

# BENDIGAMOS A LA VIDA

a Humanistic Birkat HaMazon in Spanish and English



Bendigamos a la vida,

Al poder que nos crea,

Démosle agradecimiento

Por los bienes que tenemos.

Let us bless life,

The power that creates us,

Let us give thanks

For the good things which we  
have.



Alabado sea la buen' amiga,

Porque siempre nos ayuda.

Load al amor que es bueno,

Que para siempre su amistad.

Praise be the good friend

Because they always help us

Praise love for it is good;

Let their friendship endure  
forever.



Bendigamos a la vida,

Por la ley primeramente,

Que liga a nuestra raza

Con la bondad continuamente,

Let us bless life,

First for our teachings,

That bind our people

With goodness continuously,



Bendigamos a la vida,  
Por el pan segundamente,  
Y también por los manjares  
Que comimos juntamente.

Let us bless life,  
Secondly for the bread,  
And for the delicacies  
That we ate together.



Alabado sea la buen' amiga,  
Porque siempre nos ayuda.  
Load al amor que es bueno,  
Que para siempre su amistad.

Praise be the good friend  
Because they always help us  
Praise love for it is good;  
Let their friendship endure  
forever.



Pues comimos y bebimos  
alegremente  
Con la comida nos llenó  
Load a la vida que es buena,  
Que para siempre el amor.

As we ate and drank merrily  
With the food that filled us,  
Praise life for it is good;  
Let love endure forever.





Alabado sea la buen' amiga,  
Porque siempre nos ayuda.  
Load al amor que es bueno,  
Que para siempre su amistad.

Praise be the good friend  
Because they always help us  
Praise love for it is good;  
Let their friendship endure  
forever.



Bendita sea la casa esta,  
El hogar de amistad,  
Donde guardamos la fiesta,  
Con alegría y permanencia.

Bless this house,  
Home to friendship,  
Where we keep the festival,  
With joy and permanence.



Alabado sea la buen' amiga,  
Porque siempre nos ayuda.  
Load al amor que es bueno,  
Que para siempre su amistad.

Praise be the good friend  
Because they always help us  
Praise love for it is good;  
Let their friendship endure  
forever.

