

ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם, אשר קדשנו במצותיו וצונו על ספירת העומר. [Count even if you are not saying a bracha anymore]

<p>Note: This calendar flows from left to right and each box is the night you count and its following day</p>	<p>Sunday, from 7:45pm B'dikat Chametz Monday: eat 'til 10:26am benefit/sell/burn/nullify 'til 11:31am</p>	<p>First day of PESACH</p> 	<p>2nd day of Pesach April 23-24 היום יום אחד לעומר חסד שבחסד</p>	<p>3rd day of Pesach April 24-25 היום שני ימים לעומר גבורה שבחסד</p>	<p>4th day of Pesach April 25-26 היום שלשה ימים לעומר תפארת שבחסד</p>	<p>SHABBAT CHOLHAMO'ED April 26-27 היום ארבעה ימים לעומר נצח שבחסד</p>
<p>6th day of Pesach April 27-28 היום חמשה ימים לעומר הוד שבחסד</p>	<p>Seventh day of Pesach April 28-29 היום ששה ימים לעומר יסוד שבחסד</p>	<p>Isru Chag April 29-30 היום שבעה ימים שהם שבוע אחד לעומר מלכות שבחסד</p>	<p>23rd of Nisan April 30 - May 1 היום שמונה ימים שהם שבוע אחד ויום אחד לעומר חסד שבגבורה</p>	<p>24th of Nisan May 1-2 היום תשעה ימים שהם שבוע אחד ושני ימים לעומר גבורה שבגבורה</p>	<p>25th of Nisan May 2-3 היום עשרה ימים שהם שבוע אחד ושלשה ימים לעומר תפארת שבגבורה</p>	<p>ACHAREI (m) May 3-4 היום אחד עשר יום שהם שבוע אחד וארבעה ימים לעומר נצח שבגבורה</p>
<p>27th of Nisan May 4-5 היום שנים עשר יום שהם שבוע אחד וחמשה ימים לעומר הוד שבגבורה</p>	<p>YOM HASHO'A נדחה זכור May 5-6 היום שלשה עשר יום שהם שבוע אחד וששה ימים לעומר יסוד שבגבורה</p>	<p>29th of Nisan May 6-7 היום ארבעה עשר יום שהם שני שבועות לעומר מלכות שבגבורה</p>	<p>Alef Rosh Chodesh Iyar May 7-8 היום חמשה עשר יום שהם שני שבועות ויום אחד לעומר חסד שבתפארת</p>	<p>Bet Rosh Chodesh Iyar May 8-9 היום ששה עשר יום שהם שני שבועות ושני ימים לעומר גבורה שבתפארת</p>	<p>2nd of Iyar May 9-10 היום שבעה עשר יום שהם שני שבועות ושלשה ימים לעומר תפארת שבתפארת</p>	<p>K'DOSHIM May 10-11 היום שמונה עשר יום שהם שני שבועות וארבעה ימים לעומר נצח שבתפארת</p>
<p>4th of Iyar May 11-12 היום תשעה עשר יום שהם שני שבועות וחמשה ימים לעומר הוד שבתפארת</p>	<p>YOM HAZIKARON נדחה May 12-13 היום עשרים יום שהם שני שבועות וששה ימים לעומר יסוד שבתפארת</p>	<p>YOM HA'ATZMA'UT נדחה May 13-14 היום אחד ועשרים יום שהם שלשה שבועות לעומר מלכות שבתפארת</p>	<p>7th of Iyar May 14-15 היום שנים ועשרים יום שהם שלשה שבועות ויום אחד לעומר חסד שבנצח</p>	<p>8th day of Iyar May 15-16 היום שלשה ועשרים יום שהם שלשה שבועות ושני ימים לעומר גבורה שבנצח</p>	<p>9th of Iyar May 16-17 היום ארבעה ועשרים יום שהם שלשה שבועות ושלשה ימים לעומר תפארת שבנצח</p>	<p>EMOR May 17-18 היום חמשה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וארבעה ימים לעומר נצח שבנצח</p>
<p>11th of Iyar May 18-19 היום ששה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וחמשה ימים לעומר הוד שבנצח</p>	<p>12th of Iyar May 19-20 היום שבעה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וששה ימים לעומר יסוד שבנצח</p>	<p>13th of Iyar May 20-21 היום שמונה ועשרים יום שהם ארבעה שבועות לעומר מלכות שבנצח</p>	<p>PESACH SHENI May 21-22 היום תשעה ועשרים יום שהם ארבעה שבועות ויום אחד לעומר חסד שבהוד</p>	<p>15th day of Iyar May 22-23 היום שלשים יום שהם ארבעה שבועות ושני ימים לעומר גבורה שבהוד</p>	<p>16th of Iyar May 23-24 היום אחד ושלשים יום שהם ארבעה שבועות ושלשה ימים לעומר תפארת שבהוד</p>	<p>B'HAR May 24-25 היום שנים ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וארבעה ימים לעומר נצח שבהוד</p>
<p>LAG BA'OMER May 25-26 היום שלשה ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וחמשה ימים לעומר הוד שבהוד</p>	<p>19th of Iyar May 26-27 היום ארבעה ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וששה ימים לעומר יסוד שבהוד</p>	<p>20th of Iyar May 27-28 היום חמשה ושלשים יום שהם חמשה שבועות לעומר מלכות שבהוד</p>	<p>21st of Iyar May 28-29 היום ששה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ויום אחד לעומר חסד שביסוד</p>	<p>22nd day of Iyar May 29-30 היום שבעה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ושני ימים לעומר גבורה שביסוד</p>	<p>23rd of Iyar May 30-31 היום שמונה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ושלשה ימים לעומר תפארת שביסוד</p>	<p>B'CHUKOTAI (m) May 31 - June 1 היום תשעה ושלשים יום שהם חמשה שבועות וארבעה ימים לעומר נצח שביסוד</p>
<p>25th of Iyar June 1-2 היום ארבעים יום שהם חמשה שבועות וחמשה ימים לעומר הוד שביסוד</p>	<p>26th of Iyar June 2-3 היום אחד וארבעים יום שהם חמשה שבועות וששה ימים לעומר יסוד שביסוד</p>	<p>27th of Iyar June 3-4 היום שנים וארבעים יום שהם ששה שבועות לעומר מלכות שביסוד</p>	<p>YOM YERUSHALAYIM June 4-5 היום שלשה וארבעים יום שהם ששה שבועות ויום אחד לעומר חסד שבמלכות</p>	<p>29th of Iyar June 5-6 היום ארבעה וארבעים יום שהם ששה שבועות ושני ימים לעומר גבורה שבמלכות</p>	<p>Rosh Chodesh Sivan June 6-7 היום חמשה וארבעים יום שהם ששה שבועות ושלשה ימים לעומר תפארת שבמלכות</p>	<p>BAMIDBAR June 7-8 היום ששה וארבעים יום שהם ששה שבועות וארבעה ימים לעומר נצח שבמלכות</p>
<p>3rd of Sivan June 8-9 היום שבעה וארבעים יום שהם ששה שבועות וחמשה ימים לעומר הוד שבמלכות</p>	<p>4th of Sivan June 9-10 היום שמונה וארבעים יום שהם ששה שבועות וששה ימים לעומר יסוד שבמלכות</p>	<p>Erev Yom Tov (5 Sivan) June 10-11 היום תשעה וארבעים יום שהם שבעה שבועות לעומר מלכות שבמלכות</p>	<p>SHAVUOT זמן מתן תורתנו June 11-12</p>	<p>הרחמן הוא יחזיר לנו עבודת בית המקדש למקומה, במהרה בימינו אמן סלה. See other side of this sheet for passages that many say before and after counting</p>		

Here again, some people say all of the following after each night's count. Some say only the HARACHAMAN statement (which expresses the role of counting the Omer in our time as a commemorative of the Beit HaMikdash). Some say Ps. 67 and/or ANA B'CHO'ACH. The last passage is based on Kabalistic ideas that each day of the Omer, each day of each week of the Omer, addresses one combination of qualities and realms. The original Exodus-to-Sinai counting was a period of spiritual growth, improvement, and development for Bnei Yisrael. That is what it should be for us each year.

הַרְחַמֵּן הוּא יַחְזִיר לָנוּ עֲבוֹדַת בַּיִת הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה, בְּמַהְרָה בְּיָמֵינוּ, אָמֵן סְלָה.

[יהי רצון מלפניך, ה' אלהינו ואלהי אבותינו,
שִׁיבֵנָה בַּיִת הַמִּקְדָּשׁ בְּמַהְרָה בְּיָמֵינוּ, וְתֵן חֶלְקֵנוּ בְּתוֹרַתְךָ:]

לְמַנְצַח בְּנִגְיָנוֹת מִזְמוֹר שִׁיר: אֱלֹהִים יַחַנְנוּ וַיְבָרְכֵנוּ יָאֵר פָּנָיו אֶתְנוּ סְלָה:
לְדַעַת בְּאַרְץ דְּרָכָךָ בְּכָל גּוֹיִם יִשׁוּעָתְךָ: יוֹדוּךָ עַמִּים אֱלֹהִים יוֹדוּךָ עַמִּים
כָּלֵם: יִשְׁמְחוּ וַיִּרְנְנוּ לְאַמִּים כִּי תִשְׁפֹּט עַמִּים מִיִּשְׂרָאֵל וְלְאַמִּים בְּאַרְץ תְּנַחֵם
סְלָה: יוֹדוּךָ עַמִּים אֱלֹהִים יוֹדוּךָ עַמִּים כָּלֵם: אַרְץ נְתַנָּה יְבוּלָהּ יְבָרְכֵנוּ
אֱלֹהִים אֱלֹהֵינוּ: יְבָרְכֵנוּ אֱלֹהִים וַיִּירָאוּ אוֹתוֹ כָּל אֲפָסֵי אֲרֶץ:

אָנָּה בָּכַח. גְּדַלְת יָמִינְךָ. תַּתִּיר צְרוּרָה: קִבַּל רֵנַת עַמְּךָ. שִׁגְבְנוּ טַהֲרֵנוּ נוֹרָא:
נָא גְבוּר. דוֹרְשֵׁי יַחֲדוּךָ. כִּכְבַּת שְׁמָרֵם: בְּרַכֵּם טַהֲרֵם. רַחֲמֵם. צְדָקָתְךָ תְּמִיד
גְּמֵלֵם: חֲסִין קְדוֹשׁ. בְּרוּב טוֹבְךָ. נִהַל עֲדַתְךָ: יַחֲדֵי גֵאָה. לַעֲמֹךָ פְּנֵה. זוֹכְרֵי
קְדוּשָׁתְךָ: שׁוֹעֲתֵנוּ קִבַּל. וּשְׁמַע צַעֲקוֹתֵנוּ. יוֹדַע תַּעֲלוּמוֹת:
בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד:

רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם. אַתָּה צְוִיתָנוּ עַל יְדֵי מִשְׁחָה עֲבָדְךָ לְסַפּוֹר סְפִירַת הָעוֹמֵר
כְּדֵי לְטַהֲרֵנוּ מִקְלָפוֹתֵינוּ וּמִטּוּמְאוֹתֵינוּ. כְּמוֹ שִׁכְתַּבְתָּ בְּתוֹרַתְךָ. וּסְפַרְתָּם
לְכֶם מִמְנוּחַת הַשְּׁבִיעִת מִיּוֹם הַבִּיאָכֶם אֶת עוֹמֵר הַתְּנוּפָה שֶׁבַע שְׁבִיעוֹת
תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה. עַד מִמְנוּחַת הַשְּׁבִיעִת תִּסְפְּרוּ זִמְשִׁים יוֹם.
כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזְהַמְתָּם: וּבְכֵן יִהְיֶה רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה'
אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שֶׁבְּזִכּוֹת סְפִירַת הָעוֹמֵר שֶׁסְּפַרְתִּי הַיּוֹם יִתְקַן מַה
שֶׁפָּגַמְתִּי בְּסִפְרָהּ (insert here the pair of words at the end of the day's count).
וְאַטְהָר וְאַתְקַדֵּשׁ בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה. וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַע שְׁפַע רַב בְּכָל
הָעוֹלָמוֹת וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג וּפְגָם.
וְלְטַהֲרֵנוּ וְלְקַדְּשָׁנוּ בְּקִדְשָׁתְךָ הָעֲלִיּוֹנָה. אָמֵן סְלָה:



Some say this full introductory portion below before counting the Omer. Some begin at HINENI MUCHAN. Some do not say it at all. It should serve as a focus and KAVANA-creator. Use it well. Remember that there are some authorities who consider S'FIRAT HA'OMER to be Torah law even in our time, and others who hold that it is Rabbinic without a Beit HaMikdash. Our KAVANA should be conditional on this issue, to cover both sides of this dispute. Count the OMER while standing. Know the count before you say the BRACHA. If you are not counting with a bracha (because you missed a complete day's counting), try to hear someone else's bracha, answer AMEIN and then count on your own. Even if you have no available bracha to listen to, it is still a mitzva to count on your own (even without a bracha).

לְשֵׁם יַחֲדֵי קוֹדֶשׁא בְּרִיךְ הוּא וְשִׁכְנִיתִיָּה בְּדַחֲלֵנוּ וּרְחִימוּ.
לְיַחַד שֵׁם י"ה בּו"ה בְּיַחְדָּא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל

הַנְּנִי מוֹכֵן וּמְזוּמֵן לְקַיֵּם מִצְוֹת עֲשֵׂה שֶׁל סְפִירַת הָעוֹמֵר. כְּמוֹ
שִׁכְתוּב בְּתוֹרָה. וּסְפַרְתֶּם לְכֶם מִמְנוּחַת הַשְּׁבִיעִת מִיּוֹם
הַבִּיאָכֶם אֶת־עוֹמֵר הַתְּנוּפָה שֶׁבַע שְׁבִיעוֹת תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה:
עַד מִמְנוּחַת הַשְּׁבִיעִת תִּסְפְּרוּ זִמְשִׁים יוֹם
וְהִקְרַבְתֶּם מִנוּחָה וְיִדְשָׁה לָהּ:

וַיְהִי נוֹעַם אֲדֹנָי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עָלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו
וְצִוָּנוּ עַל סְפִירַת הָעוֹמֵר: