



OMERTELLING

Dag 48

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 סִפְרֵת הָעוֹמֶר:

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

Desgewenst kan je Psalm 67 lezen

Meditatie van de dag : Yesod ShebeMalchus
(Bron: Omer Counter van Chabad.org)

DE KRACHT VAN
HET NIET DENKEN

Denken heeft een diepgaand effect. Niet denken ook.

Een geest die bezeten is van de tragedies van gisteren, de pijnen van vandaag en de donkere wolken van morgen, creëert problemen waar er geen zijn.

Het verandert dagdromen in realiteiten, molshopen tot gedrochten, onschuldige wezens in giftige slangen. Des te meer wanneer zulke woorden over de lippen komen in de tastbare wereld die wij allen delen.

Daarom is het eenvoudigweg de rug toekeren naar die gedachten zo'n krachtige vorm van genezing - voor elke soort ziekte. Leid je geest af naar goede gedachten, productieve gedachten, gedachten van vertrouwen in Degene Die Jou gemaakt heeft, en vooral gedachten van Tora.

Genees je geest en genees je ziel. Je zult je lichaam ook genezen.



(*) 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.