

COUNTING THE OMER

Loving God, let me carry out the mitzvah of counting the Omer in holiness and purity, joyously and with all my heart. Let me fulfill the mitzvah in all its details and fine points with the proper intentions, and all the 613 mitzvot that are bound up with it. Through the mitzvah of counting the Omer, let us break and uproot the husk of Haman-Amalek and rid the world of it completely.

Help me enter the Purim season and celebrate Purim with great joy. Let the holy radiance of Purim—the holiness of Mordekhai and Esther—shine upon us and our children and all Your people Israel.

Let me fulfill all the mitzvot of Purim in holiness and purity, joyously and with all my heart. Put joy into my heart and let it spread to my hands and feet, until I clap my hands and dance for joy in praise of Your Name.

Help me renew my commitment to fulfill all the teachings of Your Torah with love. Help me learn, teach, guard, observe and fulfill the Torah. Enlighten my eyes and grant that I should study and understand both the revealed and the mystical aspects of the Torah. Help me advance from level to level and grasp Your hidden secrets, so that I do not come before You with shame.

לימי הספירה

וְזַכְּנִי בְּרַחֲמֶיךָ הָרַבִּים לְקַיֵּם מִצְוֹת סְפִירַת הָעֹמֶר בְּקִדְּשָׁה וּבִטְהָרָה, וּבְלֵב טוֹב וּבְשִׂמְחָה גְּדוֹלָה, עִם כָּל פְּרָטֶיהָ וְדִקְדּוּקֶיהָ וּכְוִנוֹתֶיהָ וְתַרְי"ג מִצְוֹת הַתְּלוּיִים בָּהּ. וְעַל-יְדֵי-זֶה נִזְכֶּה לְהַכְנִיעַ וּלְשַׁבֵּר וּלְעַקֵּר וּלְבַטֵּל קְלַפַּת הָמוֹן-עֲמָלֶק מִן הָעוֹלָם.

וְתַעֲזָרְנִי בְּרַחֲמֶיךָ לְקַיֵּם וּלְקַבֵּל אֶת יְמֵי הַפּוּרִים בְּשִׂמְחָה גְּדוֹלָה, וְנִזְכֶּה שְׂיִמְשֹׁךְ קִדְּשֵׁי הָאֶרֶץ פּוּרִים, קִדְּשֵׁי מְרֹדֶכִּי וְאַסְתֵּר עָלֵינוּ וְעַל זְרַעֲנוּ וְעַל כָּל עַמֶּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל.

וְנִזְכֶּה לְקַיֵּם כָּל הַמִּצְוֹת הַנוֹהֲגוֹת בְּפּוּרִים בְּקִדְּשָׁה וּבִטְהָרָה וּבְלֵב טוֹב וּבְשִׂמְחָה גְּדוֹלָה. וְתִתֵּן שִׂמְחָה בְּלִבֵּנוּ עַד שֶׁתִּתְפַּשֵּׁט הַשִּׂמְחָה בִּידֵינוּ וּרְגֵלֵינוּ, וְנִזְכֶּה אֲזַי לְהַמְחִאת כָּף וּרְקוּדִין דְּקִדְּשָׁה בְּשִׂמְחָה גְּדוֹלָה לְשִׂמְחָה בְּאַמֻּת.

וְעֲזָרְנוּ בְּרַחֲמֶיךָ הָרַבִּים שְׂנִקְבֵּל עַל עֲצָמֵנוּ מִחֻדָּשׁ לְקַיֵּם אֶת כָּל דְּבָרֵי תּוֹרָתְךָ בְּאַהֲבָה, וְנִזְכֶּה לְלַמּוֹד וּלְלַמֵּד לְשִׁמּוֹר וּלְעֲשׂוֹת וּלְקַיֵּם, וְתֹאִיר עֵינֵינוּ בְּתוֹרָתְךָ, וְנִזְכֶּה לְלַמּוֹד וּלְהַבִּין וּלְהַשְׁכִּיל בְּנִגְלָה וּבִנְסֻתָּהּ בְּאַמֻּת, וְתִזְכְּנוּ לְהַשִּׁיג נִסְתָּרוֹת יי בְּכָל פַּעַם, וְלֹא גִיעוֹל בְּכִסּוּפָא קַמָּךְ.

21 AV

COUNTING THE OMER

When We Recite Psalms, We Attain Repentance

From the outset, You created Your world for the sake of the Jewish people, Your chosen nation.

In Your vast compassion, You granted us Your holy Torah through Your prophet Moses, the faithful one of Your house, giving us life as on this day, so that through it we may attain the day that is entirely good and entirely long.

In Your intense kindness, You granted us ever-greater kindness and favors, wonders and awesome matters through the Tzaddikim in every generation, all of whom made the Torah increasingly accessible.

We must recognize how much God has done for us, the vast lovingkindness and great compassion that we have attained, “the faithful kindness repaid to David.”

You gave us ever-greater kindness and goodness. You expanded the kindness that You performed on our behalf to revive our souls, and sent us a redeemer and teacher, “the anointed one of the God of Jacob and the sweet singer of Israel” — David, king of Israel, who lives and endures.

He wrote the holy, awesome Book of Psalms on our behalf, in five parts corresponding to the Five Books of the Torah. How great is the goodness that You have performed on our behalf! How shall we repay HaShem for all that He has given us?

In Your vast compassion, You revealed that when we recite psalms, we attain repentance. You desire kindness. You desire the repentance of the wicked and not their death.

Therefore, You brought us the medicine before the wound by graciously giving us this holy Book of Psalms, which opens to us all of the gates of compassion, all of the gates of repentance, which are the fifty gates of repentance, corresponding to the fifty gates of understanding.

כא אב

לימי הספירה

אתה יצרת עולמך מקדם בשביל ישראל עמך אשר בהם בחרת.

וברחמיה הרבים זכית אותנו ונתת לנו את תורתך הקדושה על ידי משה נביאך נאמן בידך לחיותנו כהיום הזה, למען נזכה על ידה ליום שכלו טוב וכלו ארך.

וברחמיה העצומים הוספת לנו חסדים וטובות נפלאות ונוראות על ידי כל הצדיקים שבכל דור ודור, אשר כלם עשו אצנים לתורה משמרת למשמרת.

במה מעלות טובות למקום עלינו, עד אשר זכינו גם זכינו, לחסדים רבים ורחמים גדולים, “חסדי דוד הנאמנים”.

אשר הוספת לנו חסד וטוב, ותגדל חסדך אשר עשית עמנו, להחיות את נפשנו, ושלחת לנו מושיע ורב, “משיח אלהי יעקב ונעים זמירות ישראל”, הוא דוד מלך ישראל החי וקיים.

אשר כתב לנו ספר תהלים הקדוש והנורא, חמשה ספרים בנגד חמשה חמשי תורה, מה רב טובך אשר עשית עמנו, מה נשיב ליהודה כל תגמולהי עלינו.

וברחמיה הרבים גלית לנו, אשר על ידי אמירת תהלים זוכין לתשובה, כי חפץ חסד אתה, ורוצה אתה בתשובתם של רשעים ואין אתה חפץ במיתתם.

על כן הקדמת תרופה למכותנו, וחוננת אותנו בספר תהלים הקדוש הזה, הפותח לנו כל שערי רחמים, כל שערי התשובה, שהם חמשים שערי תשובה, בנגד חמשים שערי בינה.

Master of the world, compassionate Father, in Your vast compassion help us recite psalms all of our days.

Help me and everyone in my family, as part of Your nation of Israel, recite many psalms with great feeling, with a truly whole heart, every single day.

May I focus my heart well so that my ears will hear what my mouth is saying, so I will find every level of myself within the holy verses of psalms, which are composed of all of the souls of Israel and of all levels, from the highest to the lowest.

Even those who have fallen to the most distant places can find themselves in the Book of Psalms.

Everyone can arouse his heart to return to HaShem in complete repentance as a result of reciting psalms, and to reach his own gate of repentance, which resonates to his letter of the forty-nine letters of the names of the tribes of God.

These forty-nine letters correspond to the forty-nine gates of repentance, through which we return to HaShem.

As a result, may HaShem return to us completely, with great compassion and vast kindness.

May He assist and help us to constantly come close to Him from wherever we fell. May we return to Him with complete repentance—repentance upon repentance, continually.

Bring Me Salvation • My compassionate Father, You know how I have deeply compromised all of the ways of Your counsel that You revealed to us through Your true Tzaddikim.

But I know [and believe] with complete faith that it is absolutely impossible to damage Your counsel.

Therefore, I still await and anticipate a complete salvation at every moment. I wait for You to bring me close to You and

רבנו של עולם אב הרחמן, זכנו ברחמיך הרבים, שנוזקה לעסק באמירת תהלים כל ימינו.

ותעזרני אותי ואת כל בני ביתי בכלל ישראל עמה, שאזכה בכל יום ויום לומר תהלים הרבה בהתעוררות גדול בלב שלם באמת.

ואזכה להטות לבבי היטב להשמיע לאזני מה שאני מוציא בפי, באופן שאזכה למצוא עצמי בכל דרגא ודרגא בתוך פסוקי תהלים הקדושים הפלולים מכל נשמות ישראל ומכל המדרגות שבעולם. מן תכלית מדרגה העליונה עד תכלית דיוטא התחתונה.

אשר כל הנפלים והרחוקים בתכלית הרחוק, כלם יכולים למצא את עצמם בתוך ספר תהלים.

וכל אחד יכול לעורר לבבו לשוב בתשובה שלמה להשם יתברך. על ידי אמירת תהלים, ולבא להשער של תשובה השירה לו, שהוא מכון כנגד האות שלו שיש לו במ"ט [בארבעים ותשע] אותיות של שמות שבטי יה.

שהם מ"ט [ארבעים ותשע] אותיות, כנגד מ"ט [ארבעים ותשע] שערי תשובה, שאנו צריכים לשוב על ידם להשם יתברך.

עד שנוזקה על ידי זה שהשם יתברך ישוב אלינו בתשובה שלמה, לרחם עלינו בחסדים רבים ורחמים גדולים.

לסייענו ולעזרנו בכל עת להתקרב אליו יתברך תמיד, מכל המקומות שנפלנו בהם, ולשוב אליו בתשובה שלמה, תשובה על תשובה תמיד.

אנא אבי אב הרחמן, כל דרכי עצותיך אשר גלית לנו על ידי צדיקיך האמתיים, בכלם פגמתי בהם הרבה כאשר אתה ידעת.

אבל אני יודע [ומאמין] באמונה שלמה, שבאמת אי אפשר לקלקל עצותיך בשום אופן בעולם.

על כן עדין אני עומד ומצפה לישועה שלמה בכל עת, שתקרבני

return me to You in complete repentance by means of all of the wondrous and awesome, perfect and simple ways and counsels that You revealed to us through Your true Tzaddikim, so that from now on I will always be in accordance with Your good will.

Master of the world, help me regularly recite many psalms every day with great concentration, with prodigious feeling, with the true attention of my heart, until I will feel the pain of my sins and repent for them completely.

May I attain great joy as a result of reciting psalms. May I arouse the ten types of melody of which the Book of Psalms is composed, which heal the “King’s daughter”—the Congregation of Israel—and sing melodies all of the days of my life about the House of HaShem in a voice of joy and thanks: “HaShem is good; His kindness is forever.”

You Who are filled with compassion, help me emerge from all exiles of soul and body, which are called the exile of Egypt.

Help me purify, refine and reveal all forty-nine gates of repentance as a result of reciting psalms, which include all of the “names of the children of Israel coming to Egypt” that are comprised of forty-nine letters, corresponding to the forty-nine gates of repentance.

In this way, bring me out of the forty-nine gates of uncleanness and into the forty-nine gates of holiness. Take me out of the “narrowness of the throat,” so that my throat will not be hoarse as a result of having called out to You so much from the narrowness of the throat.

Bring me out to expansiveness. Raise me from the “land of Egypt,” from the “narrowness of the throat,” so that I will open my mouth and You will fill it with all true and eternal good. Then I will truly come close to You and return to You in complete and wholehearted repentance, with my body, soul and financial affairs.

אֱלֹהִי וְתַחֲזִירָנִי בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה לְפָנֶיךָ, עַל יְדֵי כָּל הַדְּרָכִים וְהַעֲצוֹת הַנִּפְלְאוֹת וְהַנּוֹרְאוֹת הַתְּמִימוֹת וְהַפְּשׁוּטוֹת, אֲשֶׁר גָּלִיתָ לָנוּ עַל יְדֵי צְדִיקָה הָאֱמֶתִיִּים, בְּאִפֹּן שְׁאֵזְכָּה מֵעַתָּה לֵהֱיוֹת בְּרָצוֹנְךָ הַטּוֹב תָּמִיד.

רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם זַכְּנִי לֵהֱיוֹת רָגִיל מְאֹד בְּאַמִּירַת תְּהִלִּים הַרְבֵּה בְּכָל יוֹם בְּכוֹנָה גְּדוּלָּה, בְּהַתְעוֹרְרוֹת נִפְלָא בְּכוֹנַת הֶלֶב בְּאַמֶּת, עַד שְׁאֵזְכָּה עַל יְדֵי זֶה לְהַרְגִּישׁ כְּאֵב עֲוֹנוֹתַי, וְלָשׁוּב עֲלֵיהֶם בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה.

וְאֵזְכָּה לְשִׁמְחָה גְּדוּלָּה עַל יְדֵי אֱמִירַת תְּהִלִּים, וְלַעֲוֹר עָלַי כָּל הָעֲשָׂרָה מִיָּנִי נְגִינָה שֶׁנֶּאֱמַר בָּהֶם סִפֵּר תְּהִלִּים, שֶׁהֵם רְפוּאוֹת הַבַּיִת מֶלֶךְ, שֶׁהֵיא כְּנֶסֶת יִשְׂרָאֵל, וְנִגְנְנוֹתַי אֲנִי כָּל יְמֵי חַיִּי עַל בֵּית יְהוָה בְּקוֹל רִנָּה וְתוֹדָה, “כִּי טוֹב יְהוָה כִּי לְעוֹלָם חֶסֶדּוֹ.”

מִלֵּא רַחֲמִים, זַכְּנִי לְצִאת מַגְלוֹת מִצְרַיִם, וּמִכָּל הַגְּלוּת שֶׁל הַנֶּפֶשׁ וְהַגּוּף אֲשֶׁר כָּלָם מְכוֹנִים בְּשֵׁם גְּלוּת מִצְרַיִם.

זַכְּנִי שְׁאֵזְכָּה לְטַהֵר וּלְזַכֵּךְ וּלְגַלּוֹת כָּל הַמַּטְטְעֵי תַשׁוּבָה עַל יְדֵי אֱמִירַת תְּהִלִּים הַכּוֹלֵל אֶת כָּל “שְׁמוֹת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל הַבָּאִים מִצְרַיִמָּה”, שֵׁישׁ בָּהֶם מַטְטְעֵי אוֹתִיּוֹת כְּנֶגֶד מַטְטְעֵי תַשׁוּבָה.

וְעַל יְדֵי זֶה תּוֹצִיאֵנִי מִמַּטְטְעֵי טְמֵאָה וְתַכְנִיסֵנִי בְּתוֹךְ מַטְטְעֵי קִדְשָׁה, וְתּוֹצִיאֵנִי מִמִּצַּר הַגְּרוֹן, שֶׁלֹּא יִהְיֶה נָחַר גְּרוֹנִי, כִּי כְּבֹר קִרְאֲתֶיךָ מִמִּצַּר הַגְּרוֹן הַרְבֵּה.

הוֹצִיאֵנִי לְמִרְחָב וְזַכְּנִי וְהַעֲלֵנִי מִבְּחִינַת אֶרֶץ מִצְרַיִם מִמִּצַּר הַגְּרוֹן, עַד שְׁאֵזְכָּה לְהִרְחִיב פִּי וְאַתָּה תִּמְלֹאֵהוּ בְּכָל טוֹב אֱמֶתִי וְנִצְחִי, בְּאִפֹּן שְׁאֵזְכָּה לְהִתְקַרֵּב וְלָשׁוּב אֵלֶיךָ בְּתַשׁוּבָה שְׁלֵמָה בְּאַמֶּת בְּכָל לֵב בְּגוּף וּנְפֶשׁ וּמָמוֹן.

"Bring me back and I will return, for You are [HaShem] my God." Bring us back, our Father, to Your Torah, and bring us close, our King, to serve You. Return us to You in complete repentance.

You look to the wicked person and desire his vindication. You desire repentance. "You do not desire the death of a person who dies," "but that he will repent of his deeds and live." You wait for him until the day of his death, and if he repents, You immediately accept him.

"You press a man down until his soul is crushed, and You say, 'Return, sons of man!'" Bring us back, God of our salvation. Turn back Your anger against us. "Return us to You, HaShem, and we will return; renew our days as of old."

22 AV

Counting the Omer • Master of the world, "recall Your compassion, HaShem, and Your kindness, which are eternal." Please recall the wondrous and awesome kindness that You performed on our behalf when You brought us out of Egypt with great might and a strong hand.

You revealed to us the truth of the faith in Your Godliness with a great, wondrous and sweet light. You performed great and awesome signs and miracles in order to reveal Your Godliness, Your Oneness and Your absolute sovereignty.

Afterward, You brought us close to You as a holy people. You took us out of the forty-nine gates of uncleanness and brought us into the forty-nine gates of holiness—which are the forty-nine gates of repentance that are associated with the forty-nine letters of the names of the tribes of God.

In Your vast compassion, You commanded us to count the corresponding forty-nine days of sefirah, in order to purify the polluted souls of Your nation, the Jewish people.

Then, as a result of the mitzvah of Counting the Omer, we can emerge from uncleanness to purity, leaving the forty-nine gates of uncleanness behind and entering the forty-nine gates of holiness.

"הַשִּׁיבֵנִי וְאֶשׁוּבָה כִּי אַתָּה [יְהוָה] אֱלֹהֵי", הַשִּׁיבֵנו אֲבִינוּ לְתוֹרָתְךָ, וְקִרְבֵנו מִלִּפְנֵי לַעֲבֹדְתְךָ, וְהַחְזִירֵנוּ בְּתִשְׁבּוּבָה שְׁלֵמָה לְפָנֶיךָ.

כִּי אַתָּה צוֹפֶה לְרָשָׁע וְחַפֵּץ בְּהַצְדָקוֹ, וְרוֹצֶה אֶתָּה בְּתִשְׁבּוּבָה, "כִּי לֹא תַחַפֵּץ בְּמוֹת הַמֵּת כִּי אִם בְּשׁוּבוֹ מִדַּרְכָּיו וְחַיָּה, וְעַד יוֹם מוֹתוֹ תַּחֲפֶה לוֹ, אִם יָשׁוּב מִיַּד תִּקְבְּלוּ".

"תָּשׁוּב אָנוּשׁ עַד דָּבָא" עַד דְּכְדוּכָה שֶׁל נָפֶשׁ, "וְתֵאמֹר שׁוּבוּ בְנֵי אָדָם". שׁוּבֵנו אֱלֹהֵי יִשְׁעֵנו וְהִפֵּר כַּעֲסְךָ עִמָּנוּ. "הַשִּׁיבֵנו יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְנִשְׁבּוּבָה חֲדָשׁ יָמֵינוּ כְּקֵדָם".

כב אב

רְבוּנוֹ שֶׁל עוֹלָם "זְכוּר רַחֲמֶיךָ יְהוָה וְחַסְדֶיךָ כִּי מַעֲלָם הָמָּה", זְכוּר נָא הַחֲסֵד הַנִּפְלָא וְהַנּוֹרָא אֲשֶׁר עָשִׂיתָ עִמָּנוּ, אֲשֶׁר הוֹצֵאתָנוּ מִמִּצְרַיִם בְּכַח גָּדוֹל וּבְיָד חֲזָקָה.

וְגִלִּיתָ לָנוּ אֱמֻנָתְךָ אֱמוּנָתְךָ אֱלֹהוּתְךָ בְּאוֹר גָּדוֹל וְנִפְלָא וְנִעֲרַב, וְעָשִׂיתָ אוֹתוֹת וּמוֹפְתִים גְּדוֹלִים וְנוֹרָאִים, כְּדֵי לְגַלּוֹת אֱלֹהוּתְךָ וְאַחֲדוּתְךָ וּמִשְׁלֵתְךָ אֲשֶׁר בְּכָל מְשָׁלָה.

וּמֵאֵז, קִרְבַּת אוֹתָנוּ לָךְ לְעַם קָדוֹשׁ וְהוֹצֵאת אוֹתָנוּ מִמִּצְרַיִם שְׁעָרֵי טְמֵאָה, וְהַכְנִסְתָּ אוֹתָנוּ בְּמִצְרַיִם שְׁעָרֵי קִדְשָׁה, שֶׁהֵם מִצְרַיִם שְׁעָרֵי תִשְׁבּוּבָה הַכְּלוּלִים בְּמִצְרַיִם אוֹתִיּוֹת שֶׁיֵּשׁ בְּשִׁמּוֹת שְׁבָטֵי יִשְׂרָאֵל.

וּבְרַחֲמֶיךָ הַרְבֵּים צִוִּית אוֹתָנוּ לְסַפֵּר כְּנֶגֶד זֶה מִצְוַת יְמֵי הַסְפִּירָה, כְּדֵי לְטַהֵר נַפְשׁוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזְּהָמָתָם.

לְמַעַן נִזְכֶּה עַל יְדֵי מִצְוֹת סְפִירַת הָעֹמֶר לְצֵאת מִטְּמֵאָה לְטָהָרָה, לְצֵאת מִמִּצְרַיִם שְׁעָרֵי טְמֵאָה וּלְכִנּוּס בְּמִצְרַיִם שְׁעָרֵי קִדְשָׁה.

Master of the world, You Who are filled with compassion, in Your intense kindness help me fulfill the mitzvah of Counting the Omer in a timely fashion, with great holiness and with wondrous and awesome enthusiasm.

As a result of the holiness of this awesome mitzvah, may we wake up and truly return to You, and emerge from all of our uncleanness. May we expunge every kind of uncleanness and pollution that clings to us as a result of our evil deeds.

Master of the world, Master of the world, save us with every type of salvation. You know the power of every mitzvah, its great ability to extract us from the places into which we have fallen due to our many sins, and to bring us close to You.

This is particularly true of the mitzvah of Counting the Omer, which prepares us to receive the Torah, which marks the beginning of the Jewish people's coming close to their Father in Heaven.

You gave us this holy mitzvah so that we may emerge from the forty-nine gates of uncleanness and enter the forty-nine gates of holiness.

Help me keep this mitzvah from where I stand now, with the greatest perfection possible for a person like me.

Be filled with compassion on my behalf. Help me and save me as a result of my keeping this mitzvah, and quickly bring me out from uncleanness to purity, from the mundane to the holy, from sadness to joy, from subjugation to redemption, and from darkness to a great light.

On the holy festival of Shavuot, which is the fiftieth day, return to us and open the holy fiftieth gate for us. Pour great compassion and supernal kindness onto us from that gate, so that we will rectify everything and truly return to You always.

Emerging from This Bitter Exile • Master of the world, You Who gaze and look to the end of all generations, You Who think thoughts so that no one will remain cast away from You, You

רבוננו של עולם מלא רחמים, זַכֵּנוּ בַּחֲסִדִּיךָ הַעֲצוּמִים לְקַיֵּם מִצְוַת סְפִירַת הָעֹמֶר בְּזִמְנוֹ בְּקִדְשָׁהּ גְּדוֹלָהּ וּבְהִתְעוֹרְרוֹת נִפְלָא וְנוֹרָא.

שְׁנַזְכֶּה לְהִתְעוֹרֵר עַל יְדֵי קִדְשַׁת מִצְוָה נּוֹרָאָה הַזֹּאת לְשׁוּב אֵלֶיךָ בְּאַמָּת, וּלְצֵאת מִכָּל טְמְאוּתֵינוּ, לְבַעַר מִקְרָבֵנוּ כָּל מִינֵי טְמְאוֹת וְזִהְמוֹת שֶׁנִּדְבַּק בָּנוּ עַל יְדֵי מַעֲשֵׂינוּ הָרָעִים.

רבוננו של עולם רבוננו של עולם, הוֹשִׁיעֵנוּ בְּכָל מִינֵי יְשׁוּעוֹת. כִּי אַתָּה יוֹדֵעַ הַפֶּחַ שֶׁל כָּל מִצְוָה וּמִצְוָה, כַּמָּה גְּדוֹל כֹּחַ לְהוֹצִיא אוֹתָנוּ מִמְּקוֹמוֹת שֶׁנִּפְלָנוּ לָשֵׁם בְּעוֹנוֹתֵינוּ הָרַבִּים וּלְקָרְבֵנוּ אֵלֶיךָ.

וּבִפְרָט מִצְוָה הַזֹּאת שֶׁל סְפִירַת הָעֹמֶר, שֶׁהִיא הַכֵּנָה לְקַבֵּלַת הַתּוֹרָה, שֶׁהִיא תַּחֲלַת הַתְּקָרְבוֹת יִשְׂרָאֵל לֵאבִיהֶם שְׁבַשְׁמִים.

אֲשֶׁר נִתְּנָה לָנוּ מִצְוָה הַקְּדוּשָׁה הַזֹּאת כְּדֵי לְצֵאת מִמִּטְעַן שְׁעָרֵי טְמָאָה וּלְכַנֵּס לָנוּ שְׁעָרֵי הַקְּדוּשָׁה.

זַכֵּנוּ בַּמָּקוֹם שֶׁאֵנִי שָׁם עַכְשָׁיו, שֶׁאֲזַכֶּה לְקַיֵּם מִצְוָה הַזֹּאת בְּתַכְלִית הַשְּׁלֵמוֹת הָאֲפֹשְׁרִי לְאִישׁ כְּעֶרְכִּי לְקַיֵּם מִצְוָה הַזֹּאת.

וְאַתָּה תִּמְלֵא רַחֲמִים עָלַי, וְתַעֲזָרְנִי וְתוֹשִׁיעֵנִי עַל יְדֵי זֶה, וְתוֹצִיאֵנִי מִהֶרָה מִטְּמָאָה לְטִהָרָה, מִחֹל לְקִדְשׁ, מִיָּגוֹן לְשִׂמְחָה, מִשְׁעָבוֹד לְגָאֻלָּה וּמֵאֲפֶלֶה לְאוֹר גְּדוֹל.

עַד אֲשֶׁר נִזְכֶּה בַּחֲג הַשְּׁבוּעוֹת הַקְּדוֹשׁ, בְּיוֹם הַחֲמִשִּׁים, שֶׁאַתָּה תָּשׁוּב אֵלֵינוּ, וְתִפְתַּח לָנוּ שַׁעַר הַחֲמִשִּׁים הַקְּדוֹשׁ, וְתִשְׁפִּיעַ עָלֵינוּ רַחֲמִים גְּדוֹלִים וְחֶסֶד עָלִיוֹן מִשָּׁם, בְּאִפּוֹ שְׁנַזְכֶּה לְתַקֵּן הַכָּל וּלְשׁוּב אֵלֶיךָ בְּאַמָּת תָּמִיד.

רבוננו של עולם, צוֹפֶה וּמַבִּיט עַד סוֹף כָּל הַדּוֹרוֹת, חוֹשֵׁב מִחֲשָׁבוֹת לְבַל יִדַּח מִמֶּךָ גִּדָּח. אַתָּה יוֹדֵעַ תַּקֵּף מְרִירוֹת הַגְּלוּת

know the acute bitterness of this last exile, the level to which we have fallen and descended due to our many sins, a descent deeper than the forty-nine gates of uncleanness.

Because of our many sins, in this troubled time “[we] have descended shockingly, with no one to console [us].” We have sunken “into the muddy depths and cannot stand.” We have entered into the depths of the water and the waves have washed over us.

“Gazing to the right, I see that no one knows me. My refuge is gone; no one seeks my soul.” I have turned in every direction, but salvation is far from me. What can I say? My sins have deeply affected me.

“If Your Torah had not been my delight, I would have perished in my affliction.” “Your kindness to us is great and You have rescued our soul from the lowest Sheol.” For indeed, this last exile has been taxing because we have fallen and descended further than we did in the exile of Egypt.

This is our consolation in our impoverished state: that Your word has revived us. For You brought the medicine before our wound, giving us Your holy Torah through Moses Your prophet.

In the exile of Egypt, we had not yet attained this. We left before receiving the Torah, like a slave fleeing from his master, and that caused subsequent problems.

But now You have already performed wondrous kindness on our behalf. You have already given us Your holy Torah through Moses Your prophet, the faithful one of Your house.

And we have merited a number of great and awesome Tzaddikim in every generation, and we also attained the holy Book of Psalms from David, king of Israel.

However, I admit the truth, confessing before You, HaShem my God and God of my fathers, that nevertheless, I remain entirely on the outside, and have not yet emerged at all from the mundane to the holy.

האחרון הזה, להיכן נפלנו וירדנו בעוונותינו הרבים, אשר ירדתנו עמקה יותר ממ"ט שערי טמאה.

ובעוונותינו הרבים נאמר עלינו על עת צרה הזאת "ותרד פלאים אין מנחם לה". כי טבענו "ביון מצולה ואין מעמד" באנו במעמקי מים ושבילת שטפתנו.

"היט ימין וראה ואין לי מפיר, אבד מנוס ממני אין דורש לנפשי", חזרתי על כל הצדדים וישועה רחקה ממני, ומה אומר ועוונותי עשו לי מה שעשו.

"לולי תורתך שעשעתי אז אבדתי בעניי", כי חסדך גדול עלינו והצללת נפשנו משאול תחתיה, כי האף אמנם זה הגלות האחרון הכביד, כי נפלנו וירדנו למקום שירדנו יותר ויותר מגלות מצרים.

אבל זאת נחמתנו בעניינו כי אמרתך חיתנו, כי כבר הקדמת תרופה למפותנו. כי כבר נתת לנו תורתך הקדושה על ידי משה נביאך.

אשר בגלות מצרים לא זכינו לזה עדין, ויצאנו משם קדם קבלת התורה כעבדא דברח מרבוניה, שזה גרם לנו מה שגרם לנו.

אבל עתה כבר הפלאת חסדך עמנו, ונתת לנו כבר תורתך הקדושה על ידי משה נביאך נאמן ביתך.

וכבר זכינו שהיה לנו כמה וכמה צדיקים גדולים ונוראים בכל דור ודור, וגם זכינו לספר תהלים הקדוש על ידי דוד מלך ישראל.

אבל האמת אני מודה ומתנודה לפניך, יהוה אלהי ואלהי אבותי, כי אף על פי כן עדין אני מבחוץ לגמרי, ועדין לא יצאתי מן החל אל הקדש כלל.

Every day I ask, “What will my end be?” “We hope for peace but there is no goodness, and for a time of healing, but behold, there is fright.” All of the signposts indicating our salvation that I looked forward to have passed by, and still I have not been saved.

Not only that, but I have added transgression to trespass, great and terrible offenses to my previous offenses—woe!

I do not know how I continue to live in such a completely bitter state, with my soul so bewildered, feeling more bitter than death, cast down, rebuffed and rejected.

I constantly rise to Heaven and then descend into profound depths. I am cast down from Heaven to earth thousands and tens of thousands of times without number. My soul is shot about as “in the pocket of the sling.”

I have run out of words and combinations of letters to relate my oppression and bitterness. Woe! Woe! At the very least, I had yearned to mitigate the bitterness of my spirit and express my speech. But even this is too difficult and onerous for me. “My hand is heavy from sighing.”

All of the hides of the “rams of Nebayot” would not suffice as parchment on which to write the effects of our blemishes of one day, or even of one hour.

23 AV

Save Me with Your Holy Counsel • Master of the world, “this is my consolation in my affliction”: that the true Tzaddikim have encouraged us “more than seven men who give advice” and revealed to us that there is no despair in the world at all.

This alone has secured me. Relying on in their great strength, I gaze hopefully for salvation from where I am.

I constantly expect You Who are filled with compassion to save me with all of the holy ways of Your counsel that You revealed to us through Your true Tzaddikim. Every piece of advice has the power to help me and save me.

יום יום אומר מה יהא בסופי, “קוה לשלום ואין טוב, לעת מרפא והנה בעתה”. כלו כל הקצים שהייתי מצפה להושע בהם ועדין לא נושעתי.

ולא די לי בזה, כי אם עוד הוספתי חטא על פשע, פשעים על פשעים גדולים ונוראים אוי ואבוי.

לא ידעתי נפשי איך אני חי בעולם במרירות דמרירות בזה, בפזור הנפש מר ממות בזה, בנפילות והשלכות וזריקות פאלה.

אשר בכל עת אני עולה שמים ויורד תהומות עמקות, והשלכתי עצמי משמים לארץ מתחת, אלפים ורבבות פעמים בלי מספר, ומקלעים את נפשי כמו “בתוך כף הקלע”.

עד אשר אפסו הדבורים והצופי אותיות לספר מצוקותי ומרירותי. אוי ואבוי, כי נכספתי על כל פנים, לקרר מר רוחי ולפרש שיחתי, וגם זה קשה וכבד עלי, ידי כבדה על אנחתי.

כי לא יספיקו כל עורות אילי נביות לבאר בהם עד היכן מגיעים הפגמים שלנו של יום אחד, ואפלו של שעה אחת.

כג אב

רבנו של עולם “זאת נחמתי בעניי”, מה שחזקו אותנו הצדיקים אמתיים בשבעה משיבי טעם, וגלו לנו שאין שום יאוש בעולם כלל.

על זה לבד תמכתי יתדותי, ועל כחם הגדול נשענתי לצפות לישועה עדין ממקום שאני שם.

על כן בכל עת אבקש אותך מלא רחמים, שתושיעני בכל דרכי עצותיך הקדושים אשר גלית לנו על ידי צדיקה האמתיים, אשר כל עצמה ועצה יש לה כח לעזור ולהושיע גם אותי.

And even if I damaged them all with my many sins, I know and believe that You have more vast compassion and means of rescue, salvation and wondrous counsel that You disclosed to them alone, which they have not yet revealed to the world.

Through this advice, I still have hope that I will return to You and begin anew to keep all of Your holy advice with love and fear, so that I will quickly rectify everything in my life and always be in accordance with Your good will.

Master of the world, “besides what I see, You instruct me.” For “I am a beast and do not know, I have been an animal with You.” With my many sins, I blemished and damaged a great deal by engaging in ways that I knew to be against Your will.

I transgressed, sinned and offended a great deal every day, every hour and every moment, from my youth until this day. I blemished and damaged a very great deal.

Nevertheless, in Your vast compassion, You revealed to us through Your true Tzaddikim that “HaShem my God, You are exceedingly great.” We do not know anything at all, for there is no limit to Your greatness.

Despite our falls, each individual to where he fell, Your greatness is exceedingly elevated, and there is a way in which everything is totally transformed to the good.

None of us knows anything of this. On this alone I rely, depend and am supported still, for the kindness of HaShem has not ended and His compassion has never ceased.

You Who are filled with compassion, help me recite more psalms with great concentration and wondrous, wholehearted fervor, until at every moment You will pour onto me great illumination and holiness from the fiftieth gate of holiness, which comprises all of the gates of holiness.

Quickly bring me out from all fifty gates of uncleanness, and bring me into all fifty gates of holiness. We have no one on whom to rely except You, our Father in Heaven—for no place is empty of You.

ואם בעוונותי הרבים קלקלתי כלם, אני יודע ומאמין שיש לך עוד רחמים רבים והצללות וישועות ועצות נפלאות אשר גלית להם לבד, אשר לא גלו אותם עדיו בעולם.

אשר על ידם יש לי תקנה עדיו, שאזכה לשוב אליך ולהתחיל מחדש לקיים עצותיך הקדושות כלם באהבה וביראה, באפן שאזכה לתקן הכל בחיי מהרה ולהיות כרצונך הטוב תמיד.

רבנו של עולם “בלעדי אחזה אתה הורני”, כי “אני בער ולא אדע, בהמות הייתי עמך”, ואם אמנם בעוונותי הרבים פגמתי וקלקלתי הרבה במה שידעתי שהוא נגד רצונך.

כי חטאתי עויתי ופשעתי הרבה בכל יום ובכל עת ובכל שעה מנעורי עד היום הזה, ופגמתי וקלקלתי הרבה מאד.

עם כל זה, ברחמיך הרבים גלית לנו על ידי צדיקה האמתיים, כי “אתה יהוה אלהי גדלת מאד”, אשר אין אנו יודעים כלל, כי לגדלתך אין חקר.

אשר אפלו נפילתנו איך שנפלנו כל אחד ואחד להיכן שנפל אף על פי כן גדלתך שגבה מאד, אשר יש ענין ששם נשתנה הכל לגמרי לטובה.

כי אין אתנו יודעים עד מה, ועל זה לבד אני נשען ונתלה ונסמך עדיו, כי חסדי יהוה לא תמנו, ולא כלו רחמי לעולם.

מלא רחמים, זכני להרבבות באמירת תהלים בכונה גדולה ובהתעוררות נפלא בלב שלם, עד שאזכה שתשפיע עלי בכל עת הארה וקדושה גדולה משער החמשים של הקדושה שהוא כולל כל שערי קדושה.

באפן שתוציאני מהרה מכל החמשים שערי טמאה ותכניסני לכל החמשים שערי קדושה, כי אין לנו על מי להשען כי אם עליך אבינו שבשמים, כי לית אתר פנוי מך.

Help us from now on. Save us with a complete salvation, as is fitting for You, so that I will be entirely renewed, so that I will completely abandon my evil ways and evil thoughts, and no longer return to foolishness.

“God, create within me a pure heart and renew a steadfast spirit within me.”

By reciting psalms, may I quickly arrive at the sign and gate of repentance connected to my soul, according to the root of my soul in the forty-nine letters of the names of the tribes of God.

In that way, may I truly return to You with all my heart, and truly serve You with fear and love, “in joy and with a goodness of heart out of an abundance of everything.”

“Bring me back and I will return, for You are [HaShem] my God.” “Bring us back to You, HaShem, and we will return. Renew our days as of old.”

“May the words of my mouth and the meditation of my heart be pleasing before You, HaShem, my Rock and my Redeemer.” Amen and amen.

עֲזָרְנוּ נָא מַעַתָּה, וְהוֹשִׁיעֵנוּ יְשׁוּעָה שְׁלֵמָה כְּנֹאָה לָךְ, בְּאִפֹּן שְׂאֵזְכָּה לְהִתְחַדֵּשׁ לְגַמְרִי, שְׂאֵעֲזֹב דְּרָכֵי הָרָע וּמַחֲשֻׁבוֹתֵי הָרָעוֹת לְגַמְרִי וְלֹא אָשׁוּב עוֹד לְכַסְלָהּ.

”לֵב טָהוֹר בְּרָא לִי אֱלֹהִים וְרוּחַ נָכוֹן חֲדָשׁ בְּקִרְבִּי.”

וְאֵזְכָּה מְהֵרָה עַל יְדֵי אֲמִירַת תְּהִלִּים לָבוֹא וּלְהִגִּיעַ לְהָאוֹת וְהַשְׁעֵר שֶׁל תְּשׁוּבָה הַשִּׁיר לְנַפְשִׁי כְּפִי שׂוֹרֵשׁ נִשְׁמָתִי בְּמִ”ט אוֹתִיּוֹת שְׁבִטִי יָהּ.

בְּאִפֹּן שְׂאֵזְכָּה לָשׁוּב אֵלֶיךָ בְּאַמֶּת וּבְלֵב שָׁלֵם, וּלְעַבְדְּךָ בְּאַמֶּת בִּירְאָה וּבְאַהֲבָה ”בְּשִׂמְחָה וּבְטוֹב לֵבָב מְרֹב כָּל”.

הַשִּׁיבֵנִי וְאִשׁוּבָה כִּי אַתָּה [יְהוָה] אֱלֹהֵי. הַשִּׁיבֵנוּ יְהוָה אֱלֹהֵי וְנִשְׁוֹבָה חֲדָשׁ יָמֵינוּ כְּקֶדֶם.

יְהִיו לְרָצוֹן אֲמָרֵי כִּי וְהִגִּיוֹן לִבִּי לִפְנֵיךָ יְהוָה צוּרִי וְגוֹאֲלִי, אָמֵן וְאָמֵן: