays, begin here:)

(Leader)

Cha-vei-rai n'va-reich!

Friends, let us praise God!

(Community)

Y'hi sheim Adonai m'vo-rach

mei-a-ta v'ad o-lam!

Praised be the name of God, now and for ever!

(Leader)

Y'hi sheim Adonai m'vo-rach

mei-a-ta v'ad o-lam!

(המזמן)

חֲבֵרֵי נְבָרֵךְ!

(המסובין)

יְהִי שֵׁם יי מְבָרֵךְ

מִעַתָּה וְעַד עוֹלָם!

(המזמן)

יְהִי שֵׁם יי מְבָרֵךְ

מִעַתָּה וְעַד עוֹלָם!