

Remember: It's a mitzva to count even if you aren't saying a bracha anymore - but hopefully, you are: **ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם, אשר קדשנו במצותיו וצונו על ספירת העומר**

**Note: This calendar flows from left to right and each box is the night you count and its following day**

Sunday, from 7:30pm B'dikat Chametz  
Monday: eat 'til 10:30am benefit/sell/burn/nullify 'til 11:35am

**First day of PESACH**

**2nd day of Pesach**  
April 11-12  
היום יום אחד לעומר  
חסד שבחסד

**3rd day of Pesach**  
April 12-13  
היום שני ימים לעומר  
גבורה שבחסד

**4th day of Pesach**  
April 13-14  
היום שלשה ימים לעומר  
תפארת שבחסד

**SHABBAT CHOL HAMO'ED**  
יהש"ד April 14-15  
היום ארבעה ימים לעומר  
נצח שבחסד

**6th day of Pesach**  
April 15-16  
היום חמשה ימים לעומר  
הוד שבחסד

**Seventh day of Pesach**  
April 16-17  
היום ששה ימים לעומר  
יסוד שבחסד

**Isru Chag**  
April 17-18  
היום שבעה ימים שהם שבוע אחד לעומר  
מלכות שבחסד

**23rd of Nisan**  
April 18-19  
היום שמונה ימים שהם שבוע אחד ויום אחד לעומר  
חסד שבגבורה

**24th of Nisan**  
April 19-20  
היום תשעה ימים שהם שבוע אחד ושני ימים לעומר  
גבורה שבגבורה

**25th of Nisan**  
April 20-21  
היום עשרה ימים שהם שבוע אחד ושלשה ימים לעומר  
תפארת שבגבורה

**SH'MINI**  
April 21-22  
היום אחד עשר יום שהם שבוע אחד וארבעה ימים לעומר  
נצח שבגבורה

**27th of Nisan**  
April 22-23  
היום שנים עשר יום שהם שבוע אחד וחמשה ימים לעומר  
הוד שבגבורה

**YOM HASHO'A נדחה**  
April 23-24  
היום שלשה עשר יום שהם שבוע אחד וששה ימים לעומר  
יסוד שבגבורה

**29th of Nisan**  
April 24-25  
היום ארבעה עשר יום שהם שני שבועות לעומר  
מלכות שבגבורה

**Alef Rosh Chodesh Iyar**  
April 25-26  
היום חמשה עשר יום שהם שני שבועות ויום אחד לעומר  
חסד שבתפארת

**Bet Rosh Chodesh Iyar**  
April 26-27  
היום ששה עשר יום שהם שני שבועות ושני ימים לעומר  
גבורה שבתפארת

**2nd of Iyar**  
April 27-28  
היום שבעה עשר יום שהם שני שבועות ושלשה ימים לעומר  
תפארת שבתפארת

**TAZRI'A-M'TZORA**  
April 28-29  
היום שמונה עשר יום שהם שני שבועות וארבעה ימים לעומר  
נצח שבתפארת

**4th of Iyar**  
April 29-30  
היום תשעה עשר יום שהם שני שבועות וחמשה ימים לעומר  
הוד שבתפארת

**YOM HAZIKARON נדחה**  
Apr30 - May 1  
היום עשרים יום שהם שני שבועות וששה ימים לעומר  
יסוד שבתפארת

**YOM HA'ATZMA'UT נדחה**  
May 1-2  
היום אחד ועשרים יום שהם שלשה שבועות לעומר  
מלכות שבתפארת

**7th of Iyar**  
May 2-3  
היום שנים ועשרים יום שהם שלשה שבועות ויום אחד לעומר  
חסד שבנצח

**8th day of Iyar**  
May 3-4  
היום שלשה ועשרים יום שהם שלשה שבועות ושני ימים לעומר  
גבורה שבנצח

**9th of Iyar**  
May 4-5  
היום ארבעה ועשרים יום שהם שלשה שבועות ושלשה ימים לעומר  
תפארת שבנצח

**ACHAREI-K'DOSHIM**  
May 5-6  
היום חמשה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וארבעה ימים לעומר  
נצח שבנצח

**11th of Iyar**  
May 6-7  
היום ששה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וחמשה ימים לעומר  
הוד שבנצח

**12th of Iyar**  
May 7-8  
היום שבעה ועשרים יום שהם שלשה שבועות וששה ימים לעומר  
יסוד שבנצח

**13th of Iyar**  
May 8-9  
היום שמונה ועשרים יום שהם ארבעה שבועות לעומר  
מלכות שבנצח

**PESACH SHENI**  
May 9-10  
היום תשעה ועשרים יום שהם ארבעה שבועות ויום אחד לעומר  
חסד שבהוד

**15th day of Iyar**  
May 10-11  
היום שלשים יום שהם ארבעה שבועות ושני ימים לעומר  
גבורה שבהוד

**16th of Iyar**  
May 11-12  
היום אחד ושלשים יום שהם ארבעה שבועות ושלשה ימים לעומר  
תפארת שבהוד

**EMOR**  
May 12-13  
היום שנים ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וארבעה ימים לעומר  
נצח שבהוד

**LAG BA'OMER**  
May 13-14  
היום שלשה ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וחמשה ימים לעומר  
הוד שבהוד

**19th of Iyar**  
May 14-15  
היום ארבעה ושלשים יום שהם ארבעה שבועות וששה ימים לעומר  
יסוד שבהוד

**20th of Iyar**  
May 15-16  
היום חמשה ושלשים יום שהם חמשה שבועות לעומר  
מלכות שבהוד

**21st of Iyar**  
May 16-17  
היום ששה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ויום אחד לעומר  
חסד שביסוד

**22nd day of Iyar**  
May 17-18  
היום שבעה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ושני ימים לעומר  
גבורה שביסוד

**23rd of Iyar**  
May 18-19  
היום שמונה ושלשים יום שהם חמשה שבועות ושלשה ימים לעומר  
תפארת שביסוד

**B'HAR-B'CHUKOTAI**  
May 19-20  
היום תשעה ושלשים יום שהם חמשה שבועות וארבעה ימים לעומר  
נצח שביסוד

**25th of Iyar**  
May 20-21  
היום ארבעים יום שהם חמשה שבועות וחמשה ימים לעומר  
הוד שביסוד

**26th of Iyar**  
May 21-22  
היום אחד וארבעים יום שהם חמשה שבועות וששה ימים לעומר  
יסוד שביסוד

**27th of Iyar**  
May 22-23  
היום שנים וארבעים יום שהם ששה שבועות לעומר  
מלכות שביסוד

**YOM YERUSHALAYIM**  
May 23-24  
היום שלשה וארבעים יום שהם ששה שבועות ויום אחד לעומר  
חסד שבמלכות

**29th of Iyar**  
May 24-25  
היום ארבעה וארבעים יום שהם ששה שבועות ושני ימים לעומר  
גבורה שבמלכות

**Rosh Chodesh Sivan**  
May 25-26  
היום חמשה וארבעים יום שהם ששה שבועות ושלשה ימים לעומר  
תפארת שבמלכות

**BAMIDBAR**  
May 26-27  
היום ששה וארבעים יום שהם ששה שבועות וארבעה ימים לעומר  
נצח שבמלכות

**3rd of Sivan**  
May 27-28  
היום שבעה וארבעים יום שהם ששה שבועות וחמשה ימים לעומר  
הוד שבמלכות

**4th of Sivan**  
May 28-29  
היום שמונה וארבעים יום שהם ששה שבועות וששה ימים לעומר  
יסוד שבמלכות

**Erev Yom Tov (5 Sivan)**  
May 29-30  
היום תשעה וארבעים יום שהם שבעה שבועות לעומר  
מלכות שבמלכות

**SHAVUOT**  
May 30-31  
All night learning at the OU Israel Center

*Tfila & Concert*  
TUE. evening May 23rd  
Excellence 2000 Theatre  
see TT for details

**הרחמן הוא יחזיר לנו עבודת בית המקדש למקומה, במהרה בימינו אמן סלה.**  
See other side of this sheet for other passages that many say before and after counting the Omer

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 Kabbalistic 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 בֵּית הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה,  
בְּמַהְרָה בְּיָמֵינוּ, אָמֵן סְלָה.**

[יהי רצון מלפניך, ה' אלהינו וא' להי אבותינו,  
ש'יבנה בית המקדש במהרה בימינו, ותן חלקנו בתורתך:]

לְמַנְצַח בְּנִגְיוֹת מְזֻמּוֹר שִׁיר: אֱלֹהִים יַחַנְנוּ וַיְבָרְכֵנוּ יָאֵר פָּנָיו אֶתְנוּ סְלָה:  
לְדַעַת בְּאָרְץ דְּרָכָךְ בְּכֹל גּוֹיִם יִשׁוּעָתְךָ: יוֹדוּךָ עַמִּים אֱלֹהִים יוֹדוּךָ עַמִּים  
כָּלֵם: יִשְׁמְחוּ וַיִּרְנְנוּ לְאֲמִים כִּי תִשְׁפֹּט עַמִּים מִיִּשְׂרָאֵל וְלְאֲמִים בְּאָרְץ תְּנַחֵם  
סְלָה: יוֹדוּךָ עַמִּים אֱלֹהִים יוֹדוּךָ עַמִּים כָּלֵם: אָרֶץ נִתְּנָה יְכוּלָה יְבָרְכֵנוּ  
אֱלֹהִים אֱלֹהֵינוּ: יְבָרְכֵנוּ אֱלֹהִים וַיִּירָאוּ אוֹתוֹ כֹּל אֶפְסֵי אָרֶץ:

אָנָּה בַכַּח. גְּדֹלַת יְמִינְךָ. תִּתִּיר צְרוּרָה: קִבֵּל רֵנַת עַמְּךָ. שִׁגְבֵנוּ טַהֲרֵנוּ נוֹרָא:  
נָא גְבוּר. דּוֹרְשֵׁי יַחֲוֹדְךָ. כְּבַבַּת שְׁמָרֵם: בְּרָכֵם טַהֲרֵם. רַחֲמֵם. צְדָקָתְךָ תְּמִיד  
גְּמֵלֵם: חֲסִין קְדוֹשׁ. בְּרוּב טוֹבְךָ. נִהַל עֲדָתְךָ: יַחֲדֵי גֵאָה. לַעֲמֹךָ פִּנְהָ. זוֹכְרֵי  
קִדְשֶׁךָ: שׁוֹעֲתֵנוּ קִבֵּל. וּשְׁמַע צַעֲקָתֵנוּ. יוֹדַע תַּעֲלוּמוֹת:  
בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֵד:

רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם. אֶתְהָ צוּיָתְנוּ עַל יְדֵי מַשָּׁה עֲבָדְךָ לְסַפּוֹר סְפִירַת הָעוֹמֵר  
כְּדֵי לְטַהֲרֵנוּ מִקְּלוּפוֹתֵינוּ וּמִטּוּמְאוֹתֵינוּ. כְּמוֹ שֶׁכָּתַבְתָּ בְּתוֹרָתְךָ. וְסִפְרָתֵם  
לָכֶם מִפְּנוּזְרַת הַשְּׁלֵבֹת מִיּוֹם הַבֵּיאָכֶם אֶת עוֹמֵר הַתְּנוּפָה שִׁבַּע שְׁבֻעוֹת  
תְּמִימוֹת וְתִהְיֶינָה. עַד מִפְּנוּזְרַת הַשְּׁלֵבֹת הַשְּׁבִיעִית תִּסְפְּרוּ זְמַשִּׁים יוֹם.  
כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזְהַמְתָּם: וּבִכֵּן יֵהִי רִצּוֹן מִלְּפָנֶיךָ ה'  
אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שֶׁבְזָכוֹת סְפִירַת הָעוֹמֵר שְׁסִפְרָתֵי הַיּוֹם יִתְקַן מַה  
שֶׁפָּגַמְתִּי בְּסִפְרָה (insert here the pair of words at the end of the day's count).  
וְאִטְהָר וְאִתְקַדַּשׁ בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה. וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַּע שִׁפְעַ רַב בְּכָל  
הָעוֹלָמוֹת וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג וּפְגָם.  
וְלְטַהֲרֵנוּ וְלִקְדַּשְׁנוּ בְּקִדְשֶׁךָ הָעֲלִיוֹנָה. 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 SFIRAT 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 AMEN 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 יַחֲוֹד קוֹדֵשׁא בְּרִיךְ הוּא וְשִׁכְנִיתִיָּה בְּדַחֲלֵנוּ וּרְחִימוּ.  
לְיַחַד שֵׁם י"ה בּו"ה בְּיַחְוֹדָא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל

הַנְּנִי מוֹכֵן וּמְזוּמֵן לְקִיָּם מִצּוֹת עֲשֵׂה שֶׁל סְפִירַת הָעוֹמֵר. כְּמוֹ  
שֶׁכָּתוּב בְּתוֹרָה. וְסִפְרָתֵם לָכֶם מִפְּנוּזְרַת הַשְּׁלֵבֹת מִיּוֹם  
הַבֵּיאָכֶם אֶת עוֹמֵר הַתְּנוּפָה שִׁבַּע שְׁבֻעוֹת תְּמִימוֹת וְתִהְיֶינָה:  
עַד מִפְּנוּזְרַת הַשְּׁלֵבֹת הַשְּׁבִיעִית תִּסְפְּרוּ זְמַשִּׁים יוֹם  
וְהִקְרַבְתֶּם מִנְזוּחַ זוֹדְשֵׁה לָהּ:

וַיְהִי נֹעֵם אֱדֹנָי אֱלֹהֵינוּ עֲלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדִינֵנוּ כּוֹנְנָה עֲלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדִינֵנוּ כּוֹנְנָה:

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