

## La cuenta de Omer.

Contar la sefirá ilumina los diferentes mundos del espectro de nuestra alma y de nuestra vida .

Cada sefirá tiene una cualidad latente en cada uno de nosotros en espera de ser activada; cada una de éstas siete cualidades a la vez interactúa entre sí con las siete, haciendo un total de cuarenta y nueve.

Cada uno de los cuarenta y nueve días son la oportunidad para auto reflexionar, activar y purificar su respectiva cualidad espiritual, emocional y física. Este proceso tiene dos funciones primordiales, hacernos merecedores del regalo de la Luz recibida en Pésaj y preparar nuestra vasija espiritual para Matán Torá durante shavuot.

Cada día será una oportunidad de corrección, lo que inevitablemente deberá llevarnos que al concluir la cuenta de Omer surja un ser diferente. Como nunca la frase de “un día a la vez” es la conciencia para Omer.

### Meditation from the Ari - כוונות ספירת העומר

כתיב (ויקרא כ"ג, ט"ו) "וספרתם לכם ממחרת השבת מיום הביאכם את עומר התנופה", ואמר בזהר: וספרתם לכם, לכם לעצמיכם מד"א (ויקרא ט"ו, כ"ח) "וספרה לה שבעת ימים" מה התם לה לעצמה אף הכא לכם לעצמיכם. הזהר בא לבאר סוד ספירת העומר בסוד ספירת ז' נקיים אחר שפסקה הטומאה ובגלות מצרים היו הקליפות יונקים מהקדושה והיתה הטומאה שולטת בישראל למעלה ולמטה ובני"י היו במ"ט שערי טומאה וביום א' של פסח פסקה הטומאה והיו צריכים לספור ז' נקיים ולכן אמר לכם לעצמיכם כמד"א "וספרה לה שבעת ימים" לה לעצמה וגו'. גם יציאת מצרים היתה ע"י אתערותא דלעילא והקב"ה רצה שלאחר יציאת מצרים עד מתן תורה יעבדו בני"י בכוחות עצמם במ"ט הימים באופן דאתערותא דלתתא.

### LESHEM YICHUD

לְשֵׁם יוֹזֵד קוּדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא וְשְׁכִינְתָּיה (איהיהיה) בְּרוּיְלוּ וְרוּיְמוּ  
ur'chimu bid'chilu ush'chintey hu brich kudsha yichud leshem

(איהיהיה) וְרוּיְמוּ וְרוּיְלוּ (איהיהיה) לְיוֹדָא שֵׁם יו"ד קַי בּוֹא"ו קַי בְּיוֹזְדָא  
beyichuda kay b'av key yud shem leyachda ud'chilu ur'chimu

שְׁלִים (יהיה) בְּשֵׁם כָּל יִי שְׂרָאֵל, הִנֵּה אֲנֹחֵנוּ בְּאִים לְקַיִם מִצְוֹת סְפִירַת  
Sefirat mitzvat le'kayem ba'im anachnu hine yisrael kol beshem shelim

הָעוֹמֵר י"פ אַל . לְעִשׂוֹת נְזוּת־רוּחַ לְיוֹצְרֵנוּ וְלְעִשׂוֹת רְצוֹן עִיב בְּרוּיְבֵעַ + קַס"א עִיב = אַל (י"א)  
retzon vela'asot leyotzrenu ru'ach nachat la'asot homer

מוֹלֵי רַס"ג + עוֹדֵי עִיב = מוֹדֵעַ עִיב בּוֹרְאֵנוּ וְיֵהִי נֶעֱם אֲדֹנָי לָנוּ אֱלֹהֵינוּ יָהּ עֲלֵינוּ וּבְמַעֲשֵׂה  
u'ma'ase alenu Eloheynu Adonai no'am viyehi bor'enu

יְדִינוּ כּוֹנְנָה עֲלֵינוּ וּבְמַעֲשֵׂה יְדִינוּ כּוֹנְנָהוּ:  
konenehu yadenu u'ma'ase alenu konena yadenu

OR MAKIF

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה (אֱלֹהֵינוּ אֱלֹהֵי הָעוֹלָם) (יְיָ הוּא וְאֵין הוּא) אֱלֹהֵינוּ יְיָ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ  
 Adonai ata Baruch  
 kideshanu asher ha'olam melech eloheinu  
 בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל סְפִירַת הָעוֹמֵר עֲבוֹר נִמְנו יֵיפ אֵל:  
 ha'omer sefirat al vetzivanu bemitzvotav

Bendito eres Tú, Adonai nuestro Dios, Rey del universo, que nos ha santificado con Sus mandamientos, y nos ha ordenado lo concerniente a la cuenta del Omer.

PRIMERA SEMANA - JESED

|       |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                      |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Day 1 | י"א בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>אֶחָד echad<br>אֶחָדָה, רֵאשִׁית<br>לְעוֹמֵר La'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                                 | חֹסֶד עֲבוֹסֶד<br>אֱלֹהִים י<br>אֵנָּה               |
| Day 2 | י"ב בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>שְׁנַיִם shenei<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר La'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                             | גְּבוּרָה עֲבוֹסֶד<br>יִזְנֶנּוּ עַל<br>בְּסוֹד      |
| Day 3 | י"ג בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>שְׁלֹשָׁה shelosha<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר<br>L'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                        | תְּפִאֶרֶת עֲבוֹסֶד<br>וְיִבְרַכְנוּ מִ<br>גְּדוּלָת |
| Day 4 | י"ד בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>אַרְבָּעָה arba'a<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר L'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                            | נֶפֶשׁ עֲבוֹסֶד<br>יֵאֵר ח<br>יִמְיֶךָ               |
| Day 5 | ט"ו בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>חַמִּישָׁה chamisha<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר<br>La'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                      | הוֹד עֲבוֹסֶד<br>פְּנֵי ו<br>תַתִּיר                 |
| Day 6 | ט"ז בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>שֵׁשָׁה shisha<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר La'Omer<br>יֵיפ אֵל:                                                                              | יִסוֹד עֲבוֹסֶד<br>אֵתָּנוּ ו<br>צְרוּרָה            |
| Day 7 | ט"ח בניסן<br>הַיּוֹם<br>הַיּוֹם hayom<br>עֵלֶה נָגֵר, עֵלֶה מַזְבֵּחַ, עֵלֶה אֵן<br>שִׁבְעָה shiv'a<br>יָמִים yamim<br>נָךְ לְעוֹמֵר<br>La'Omer<br>יֵיפ אֵל<br>שֵׁהֶם shehem<br>שְׁבִיעַ shavu'a<br>אֶחָד echad<br>אֶחָדָה, רֵאשִׁית: | מַלְכוּת עֲבוֹסֶד<br>סֵלָה י<br>אֲבוּתָן             |

SEGUNDA SEMANA- GUEVURÁ

|                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>כ"ז בניסן נצחו שבגבורה בכל ו' עונגנו<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asar יוֹם yom לְעוֹבֵר la'omer<br/> <b>עֵהָם</b> shehem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וְאַרְבַּעַת ve'arba'a יָמִים yamim נָכַר:</p>     | <p>Day 11</p> |
| <p>כ"ח בניסן הודו שבגבורה גוים ל טהרנו<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asar יוֹם yom לְעוֹבֵר la'omer<br/> <b>עֵהָם</b> shehem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וְחֲמִישִׁית vachamisha יָמִים yamim נָכַר:</p>     | <p>Day 12</p> |
| <p>כ"ט בניסן יסוד שבגבורה ישועתך א זרא<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asar יוֹם yom<br/> <b>לְעוֹבֵר</b> la'omer <b>עֵהָם</b> shehem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וְשֵׁשִׁית veshisha יָמִים yamim נָכַר:</p>  | <p>Day 13</p> |
| <p>כ"ט בניסן מלכות שבגבורה יודוך ב קרע שטן<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אַרְבַּעַת arba'a עֵשָׂר asar יוֹם yom<br/> <b>לְעוֹבֵר</b> la'omer <b>עֵהָם</b> shehem שְׁנֵי שְׁבוּעוֹת shavu'ot:</p>                                | <p>Day 14</p> |
| <p>כ"ג בניסן חסד שבגבורה לדעת ר קבל<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asar יוֹם yom נָכַר לְעוֹבֵר la'omer<br/> <b>עֵהָם</b> sheshem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וַיּוֹם veyom אֶחָד echad:</p>                  | <p>Day 8</p>  |
| <p>כ"ד בניסן גבורה שבגבורה בארץ ג רנת<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asar יוֹם yom נָכַר לְעוֹבֵר la'omer<br/> <b>עֵהָם</b> shehem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וְשְׁנֵי ushnei יָמִים yamim נָכַר:</p>        | <p>Day 9</p>  |
| <p>כ"ה בניסן תפארת שבגבורה דרכך ג עברך<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עֵינָה נָגַד, עֵינָה מוֹכֵזוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֵשָׂר asara יוֹם yom נָכַר לְעוֹבֵר la'omer<br/> <b>עֵהָם</b> shehem שְׁבוּעַת shavu'a אֶחָד echad וְשְׁלֹשִׁית ushlosa יָמִים yamim נָכַר:</p> | <p>Day 10</p> |

TERCERA SEMANA - TIFERET

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>ל' בניסן וזסר עשבתפארט עמוים י נא<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן וְזַמְעָה chamisha עֶשֶׂר asar יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot יוֹם veyom עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה אֶחָד echad אהבת, ראנה:</p> | <p>Day 15</p> |
| <p>א באייר גבורה עשבתפארט אלוים ם גבור<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן שְׁשָׁה shisha עֶשֶׂר asar יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשְׁנַיִ ushanei יָמִים yamim נכך:</p>                               | <p>Day 16</p> |
| <p>ב באייר תפארט עשבתפארט יודוך כ דורעז<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן עֶבְעָה shiva עֶשֶׂר asar יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁלְשָׁה ushlosha יָמִים yamim נכך:</p>                            | <p>Day 17</p> |
| <p>ג באייר געז עשבתפארט עמוים י יזודך<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן שְׁמוֹנֶה shemona עֶשֶׂר asar יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְאַרְבָּעָה ve'arba'a יָמִים yamim נכך:</p>                        | <p>Day 18</p> |
| <p>ד באייר תוד עשבתפארט כלם ת ככבת<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן וְתִשְׁעָה tish'a עֶשֶׂר asar יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְזַמְעָה vachamisha יָמִים yamim נכך:</p>                             | <p>Day 19</p> |
| <p>ה באייר יסוד עשבתפארט ישמוזו ע עמורם<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן עֶשְׂרִים esrim יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִ shenei שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁשָּׁה veshisha יָמִים yamim נכך:</p>                                       | <p>Day 20</p> |
| <p>ו באייר מלכת עשבתפארט וירנזו פ נגד יכע<br/> <b>הַיּוֹם</b> hayom עיה נגד, עיה מוזבוז, עיה זן אֶחָד echad אהבת, ראנה וְעֶשְׂרִים ve'esrim יום עיה נגד, מוזבוז, זן, אל יהיה לְעוֹמֵר la'omer יפ אל עֵהֶם shehem עִלְשָׁה shelosha שְׁבוּעוֹת shavu'ot:</p>                                           | <p>Day 21</p> |

CUARTA SEMANA – NETZAJ

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>ד' באייר חסד שבנשז לאבויס ו ברכס</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>שְׁנַיִם</b> shenayim <b>וְעֶשְׂרִים</b> ve'esrim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem</p> <p><b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>יְיּוֹם</b> veyom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן</p> <p><b>אֶחָד</b> echad אהבה, ראנה:</p> | <p>Day 22</p> |
| <p>ז' באייר גבורה שבנשז כו ט טהרס</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>וְעֶשְׂרִים</b></p> <p><b>ve'esrim</b> <b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל</p> <p><b>שְׁהֵם</b> shehem <b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וּשְׁנַיִם</b> ushnei <b>יָמִים</b> yamim נגד:</p>                                                         | <p>Day 23</p> |
| <p>ט' באייר תפארת שבנשז תעופט ע רחמי</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>אַרְבָּעָה</b> arba'a <b>וְעֶשְׂרִים</b> ve'esrim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem</p> <p><b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וְעַלְפָּה</b> ve'arba'a <b>יָמִים</b> yamim נגד:</p>                                                           | <p>Day 24</p> |
| <p>י' באייר נשז שבנשז עמיס בו צדקתך</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>חַמִּישָׁה</b> chamisha <b>וְעֶשְׂרִים</b> ve'esrim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem</p> <p><b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וְאַרְבָּעָה</b> ve'arba'a <b>יָמִים</b> yamim נגד:</p>                                                        | <p>Day 25</p> |
| <p>י"א באייר הוד שבנשז מיעור י תמיד</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>שֵׁשָׁה</b> shisha <b>וְעֶשְׂרִים</b> ve'esrim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem</p> <p><b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וַחֲמִישָׁה</b> vachamisha <b>יָמִים</b> yamim נגד:</p>                                                             | <p>Day 26</p> |
| <p>י"ב באייר יסוד שבנשז ולאמיס ם גמלס</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>שִׁבְעָה</b> shiv'a <b>וְעֶשְׂרִים</b> ve'esrim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem</p> <p><b>שְׁלֹשָׁה</b> shelosha <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וְשֵׁשָׁה</b> veshisha <b>יָמִים</b> yamim נגד:</p>                                                              | <p>Day 27</p> |
| <p>י"ג באייר מלכות שבנשז בארץ מ בטר צתג</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>שְׁמוֹנָה</b> shemona <b>וְעֶשְׂרִים</b></p> <p><b>ve'esrim</b> <b>יוֹם</b> yom ע'ה = נגד = אל (ויאזי מילוי דס'ג) + יהוה = מוזבז, זן <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י'פ אל</p> <p><b>שְׁהֵם</b> shehem <b>אַרְבָּעָה</b> arba'a <b>עֲבוּעוֹת</b> shavu'ot :</p>                                                                                                     | <p>Day 28</p> |

QUINTA SEMANA – HOD

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>י"ד באייר ווסר עבדוד תנזם י ווסן</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון תִּשְׁעָה <i>tish'a</i> וְעֶשְׂרִים <i>ve'esrim</i></p> <p>יּוֹם <i>yom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> י"פ אל עֵהֶם <i>shehem</i></p> <p>אַרְבַּעַה <i>arba'a</i> שְׁבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וַיּוֹם <i>veyom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון אֶחָד <i>echad</i> אַחַת, רַאגָה:</p> | <p>Day 29</p> |
| <p>ט"ו באייר גבורה עבדוד סלה ע קדוש</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון שְׁלֹשִׁים <i>sheloshim</i> יּוֹם <i>yom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> י"פ אל עֵהֶם <i>shehem</i> אַרְבַּעַה <i>arba'a</i> שְׁבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וּשְׁנַיִם <i>ushnei</i> יָמִים <i>yamim</i> נכר:</p>                                                                                                 | <p>Day 30</p> |
| <p>ט"ז באייר תפארת עבדוד יודוך ו ברוב</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון אֶחָד <i>echad</i> וּשְׁלֹשִׁים <i>ushloshim</i></p> <p>יּוֹם <i>yom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> י"פ אל עֵהֶם <i>shehem</i></p> <p>אַרְבַּעַה <i>arba'a</i> שְׁבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וּשְׁלֹשָׁה <i>ushlosa</i> יָמִים <i>yamim</i> נכר:</p>                                                          | <p>Day 31</p> |
| <p>י"ז באייר נשו עבדוד עמים ר טובך</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון שְׁנַיִם <i>shenayim</i> וּשְׁלֹשִׁים <i>ushloshim</i></p> <p>יּוֹם <i>yom</i> ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוזבז, ון לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> י"פ אל עֵהֶם <i>shehem</i></p> <p>אַרְבַּעַה <i>arba'a</i> שְׁבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וְאַרְבַּעַה <i>ve'arba'a</i> יָמִים <i>yamim</i> נכר:</p>                                                    | <p>Day 32</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>י"ז באייר הוד עשהוד אלהים ו נהל</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>שְׁלֹשָׁה</b> sheloshah <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>אַרְבָּעָה</b> arba'ah <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וַחֲמִישָׁה</b> vachimisha <b>יָמִים</b> yamim נכר:</p> | <p><b>Day 33</b></p> |
| <p>י"ט באייר יסוד עשהוד יודך ל ערתך</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>אַרְבָּעָה</b> arba'ah <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>אַרְבָּעָה</b> arba'ah <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וְשֵׁשָׁה</b> veshisha <b>יָמִים</b> yamim נכר:</p>     | <p><b>Day 34</b></p> |
| <p>כ' באייר מלכות עשהוד עמים א וקב טנע</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>וַחֲמִישָׁה</b> chamisha <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>וַחֲמִישָׁה</b> chamisha <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot נכר:</p>                                            | <p><b>Day 35</b></p> |

SEXTA SEMANA - JESOD

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>כ"א באייר חסד עביסוד כלם ב יודך</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>שֵׁשָׁה</b> shisha <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>וַחֲמִישָׁה</b> chamisha <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וַיּוֹם</b> veyom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>אֶחָד</b> echad אהבה, ראנה:</p> | <p><b>Day 36</b></p> |
| <p>כ"ב באייר גבורה עביסוד ארץ י נאה</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>שִׁבְעָה</b> shiv'ah <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>וַחֲמִישָׁה</b> chamisha <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וּשְׁנַיִם</b> ushnei <b>יָמִים</b> yamim נכר:</p>                                                     | <p><b>Day 37</b></p> |
| <p>כ"ג באייר תפארת עביסוד נתנה ם לעמר</p> <p><b>הַיּוֹם</b> hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>שְׁמוֹנָה</b> shemona <b>וּשְׁלֹשִׁים</b> ushloshim</p> <p><b>יוֹם</b> yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהיה = מובזו, ון <b>לְעוֹמֵר</b> la'omer י"פ אל <b>שְׁהֵם</b> shehem <b>וַחֲמִישָׁה</b> chamisha <b>שְׁבוּעוֹת</b> shavu'ot <b>וּשְׁלֹשָׁה</b> ushlosah <b>יָמִים</b> yamim נכר:</p>                                               | <p><b>Day 38</b></p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>כ"ד באייר נצו עבוסוד יבולה ב פנה</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן הַתְּשֵׁעָה <i>tish'a</i> וְשִׁלְשִׁים <i>ushloshim</i></p> <p>יּוֹם <i>yom</i> יוֹם עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> יֵפּ אֵל עֵהָם <i>shehem</i></p> <p>וְזַמְשָׁה <i>chamisha</i> עֲבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וְאַרְבָּעָה <i>ve'arba'a</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p> | <p>Day 39</p> |
| <p>כ"ה באייר הוד עבוסוד יברכנו א זוכרו</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן אַרְבַּעִים <i>arbaim</i> יּוֹם <i>yom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> יֵפּ אֵל עֵהָם <i>shehem</i> וְזַמְשָׁה</p> <p><i>chamisha</i> עֲבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וְזַמְשָׁה <i>vachamisha</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                         | <p>Day 40</p> |
| <p>כ"ז באייר יסוד עבוסוד אלהים ר קדושתך</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן אֶחָד <i>echad</i> וְאַרְבַּעִים <i>ve'arbaim</i></p> <p>יּוֹם <i>yom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> יֵפּ אֵל עֵהָם <i>shehem</i> וְזַמְשָׁה <i>chamisha</i> עֲבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> וְשִׁשָּׁה <i>veshisha</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                  | <p>Day 41</p> |
| <p>כ"ז באייר מלכות עבוסוד אלהינו ז יגל פוק</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן עֲנַיִם <i>shenayim</i></p> <p>וְאַרְבַּעִים <i>ve'arbaim</i> יּוֹם <i>yom</i> עֵהָ = נָגַד = אֵל (יִיאִי מוֹלֵוֹ דַסִּיג) + יְהוּה = מוֹבּוֹז, אָן לְעוֹמֵר <i>la'omer</i> יֵפּ אֵל עֵהָם <i>shehem</i> עֲבוּעוֹת <i>shavu'ot</i> שִׁשָּׁה <i>shisha</i></p>                                                                     | <p>Day 42</p> |



SEPTIMA SEMANA – MALJUT

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <p>א בסיון תפארת שבמלכות ויראוי וז ועלמנ</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>chamisha</i> וְזִמְעָה</p> <p>וְאַרְבָּעִים <i>ve'arbaim</i> יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר</p> <p>יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה <i>shisha</i> שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְשִׁלְשָׁה <i>ushlosa</i></p> <p>יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                                           | <p>Day 45</p> |
| <p>ב בסיון נצח שבמלכות אודו ם עלקתנ</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>shisha</i> שְׁעָה</p> <p>יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה</p> <p>שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְאַרְבָּעָה <i>ve'arba'a</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                                                                                                      | <p>Day 46</p> |
| <p>ג בסיון הוד שבמלכות כל ס יודע</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>shiv'a</i> שְׁבַעַה</p> <p>יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה</p> <p>שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְזִמְעָה <i>vachamisha</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                                                                                                         | <p>Day 47</p> |
| <p>ד בסיון יסוד שבמלכות אפסי ל תעלומת</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>shemona</i> שְׁמוֹנָה</p> <p>וְאַרְבָּעִים <i>ve'arbaim</i> יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר</p> <p>יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה <i>shisha</i> שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְשִׁשָׁה <i>veshisha</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                                                       | <p>Day 48</p> |
| <p>ה בסיון מלכות שבמלכות ארץ ה שקו צית</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>tish'a</i> תִּשְׁעָה וְאַרְבָּעִים</p> <p><i>ve'arbaim</i> יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר יֵפֶ אֵל</p> <p>שְׁעָה <i>shehem</i> שְׁבַעַה <i>shiv'a</i> שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> נִכְרְ:</p>                                                                                                            | <p>Day 49</p> |
| <p>ו בסיון חסד שבמלכות יברכנו ת שועתנ</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>shelosha</i> שְׁלֹשָׁה</p> <p>וְאַרְבָּעִים <i>ve'arbaim</i> יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר</p> <p>יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה <i>shisha</i> שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְיוֹם <i>veyom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>echad</i> אֶחָד, דְּאֵתָ:</p> | <p>Day 43</p> |
| <p>ז בסיון גבורה שבמלכות אלהים נ קבל</p> <p>הַיּוֹם <i>hayom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>arba'a</i> אַרְבָּעָה</p> <p>וְאַרְבָּעִים <i>ve'arbaim</i> יוֹם <i>yom</i> עֵזָה = נֵגֵד = אֵל (יֵאָזֵי מִיּוֹלֵד דְּסִ'ג) - יְהוָה = מִזְבֹּחַ, וְז <i>la'omer</i> לְעוֹמֵר</p> <p>יֵפֶ אֵל <i>shehem</i> שְׁעָה <i>shisha</i> שְׁבִיעוֹת <i>shavu'ot</i> וְשְׁנַיִם <i>ushnei</i> יָמִים <i>yamim</i> נִכְרְ:</p>                                                                         | <p>Day 44</p> |



pues Tú juzgarás a los pueblos con justicia y guiarás a las naciones de la tierra para siempre. Los pueblos Te alabarán, Di-s; todos los pueblos Te alabarán, pues la tierra habrá rendido su fruto, y Di-s, nuestro Di-s, nos bendecirá. Di-s nos bendecirá; y todos, desde los más remotos rincones de la tierra, Le temerán.

### ANA BEKO'ACH

| ANA BEKO'ACH                                                               |          |              |             |           |               |         |                       |
|----------------------------------------------------------------------------|----------|--------------|-------------|-----------|---------------|---------|-----------------------|
| אָנָא                                                                      | בְּכֹחַ  | גְּדוּלַת    | יְמִינֶךָ   | תְּתִיר   | צָרוּרָה      | אָבֹנָא | יִתְצֵ                |
| TZERURAH                                                                   | TATIR    | YEMINECHAH   | GEDULAT     | BEKO'ACH  | ANA           |         | חֶסֶד<br>CHESED       |
| קָבֵל                                                                      | רִינַת   | עֲמֶךָ       | שִׁגְבֹנוֹ  | טַהֲרֵנוּ | נֹרָא         | קָרַע   | שִׁטְנוֹ              |
| NORAH                                                                      | TAHARENU | SAGVENU      | AMECHAH     | RINAT     | KABEL         |         | גְּבוּרָה<br>GEVURAH  |
| נָא                                                                        | גְּבוּר  | דֹּרְשֵׁי    | לְוֹדֶךָ    | כִּבְבַּת | שׁוֹמְרֵם     | נִגְדָה | יִכְשֵׁ               |
| SHOMREM                                                                    | KEVAVAT  | YECHUDECHA   | DORSHEI     | GIBOR     | NA            |         | תְּפָאֶרֶת<br>TIFERET |
| בְּרַחֲמֵי                                                                 | טַהֲרֵם  | רוּחֵי       | צְדִקְתֶּךָ | תְּמִיד   | גּוֹמְלֵם     | בְּטָר  | צִתְנָה               |
| GOMLEM                                                                     | TAMID    | TZIDKATEKHAH | RACHAMEI    | TAHAREM   | BARCHEM       |         | נֶצַח<br>NETZACH      |
| וְחָסִין                                                                   | קָדוֹשׁ  | בְּרֹב       | טוֹבְךָ     | נָהַל     | עֲדַתְךָ      | וְחָקֵב | טִנְעָה               |
| ADATECHA                                                                   | NAHEL    | TUVCHA       | BEROV       | KADOSH    | CHASIN        |         | הוֹד<br>HOD           |
| יִחִיד                                                                     | גָּאֵה   | לְעֲמֶךָ     | פְּנֵה      | אוֹכְרֵי  | קְדוּשַׁתְךָ  | יִגְלֵ  | פֹּזֵק                |
| KEDUSHATECHA                                                               | ZOCHREI  | P'NEH        | LE'AMCHA    | GE'EH     | YACHID        |         | יֶסֶד<br>YESOD        |
| שׁוֹעֲתֵנוּ                                                                | קָבֵל    | וְשׁוֹמֵעַ   | צְעָקֹתֵנוּ | יֹדֵעַ    | תְּעַלּוֹמוֹת | שְׂקוֹ  | צִיַּת                |
| TA'ALUMOT                                                                  | YODE'A   | TZA'AKATENU  | USHMA       | KABEL     | SHAVATENU     |         | מַלְכוּת<br>MALCHUT   |
| ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד<br>VA'ED LE'OLAM MALCHUTOH KEVOD SHEM BARUCH |          |              |             |           |               |         |                       |

Te imploramos, con el gran poder de Tu diestra, que liberes al cautivo. Acepta la plegaria de Tu pueblo; fortalécenos, purifícanos, reverenciado. Poderoso, Te imploramos, guarda como la niña del ojo a aquéllos que procuran Tu Unicidad. Bendícelos, purifícalos; concédeles por siempre Tu misericordiosa rectitud. Poderoso, Santo, en Tu abundante bondad, guía a Tu congregación. Único y Soberbio, vuélvete hacia Tu pueblo que recuerda Tu santidad. Acepta nuestra súplica y escucha nuestro clamor, Tú que conoces los pensamientos secretos.

Bendito sea el nombre de la gloria de Su reino por siempre jamás.

Contar 1 día

**Hoy es un día del Omer.**

Jesed ShebeJesed

היום יום אחד לעומר:  
חסד שבחסד

Contar 2 días

**Hoy es dos días del Omer.**

Gevura ShebeJesed

היום שני ימים לעומר:  
גבורה שבחסד

Contar 3 días

**Hoy es tres días del Omer.**

Tiferet ShebeJesed

היום שלשה ימים לעומר:  
תפארת שבחסד

Contar 4 días

**Hoy es cuatro días del Omer.**

Netzaj ShebeJesed

היום ארבעה ימים לעומר:  
נצח שבחסד

Contar 5 días

**Hoy es cinco días del Omer.**

Hod ShebeJesed

היום חמשה ימים לעומר:  
הוד שבחסד

Contar 6 días

**Hoy es seis días del Omer.**

Iesod ShebeJesed

היום ששה ימים לעומר:  
יסוד שבחסד

Contar 7 días

**Hoy es siete días, que son una semana del Omer.**

Maljut ShebeJesed

היום שבועה ימים שהם שבוע אחד לעומר:  
מלכות שבחסד

## RIBONO SHEL OLAM

רבונו של עולם אתה צויתנו על ידי משה עבדך שם פה לספור ספירת העומר  
קמך שם יש אל כדרי לטהרנו מקלפותנו ומטומאתינו. כמו שכתבת בתורתך: וספרתם  
לכם במזירת השבת מיים עד שבת מוסף, עד שם הביאכם את-עמר שם יש אל התנוקה שבע  
שבתות תמימות תהיינה: עד במזירת השבת השביעת תספרו ומעיים יום עד שם  
עד מוסף, עד שם כדרי שיטהרו נקשות עמך ישראל מוזהמתם. ובכן יהי רצון מהשם מלפניך  
שם שם + שם + שם + שם יהוה אלהינו אלהי אלהי ילתי רמב אבותינו, שבזכות ספירת העומר  
קמך שם יש אל שספרתי היום עד שם, עד שם מוסף, עד שם, יתקן בזה שם שם יד הא ואל הא שפגמתי בספירה

Amo del universo, Tú nos has ordenado por medio de Moshé, Tu servidor, contar Sefirat HaOmer, a fin de purificarnos de nuestra iniquidad e impureza. Tal como has escrito en tu Torá: "Contaréis para vosotros desde el día siguiente al día de descanso, desde el día en que traéis el Omer como ofrenda mecida; [la cuenta será] siete semanas completas. Hasta el día posterior a la séptima semana contaréis cincuenta días", a fin de que las almas de Tu pueblo Israel sean purificadas de impureza. Por consiguiente, sea Tu voluntad, Adonai nuestro Di-s y Di-s de nuestros padres, que en mérito del Sefirat HaOmer que conté hoy (mencionar el nombre de la sefirá que corresponde a esta noche por ejemplo: Jésed de Jesed) sea rectificado el daño que he causado en la sefira, y que yo sea purificado y santificado con la santidad suprema. Que de este modo se conceda abundante generosidad sobre todos los mundos. Que rectifique nuestro néfesh, rúaj y neshamá de toda bajeza y defecto, y que nos purifique y santifique con Tú suprema santidad. Amén, séla.