



## OMERTELLING

### Dag 44

Ga staan en reciteer de volgende bracha/zegen (\*)

*Baruch ata Adonai, Eloheinu melech haolam asher kideshanu b'mitzvotav v'tzivanu al sefirat haomer.*

Gezegend bent u, Eeuwige onze G-d, Koning van tijd en ruimte, die ons leven heiligt met Zijn opdrachten en die ons heeft opgedragen de omèr te tellen.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ  
בְּמִצְוֹתָיו, וְצִוָּנוּ עַל סִפִּירַת הָעוֹמֶר:

Vernoem nu de dag die je telt : ‘ vandaag zijn het vierenveertig dagen,  
dat zijn zes weken en twee dagen van de omèr ‘

Desgewenst kan je Psalm 67 lezen

Meditatie van de dag : Gevurah ShebeMalchus

LEVENDE KLEDING

(Bron: Omer Counter van Chabad.org)

Er is een pak dat we dragen dat een eigen leven leidt.

Het is gebreid uit de stof van woorden, beelden en geluiden, ondeugende figuren die niemand anders kan zien - of zou willen weten.

Jij hoort ze echter dag en nacht, kletsend, zoemend, hun spelletjes spelend op de binnenplaats van je geest. Ze zijn alle draden van het kledingstuk van gedachten dat je omhult.

Laat je gedachten hun gang gaan, en ze zullen je meenemen naar plaatsen die je nooit hebt willen zien.

Grijp de teugels, beheers ze, leid ze, buig je geest, en ze zullen volgen.  
Geef ze een script, en ze zullen meespelen.

Doe iets vlug, want jij, per slot van rekening, bent in hen gekleed.



(\*) Ben je 's avonds vergeten de omèr te tellen? Tel dan de volgende dag, maar zonder bracha.  
De volgende avonden tel je verder zoals gebruikelijk, dus met de bracha.