

1) stampare fronte-retro i fogli 1-2 e 3-4; 2) tagliarli sovrapposti lungo la linea tratteggiata; 3) sovrapporre le tre strisce così formate, a coppie, iniziando dall'alto; 4) al termine, piegare al centro per comporre il libretto

Foglio 1



CONTEGGIO DELL'ÒMER

Novità: (BETA) servizio Òmer tramite SMS!

Moise e Alberto Levy offrono il presente libretto in memoria dei loro genitori Avraham ben Rachèl e Simcha bat Sara



INQUADRA QUI PER SCARICARE DAL WEB IL LIBRETTO DELL'ÒMER E PER ISCRIVERTI AL SERVIZIO SMS

IDEATO E REALIZZATO DA MOISE LEVY

VERSIONE ARI



Orari di Roma e Milano

pag. 3

INTRODUZIONE

La *Torà* prescrive che nel secondo giorno di *Pé-sakh* sia portata al Santuario una misura (*Òmer*) del nuovo orzo. Da questo momento si devono contare sette settimane per festeggiare, alla fine, cioè il 50° giorno, la ricorrenza di *Shavuot*. Questo periodo è chiamato *Sefirèt haÒmer*, il "conteggio dell'Òmer". Questo lasso di tempo ricorda anche un evento storico: durante le sette settimane seguenti l'Esodo, i nostri padri si sono preparati a ricevere la *Torà* al Monte Sinai. La responsabilità di questa preparazione incombe su tutti noi anche al giorno

pag. 18

Ad ogni giorno è legata una delle lettere del versetto centrale del Salmo 67, quello che viene spesso rappresentato a forma di *Menorà* (le lettere del versetto sono appunto 49, come del resto anche le parole di tutto il Salmo mentre la parte iniziale rappresenta i lumi della lampada).

- Vi è anche l'uso di legare ogni giorno del periodo dell'Òmer a una delle parole di *אֲנָהּ בָּכָה*, mentre ogni sette giorni è riportato l'acronimo delle stesse, le cui iniziali compongono uno dei nomi più importanti del Signore.

- Infine, nei libri più antichi è raccomandato di riflettere anche sulla *ghematria* della parola *יוֹם* (56) che, contata insieme alla parola stessa (che rappresenta una unità), forma il numero 57 che corrisponde alla somma dei valori numerici delle lettere dei due nomi del Signore che rappresentano la grazia e la misericordia, *Kel* ed *Hashem*.

pag. 7

BENEDIZIONE INIZIALE

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מִלֶּדֶד הָעוֹלָם, אֲנֹשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל סִפְיַת הָעֹמֶר

הַיּוֹם ... יָמִים

שְׁשֵׁהם ... שְׁבֻעוֹת לְעֹמֶר

Nota: nel presente libretto il nome divino è stato volutamente modificato per evitare di commettere inavvertitamente una trasgressione cancellando o distruggendo il supporto che lo contiene; malgrado ciò è opportuno comunque riportare il testo, quando non servisse più in una *ghenizà* (archivio esistente in ogni comunità che ha lo scopo di evitare la distruzione intenzionale di testi sacri o che comunque sono serviti per qualche utilizzo sacro).

Settima settimana - Malchùt - Regno

pag. 14

	MILRO	
אייר	ת	Sera (21.32/21.03) di Mar 23 Maggio
43- הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וְיוֹם אֶחָד לְעֹמֶר		
יברכנו	שועתנו	
כ"ט אייר	ג	Sera (21.33/21.04) di Mer 24 Maggio
44- הַיּוֹם אַרְבָּעָה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וּשְׁנֵי יָמִים לְעֹמֶר		
אלקים	קבל	גבורה שבמלכות
סיון	ח	Sera (21.34/21.05) di Gio 25 Maggio
45- הַיּוֹם חֲמֵשֶׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וּשְׁלֹשָׁה יָמִים לְעֹמֶר		
וייראו	ושמע	תפארת שבמלכות
סיון	ס	Sera (21.35/21.06) di Ven 26 Maggio
46- הַיּוֹם שְׁשֵׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֶר		
אותו	צעקתנו	נצח שבמלכות
סיון	ש	Sera (21.36/21.07) di Sab 27 Maggio
47- הַיּוֹם שֶׁבַע וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וְחֲמֵשֶׁה יָמִים לְעֹמֶר		
כל	יודע	הוד שבמלכות
סיון	ל	Sera (21.37/21.08) di Dom 28 Maggio
48- הַיּוֹם שְׁמוֹנֶה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וְשֵׁשֶׁה יָמִים לְעֹמֶר		
אפסי	תעלמות	יסוד שבמלכות
סיון	ה	Sera (21.38/21.09) di Lun 29 Maggio
49- הַיּוֹם תְּשָׁעָה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שְׁשֵׁה שְׁבֻעוֹת וְשֵׁשֶׁה יָמִים לְעֹמֶר		
ארץ	שק"ו צי"ת	מלכות שבמלכות

5) E' possibile unire i fogli con un leggero strato di colla oppure pinzarli tra le pagine 10 e 11. Per una rilegatura più raffinata, forare dove indicato e cucire con ago e filo

רבונו של עולם,
 אָתָּה צִיִּיתָנוּ עַל יְדֵי מַלְאָךְ עֲבָדְךָ לְסַפֵּר סְפִירַת הָעֹמֶר, כְּדֵי לְטַהַרְנוּ
 מִקְלָפוֹתֵינוּ וּמִטְמְאוֹתֵינוּ, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב בְּתוֹרָתְךָ: (Levitico 23, 15-16)
 "וְסִפְרָתֶם לָכֶם מִמַּחֲרַת הַשַּׁבָּת מִיּוֹם הַבִּיאְכֶם אֶת עֹמֶר הַתְּנוּפָה,
 שִׁבְעַת שָׁבָתוֹת תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה, עַד מִמַּחֲרַת הַשַּׁבָּת הַשְּׂבִיעִית תִּסְפְּרוּ
 חֲמִשִּׁים יוֹם," כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזֵּה הַמָּוֶת:
 וּבְכֵן יִהְיֶה רְצוֹן מִלְפָּנֶיךָ יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאַלְקֵי אֲבוֹתֵינוּ,
 שֶׁבְּזָכוֹת סְפִירַת הָעֹמֶר שֶׁסִּפְרָתֵי הַיּוֹם, יִתְקַן מֵהַ שִׁפְּגָמֹתַי
 בְּסִפְרָהּ (inserire quanto indicato nella tabella) וְאַתְּהָר וְאַתְּקַדְּשׁ
 בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה, וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַע שִׁפְעַ רַב בְּכָל
 הָעוֹלָמוֹת, וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג
 וּפְגָם, וְלְטַהַרְנוּ וְלִקְדָּשְׁנוּ בְּקִדְשֶׁתְּךָ הָעֲלִיּוֹנָה, אָמֵן סְלָה:

Se è presente un *miniàn* si dice
 קְדִישׁ יְתוּם~orfanò il Kaddish

Halachà Illustrata
 l'Enciclopedia della famiglia ebraica

solo
 99€

acquistabile online su <http://libri.levy.it>
 norme ebraiche per tutto l'anno
 centinaia di illustrazioni, 1.600 pagine
 cofanetto di 9 volumi più DVD

Chiarimenti sulla tabella della *sefiràt haÒmer*

Come si può notare nella tabella precedente, accanto al numero della giornata si trovano anche delle lettere e delle parole. Senza pretendere di esaurire le spiegazioni al riguardo, accenneremo solo ad alcune corrispondenze:

- da *Pésakh* a *Shavuòth* intercorrono 49 giorni durante i quali gli ebrei appena usciti dall'Egitto si sono preparati a ricevere la *Torà* sul monte Sinai. Per far questo hanno perfezionato le proprie qualità interiori risalendo i 49 livelli di impurità nei quali erano discesi durante la schiavitù. Le qualità interiori da migliorare in noi stessi sono sette e ognuna di esse comprende in sé anche una componente delle altre. Ecco perché nella tabella sono riportate per ogni giorno le *middòt~doti* che competono specificamente a quella giornata.

Sesta settimana - Yesòd - Fondamento

Mi/ro	Sera	מ	כ"א אייר
Sera (21.23/20.56) di Mar 16 Maggio	מ	הַיּוֹם שֶׁשָּׁה וְשָׁלְשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד לְעֹמֶר - 36	כ"א אייר
	יחיד	חֶסֶד שְׂבִיחוֹת	כַּלְמֵם
Sera (21.24/20.57) di Mer 17 Maggio	י	הַיּוֹם שֶׁבְּעָה וְשָׁלְשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְשְׁנַיִם יָמִים לְעֹמֶר - 37	כ"ב אייר
	נאה	גְּבוּרָה שְׂבִיחוֹת	אֶרֶץ
Sera (21.25/20.58) di Gio 18 Maggio	מ	הַיּוֹם שְׁמוֹנֶה וְשָׁלְשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְשִׁלְשָׁה יָמִים לְעֹמֶר - 38	כ"ג אייר
	לעמד	תְּפִאֲרַת שְׂבִיחוֹת	נִתְנָה
Sera (21.27/20.59) di Ven 19 Maggio	ב	הַיּוֹם תְּשַׁעָה וְשָׁלְשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֶר - 39	כ"ד אייר
	פנה	נִצַּח שְׂבִיחוֹת	יְבוּלָה
Sera (21.28/21.00) di Sab 20 Maggio	א	הַיּוֹם אַרְבָּעִים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר - 40	כ"ה אייר
	זוכרי	הוֹד שְׂבִיחוֹת	יְבִרְכֵנוּ
Sera (21.29/21.01) di Dom 21 Maggio	ר	הַיּוֹם אֶחָד וְאַרְבָּעִים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר - 41	כ"ו אייר
	קדשתך	יְסוּד שְׂבִיחוֹת	אֲלֵקִים
Sera (21.30/21.02) di Lun 22 Maggio	י	הַיּוֹם שְׁנַיִם וְאַרְבָּעִים יוֹם, שֶׁהֵם שִׁשָּׁה שְׁבוּעוֹת לְעֹמֶר - 42	כ"ז אייר
	ינ"ל פי"ק	מַלְכוּת שְׂבִיחוֹת	אֲלֵקִינוּ

NORME tratte dal *Kitzùr Shulkhàn Arùch*

1. La seconda sera di *Pésakh* (festa delle Azzime) si comincia a contare l'*Òmer*; il computo va eseguito stando in piedi e va fatto appena inizia la notte, appena diventano visibili le stelle; se non lo si è fatto in quel momento, è ancora possibile farlo per tutta la notte. Al tempio, le sere di *Shabbàt* e di *Yom Tov*, si inizia a contare dopo la recitazione del *kiddùsh* per dare la precedenza alla sacralità della giornata. All'uscita di *Shabbàt* e di *Yom Tov*, l'*Òmer* si conta prima della recitazione della *havdalà* in modo da ritardare la conclusione della giornata. Quando l'ultimo giorno di *Pésakh* capita all'uscita di *Shabbàt*, bisogna recitare assieme *kiddùsh* e *havdalà* sul medesimo bicchiere di vino e anche in quel caso si conterà per prima l'*Òmer*, così da ritardare l'*havdalà*.
2. Se qualcuno si è dimenticato di contare durante tutta la notte, lo può fare il giorno successivo senza dire la benedizione, mentre le sere seguenti conterà con la benedizione; è meglio però ascoltare la benedizione recitata da qualcun altro, alla quale si risponderà *amèn*, uscendo d'obbligo con essa. Se si è dimenticato di contare anche durante tutto il giorno successivo, tutte le altre sere si conterà senza dire la benedizione. Qualora non si abbia la certezza di aver contato alla sera precedente, anche se non si è fatto il conteggio nel corso della giornata, le sere successive lo si potrà fare con la benedizione.
3. Se qualcuno chiede, verso sera: "Quale giorno si conta oggi?" si deve rispondere: "Ieri era il tal giorno", poiché se gli si dichiarasse esplicitamente il numero di quel giorno non si potrebbe più recitare la benedizione relativa.

Prima settimana - Khésed - Amore

Mi/ro	Sera	י	ט"ז ניסן
Sera (20.35/20.14) di Mar 11 Aprile	י	הַיּוֹם יוֹם אֶחָד לְעֹמֶר - 1	ט"ז ניסן
	אנא	חֶסֶד שְׂבִיחוֹת	אֲלֵקִים
Sera (20.36/20.16) di Mer 12 Aprile	ש	הַיּוֹם שְׁנַיִם יָמִים לְעֹמֶר - 2	י"ז ניסן
	בכח	גְּבוּרָה שְׂבִיחוֹת	יְחִנּוּ
Sera (20.37/20.17) di Gio 13 Aprile	מ	הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה יָמִים לְעֹמֶר - 3	י"ח ניסן
	גדולת	תְּפִאֲרַת שְׂבִיחוֹת	וְיִבְרַכְנוּ
Sera (20.39/20.18) di Ven 14 Aprile	ח	הַיּוֹם אַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֶר - 4	י"ט ניסן
	ימנך	נִצַּח שְׂבִיחוֹת	יָאֵר
Sera (20.40/20.19) di Sab 15 Aprile	ו	הַיּוֹם חֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר - 5	כ' ניסן
	תתיר	הוֹד שְׂבִיחוֹת	פְּנִי
Sera (20.42/20.20) di Dom 16 Aprile	ז	הַיּוֹם שִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר - 6	כ"א ניסן
	צרוכה	יְסוּד שְׂבִיחוֹת	אֲתֵנוּ
Sera (20.43/20.22) di Lun 17 Aprile	י	הַיּוֹם שְׁבָעָה יָמִים, שֶׁהֵם שְׁבוּעַת אֶחָד לְעֹמֶר - 7	כ"ב ניסן
	אב"ג ית"ץ	מַלְכוּת שְׂבִיחוֹת	סְלָה

Oggi la *Sefiràt ha'omer* ma...

...ogni giorno e tutto l'anno, un'occasione di studio

per tutti solo su <http://libri.levy.it>

la Torà - *parashà* del giorno tradotta, commentata e cantata

i Salmi *tradotti, recitati e traslitterati*

Kitzùr Shulchàn Arùch - *halachòt* del giorno

le 613 *mitzvòt* - *Divré Torà* quotidiani

conferenze e lezioni per tutti i gusti e livelli

un assaggio del Daf Yomì, ogni giorno dal 2011

Momenti di Torà in fascicoli mensili

e soprattutto troverete... i libri che non tramontano mai!

IMPORTANTE NOVITÀ: sono aperte le prenotazioni del nuovo

Kitzùr Shulchàn Arùch con supporto multimediale!

אָנאָ בְּכַח גְּדֵלַת יְמִינָה תִּתִּיר צְרוּרָה
 קָבַל רֵיחַ עֲמֻדָּה שְׂגָבְנוּ טַהֲרֵנוּ נוֹרָא
 נֶאֱגִיד גְּבוּרָה דּוֹרְשֵׁי יְחוּדָה כְּבַבַּת שְׁמַרְם
 בְּרַחֵם טַהֲרֵם רַחֲמִים צְדָקָתְךָ תְּמִיד גְּמֻלָּם
 חֲסִין קְדוּשׁ בְּרוּב טוֹבָה נֶחַל עֲדָתְךָ
 יַחֲדֵי גָאָה לְעֲמֻדָּה פְּנֵה זּוֹכְרֵי קִדְשְׁתְּךָ
 שׁוֹעֲתֵנוּ קָבַל וּשְׁמַע צַעֲקֹתֵנוּ יוֹדֵעַ תַּעֲלָמוֹת

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד

4. A priori, prima di recitare la benedizione, occorre già conoscere su cosa si pronuncerà la benedizione, cioè bisogna sapere a che giorno del conteggio ci si trova; se si è iniziata la benedizione senza conoscere il numero cui si è arrivati, col proposito di adeguare il proprio conteggio a quello che si ascolterà da chi sta vicino, a posteriori, si sarà adempiuto ugualmente al proprio dovere.

Analogamente, se ad esempio si è pronunciata la benedizione convinti di trovarsi al quarto giorno e, dopo la benedizione, ci si ricorda che invece bisogna contare il quinto, si potrà concludere la formula nel modo corretto senza dover ripetere la benedizione. E così, se ci si è sbagliati nel conteggio, per esempio dicendo che è il quinto giorno mentre in effetti è il sesto, se ci si accorge immediatamente e si conta correttamente, non è necessario ripetere la benedizione; se invece si è fatta una interruzione anche breve, sarà necessario benedire una seconda volta.

5. Durante il periodo in cui si conta l'omer, cioè per trentatré giorni, moriono gli allievi di rabbi Akivà. Per questo motivo in quei giorni si applicano alcune delle usanze relative al periodo di lutto: non ci si sposa e non ci si taglia i capelli. Per quanto riguarda il periodo in cui si osservano le restrizioni, gli usi relativi a questi trentatré giorni sono diversi nelle differenti comunità. In ciascuna comunità sarà bene attenersi a una sola usanza senza fare variazioni, per evitare che una parte dei fedeli segua un rito mentre altri si comportano secondo un altro.

Il periodo di 49 giorni della *sefirà* si conta in giorni e settimane. I sette giorni di ciascuna delle sette settimane costituiscono i 49 giorni. Ciascuna settimana è rappresentata da uno specifico attributo e ciascun giorno all'interno di quella settimana è rappresentato da un aspetto di quell'attributo. Dal momento che una emozione veramente completa è multidimensionale, essa include in se stessa una miscela dei sette attributi.

Per esempio: la prima settimana della *sefirà* è dedicata a *Khésed~amore*: il primo giorno della prima settimana noi avremo a che fare con *Khésed shebaKhésed*, l'aspetto dell'amore all'interno dell'amore. Nel secondo giorno della prima settimana, dobbiamo focalizzare su *Ghevurà~contenimento shebaKhésed*, l'aspetto della limitazione nell'amore. Il terzo giorno della prima settimana, l'attenzione è focalizzata su *Tifèret~bellezza shebaKhésed*, l'armonia nell'amore, e così via per tutti i sette giorni di quella settimana.

Questa analisi quotidiana ha lo scopo di analizzare in maniera ordinata le proprie emozioni. Esaminando i punti più forti e quelli più deboli del proprio carattere ciascuno potrà perfezionare i propri sentimenti in modo da potere crescere verso una maggiore maturità emozionale e spirituale.

Seconda settimana - Ghevurà - Forza

Mi/RO Sera (20.44/20.23) di Mar 18 Aprile	כ"ג ניסן
8- הַיּוֹם שְׂמוֹנֶה יָמִים, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וַיּוֹם אֶחָד לְעֹמֵר - חֲסֵד שְׁבִיבוּרָה	לדעת קבל חסד שבגבורה
Sera (20.46/20.24) di Mer 19 Aprile	כ"ד ניסן
9- הַיּוֹם תְּשַׁע יָמִים, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁנֵי יָמִים לְעֹמֵר - גְּבוּרָה שְׁבִיבוּרָה	בראך רנת גבורה שבגבורה
Sera (20.47/20.25) di Gio 20 Aprile	כ"ה ניסן
10- הַיּוֹם עֶשְׂרֵה יָמִים, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁלֹשָׁה יָמִים לְעֹמֵר - תְּפֹאֲרַת שְׁבִיבוּרָה	דרכך עמך תפארת שבגבורה
Sera (20.48/20.26) di Ven 21 Aprile Domani: Shabbàt Shemini (mevarechin)	כ"ו ניסן
11- הַיּוֹם אֶחָד עָשָׂר יוֹם, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר - נְצַח שְׁבִיבוּרָה	בכל שגבנו נצח שבגבורה
Sera (20.50/20.27) di Sab 22 Aprile	כ"ז ניסן
12- הַיּוֹם שְׁנַיִם עָשָׂר יוֹם, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר - טַהֲרֵנוּ הַיּוֹם	גוים טהרנו היום
Sera (20.51/20.29) di Dom 23 Aprile Domani: Yom haShoà	כ"ח ניסן
13- הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה עָשָׂר יוֹם, שֶׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְשֵׁשׁ יָמִים לְעֹמֵר - יִסוּד שְׁבִיבוּרָה	ישועתך נורא יסוד שבגבורה
Sera (20.53/20.30) di Lun 24 Aprile	כ"ט ניסן
14- הַיּוֹם אַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם, שֶׁהֵם שְׁנֵי שְׁבוּעוֹת לְעֹמֵר - מַלְכוּת שְׁבִיבוּרָה	קר"ע שט"ן מלכות שבגבורה

Quinta settimana - Hòd - Splendore

Mi/RO Sera (21.14/20.48) di Mar 9 Maggio	כ"ג ניסן
29- הַיּוֹם תְּשַׁע וְעֶשְׂרִים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וַיּוֹם אֶחָד לְעֹמֵר - חֲסֵד שְׁבִיבוּרָה	תנחם חסין חסד שבגבורה
Sera (21.15/20.49) di Mer 10 Maggio	כ"ד ניסן
30- הַיּוֹם שְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וּשְׁנֵי יָמִים לְעֹמֵר - גְּבוּרָה שְׁבִיבוּרָה	ט"ו אייר קדוש גבורה שבגבורה
Sera (21.16/20.50) di Gio 11 Maggio	כ"ה ניסן
31- הַיּוֹם אַחַד וּשְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וּשְׁלֹשָׁה יָמִים לְעֹמֵר - תְּפֹאֲרַת שְׁבִיבוּרָה	ט"ז אייר יודוך ברוב תפארת שבגבורה
Sera (21.18/20.51) di Ven 12 Maggio	כ"ו ניסן
32- הַיּוֹם שְׁנַיִם וּשְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר - נְצַח שְׁבִיבוּרָה	ט"ח אייר עמים טובך נצח שבגבורה
Sera (21.19/20.52) di Sab 13 Maggio	כ"ז ניסן
33- הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר - הַיּוֹם שְׁבִיבוּרָה	ט"ט אייר בעומר, י"ח אייר הוד שבגבורה
Sera (21.20/20.53) di Dom 14 Maggio	כ"ח ניסן
34- הַיּוֹם אַרְבָּעָה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְשֵׁשׁ יָמִים לְעֹמֵר - יִסוּד שְׁבִיבוּרָה	י"ט אייר יודוך עדתך יסוד שבגבורה
Sera (21.22/20.55) di Lun 15 Maggio	כ"ט ניסן
35- הַיּוֹם חֲמִשָּׁה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שְׁבוּעוֹת לְעֹמֵר - מַלְכוּת שְׁבִיבוּרָה	כ' אייר עמים חק"ב טנ"ע מלכות שבגבורה

Si prosegue da qui, con alcune varianti per le diverse comunità

הַרְחֵמְנוּ [הוּא] יְחִיזֵר [לָנוּ] עֲבוֹדַת בַּיִת הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה
בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ [אִמֵּן סְלָה]:

פרק סז - Salmo 67

לְמַנְצַח בְּנִינֵת מְזִמּוֹר שִׁיר:

אֱלֹקִים יַחֲנֵנוּ וַיְבָרְכֵנוּ גְאֹרֵי פָּנָיו אֲתֵנוּ סְלָה:
לְדַעַת בְּאַרְצָךְ דְּרָפָךְ בְּכָל-גּוֹיִם יְשׁוּעָתֶךָ:
יִוֹדֵף עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּף עַמִּים כָּל־סָ:
יְשַׁמְתֵנוּ וַיִּרְנָנוּ לְאַמִּים כִּי-תִשְׁפֹּט עַמִּים מִיִּשְׂרָאֵל:
יִוֹדֵף עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּף עַמִּים כָּל־סָ:
אַרְצָךְ נִתְּנָה וַיְבֹלְקָה לְבָרְכָנוּ אֱלֹקִים אֱלֹקֵינוּ:
וַיְבָרְכֵנוּ אֱלֹקִים וַיִּירָאוּ אוֹתוֹ כָּל-אֶפְסֵי-אַרְצֶךָ:

תתחם סלח
אמין סלה

d'oggi. Ogni anno, durante il periodo che segue *Pésach*, dobbiamo sforzarci di liberarci dai vincoli e dalle costrizioni che il materialismo ci impone per poter essere meritevoli di ricevere il dono della *Torà* quando arriverà *Shavuòt*. Il periodo della *Sefiràt haÒmer* era in passato caratterizzato da manifestazioni liete, ma oggi è considerato un periodo di semi-lutto per diversi motivi tra i quali l'assenza del Santuario, la morte di 24.000 studenti di R. Akivà durante i 33 giorni dell'òmer e una serie di massacri di comunità ebraiche avvenuti ai tempi delle Crociate.

I brani conclusivi della *Sefiràt haÒmer* si trovano a pagina 19

Nelle pagine seguenti vi è una breve descrizione dei sette attributi basilari del carattere che nelle loro varie combinazioni costituiscono le 49 qualità che devono essere esaminate e sviluppate in questo periodo. Lo scopo è quello di mostrare una delle molte possibilità di applicazione della *sefiràt haÒmer*.

- 1° sett. *Khésed*: bontà, amore, benevolenza, gentilezza.
- 2° sett. *Ghevurà*: forza, giustizia, disciplina, contenimento, timore.
- 3° sett. *Tifèret*: bellezza, armonia, compassione.
- 4° sett. *Nètzhakh*: resistenza, fermezza, forza, ambizione, eternità
- 5° sett. *Hòd*: umiltà, splendore.
- 6° sett. *Yesòd*: legame, fondamento.
- 7° sett. *Malchùt*: nobiltà, regalità, sovranità, comando.

- 6. Il *sandàk* (colui che sostiene il bambino in occasione di una *milà*), il *mohèl* (colui che la pratica) ed il padre del bambino hanno il permesso di tagliarsi i capelli, alla vigilia della circoncisione, verso sera, prima di andare al Tempio.
- 7. Durante tutto il periodo dell'Òmer è permesso celebrare fidanzamenti, anche con il ricevimento, ma non bisogna ballare o suonare.
- 8. Sia gli uomini che le donne non usano lavorare durante il lasso di tempo in cui si formula il conteggio dell'Òmer. Un'allusione a ciò si trova nel fatto che la *Torà* (Lev 23, 15) parla di *shèva-sette Shabbatòt* (termine inteso nel senso di settimana) e siccome la radice della parola è *shevùt*, che significa riposo, ne è stato tratto il motivo per cui, nel periodo nel quale si conta l'Òmer, dal tramonto del sole in poi, conviene astenersi dal lavorare fino a dopo aver formulato il conteggio.
- 9. La prima sera di *Shavuòt*, per cominciare la preghiera di *arvit-preghiera della sera* si attende la comparsa delle stelle poiché se si pregasse prima e si accogliesse così la santità della festa (in anticipo, come per le festività in genere quale segno di impazienza per l'arrivo della ricorrenza), i 49 giorni del conteggio non sarebbero completi. E la *Torà* ha invece precisato *shèva Shabbatòt temimòt tiyènna-saranno sette settimane complete* (Lev 23, 15).

Quarta settimana - Nètzhakh - Eternità

Mil/ro	י' אייר	היום שני ועשרים יום, שהם שלשה שבועות ויום אחד לעמר - 22
Sera (21.04/20.39) di Mar 2 Maggio	ו	היום שני ועשרים יום, שהם שלשה שבועות ויום אחד לעמר - 22
Sera (21.05/20.41) di Mer 3 Maggio	ז	היום שלישה ועשרים יום, שהם שלשה שבועות ושני ימים לעמר - 23
Sera (21.07/20.42) di Gio 4 Maggio	ח	היום ארבעה ועשרים יום, שהם שלשה שבועות ושלשה ימים לעמר - 24
Sera (21.08/20.43) di Ven 5 Maggio	ט	היום חמשה ועשרים יום, שהם שלשה שבועות וארבעה ימים לעמר - 25
Sera (21.09/20.44) di Sab 6 Maggio	י	היום ששה ועשרים יום, שהם שלשה שבועות וחמשה ימים לעמר - 26
Sera (21.11/20.45) di Dom 7 Maggio	יא	היום שבעה ועשרים יום, שהם שלשה שבועות וששה ימים לעמר - 27
Sera (21.12/20.46) di Lun 8 Maggio	יב	היום שמונה ועשרים יום, שהם ארבעה שבועות לעמר - 28

Terza settimana - Tifèret - Bellezza

Mil/ro	י' אייר	היום חמשה עשר יום, שהם שני שבועות ויום אחד לעמר - 15
Sera (20.54/20.31) di Mar 25 Aprile	י	היום חמשה עשר יום, שהם שני שבועות ויום אחד לעמר - 15
Sera (20.55/20.32) di Mer 26 Aprile	יא	היום ששה עשר יום, שהם שני שבועות ושני ימים לעמר - 16
Sera (20.57/20.33) di Gio 27 Aprile	יב	היום שבעה עשר יום, שהם שני שבועות ושלשה ימים לעמר - 17
Sera (20.58/20.35) di Ven 28 Aprile	יג	היום שמונה עשר יום, שהם שני שבועות וארבעה ימים לעמר - 18
Sera (21.00/20.36) di Sab 29 Aprile	יד	היום תשעה עשר יום, שהם שני שבועות וחמשה ימים לעמר - 19
Sera (21.01/20.37) di Dom 30 Aprile	טו	היום עשרים יום, שהם שני שבועות וששה ימים לעמר - 20
Sera (21.02/20.38) di Lun 1 Maggio	טז	היום אחד ועשרים יום, שהם שלשה שבועות לעמר - 21