

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

VERSIONE SEFARDITA



Orari di Roma e Milano

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



INQUADRARE PER SCARICARE DAL WEB IL LIBRETTO DELL'ÒMER

IDEATO E REALIZZATO DA MOISE LEVY

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 *Sefiràt ha'Òmer*, 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



Inoltre, a 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 *אמנא בלח*, mentre ogni sette giorni è riportato l'acronimo delle stesse, le cui iniziali compongono uno dei nomi più importanti del Signore.

pag. 7

## BENEDIZIONE INIZIALE

לְשֵׁם יְחֻד קִדְשָׁהּ בְּרִיךְ הוּא וְשִׁבְעֵינְיָהּ בְּדַחֲלֵי וְרַחֲמֵי וְדַחֲלֵי לְחַדָּא שֵׁם יוֹד קָא בְּרָאוּ קָא, בְּיַחְוָדָהּ שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל הִפָּה אֲנַחְנוּ בְּאִים לְקַיִם מִצְוֹת סֵפִירַת הָעֹמֶר, עִם כָּל הַמְצֻוֹת הַכְּלוּלוֹת בָּהּ, לְתַקְוָה אֵת שְׁרָשָׁה בְּמִקְוֹם עֲלִיּוֹן, לַעֲשׂוֹת נֶחֱם רַחֵם לְיֹצְרֵנוּ וְלַעֲשׂוֹת רַצוֹן בּוֹרְאֵנוּ. וַיְהִי נֹעֵם ה' אֶלְקֵינוּ עֲלֵינוּ וּמַעֲשָׂה יְדֵינוּ כֹּנְנָה עֲלֵינוּ וּמַעֲשָׂה יְדֵינוּ כֹּנְנָהוּ

בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל סֵפִירַת הָעֹמֶר

הַיּוֹם ... יָמִים לָעֹמֶר  
שָׁהם ... שְׁבוּעוֹת

## Settimana settimana - Malchüt - Regno

pag. 14

- |      |   |           |                                     |
|------|---|-----------|-------------------------------------|
| אייר | כ"ח Domani: Yom Yerushaláim   | ת         | Sera (21.32/21.03) di Mar 23 Maggio |
| 43-  | הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וַיּוֹם אַחַד חֶסֶד שְׁבַמְלֻכוֹת            | שועתנו    |                                     |
| אייר | כ"ט   | ג         | Sera (21.33/21.04) di Mer 24 Maggio |
| 44-  | הַיּוֹם אַרְבָּעָה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וַשְּׁנַיִם יָמִים גְּבוּרָה שְׁבַמְלֻכוֹת  | קבל       |                                     |
| אייר | א' Rosh Khodesh Siván   | ח         | Sera (21.34/21.05) di Gio 25 Maggio |
| 45-  | הַיּוֹם חֲמִשָּׁה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וַשְּׁלֹשָׁה יָמִים תַּפְאֶרֶת שְׁבַמְלֻכוֹת | ושמע      |                                     |
| אייר | ב' Domani: Shabbàt Bemidbàr   | ס         | Sera (21.35/21.06) di Ven 26 Maggio |
| 46-  | הַיּוֹם שְׁשֵׁה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וָאַרְבָּעָה יָמִים נֶחֱם שְׁבַמְלֻכוֹת        | צעקתנו    |                                     |
| אייר | ג'  | ס         | Sera (21.36/21.07) di Sab 27 Maggio |
| 47-  | הַיּוֹם שִׁבְעָה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וַחֲמִשָּׁה יָמִים הוֹד שְׁבַמְלֻכוֹת         | יודע      |                                     |
| אייר | ד'  | ל         | Sera (21.37/21.08) di Dom 28 Maggio |
| 48-  | הַיּוֹם שְׁמוֹנָה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁשֵׁה שְׁבוּעוֹת וַשְּׁשֵׁה יָמִים יִסוּד שְׁבַמְלֻכוֹת       | תעלומות   |                                     |
| אייר | ה' Domani: vigilia Shavuòt  | ה         | Sera (21.38/21.09) di Lun 29 Maggio |
| 49-  | הַיּוֹם תְּשַׁעָה וָאַרְבָּעִים יוֹם לָעֹמֶר, שָׁהם שְׁבַעָה שְׁבוּעוֹת מְלֻכוֹת שְׁבַמְלֻכוֹת                      | שק"ו צי"ת |                                     |
| אייר | א' ראשון  |           |                                     |

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

נרבונו של עולם,  
 אָתָּה צִיִּיתָנוּ עַל יְדֵי מַלְאָךְ עֲבָדְךָ לְסַפֵּר סְפִירַת הָעֹמֶר, כְּדֵי לְטַהַרְנוּ  
 מִקְלָפוֹתֵינוּ וּמִטְמְאוֹתֵינוּ, כְּמוֹ שֶׁכָּתַבְתָּ בְּתוֹרָתְךָ: (Levitico 23, 15-16)  
 "וְסִפַּרְתֶּם לָכֶם מִמִּחְרַת הַשָּׁבַת מִיּוֹם הַבִּיאְכֶם אֶת עֹמֶר הַתְּנוּפָה,  
 שִׁבְעַת שָׁבָתוֹת תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה, עַד מִמִּחְרַת הַשָּׁבַת הַשְּׂבִיעִית תִּסְפְּרוּ  
 חֲמִשִּׁים יוֹם", כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזֵּה הַמִּתְנָם:  
 וּבְכֹן יִהְיֶה רְצוֹן מִלְפָּנֶיךָ יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאַלְקֵי אֲבוֹתֵינוּ,  
 שֶׁבְזָכוֹת סְפִירַת הָעֹמֶר שֶׁסִּפַּרְתָּ הַיּוֹם, יִתְקַן מֵה שֶׁפָּגַמְתָּ  
 בְּסִפְרָהּ (inserire quanto indicato nella tabella) וְאַתְּהָרָה וְאַתְּקַדְּשׁ  
 בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה, וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַע שְׁפַע רַב בְּכָל  
 הָעוֹלָמוֹת, וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג  
 וּפְגָם, וְלְטַהַרְנוּ וְלִקְדָּשְׁנוּ בְּקִדְשֵׁי הָעֲלִיּוֹנָה, אֲמֵן סְלֵה]

Se è presente un *miniàn* si dice  
 קדיש יתום~orfanò il Kaddish

Halachà Illustrata  
 l'Enciclopedia della famiglia ebraica



acquistabile online su <http://libri.levy.it>  
 Tutte le norme ebraiche per tutto l'anno  
 centinaia di illustrazioni, in 1.600 pagine  
 nel cofanetto di 9 volumi (più DVD) a soli a soli 99€

Chiarimenti sulla tabella della *sefiràt haOmer*

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

Sera (21.23/20.56) di Mar 16 Maggio	מ	כ"א אייר
36- חסד שביסוד	היום ששה ושלשים יום לעמר, שהם חמשה שבועות ויום אחד	כ"א אייר
Sera (21.24/20.57) di Mer 17 Maggio	י	כ"ב אייר
37- נבירה שביסוד	היום שבעה ושלשים יום לעמר, שהם חמשה שבועות ושני ימים	כ"ב אייר
Sera (21.25/20.58) di Gio 18 Maggio	מ	כ"ג אייר
38- תפארת שביסוד	היום שמונה ושלשים יום לעמר, שהם חמשה שבועות ושלשה ימים	כ"ג אייר
Sera (21.27/20.59) di Ven 19 Maggio	ב	כ"ד אייר
39- נצח שביסוד	היום תשעה ושלשים יום לעמר, שהם חמשה שבועות וארבעה ימים	כ"ד אייר
Sera (21.28/21.00) di Sab 20 Maggio	א	כ"ה אייר
40- יברכנו	היום ארבעים יום לעמר, שהם חמשה שבועות וחמשה ימים	כ"ה אייר
Sera (21.29/21.01) di Dom 21 Maggio	ר	כ"ז אייר
41- אלוקים	היום אחד וארבעים יום לעמר, שהם חמשה שבועות וששה ימים	כ"ז אייר
Sera (21.30/21.02) di Lun 22 Maggio	ז	כ"ז אייר
42- מלכות שביסוד	היום שנים וארבעים יום לעמר, שהם ששה שבועות	כ"ז אייר

NORME tratte dal *Kitzùr Shulkhàn Arùch*

1. La seconda sera di *Pésakh* (festa delle Azzime) si comincia a contare l'*Omer*; 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'*Omer* 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'*Omer*, 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

Sera (20.35/20.14) di Mar 11 Aprile	י	ט"ז ניסן
1- חסד שבחסד	היום יום אחד לעמר	אלקים
Sera (20.36/20.16) di Mer 12 Aprile <td>ש</td> <td>י"ז ניסן</td>	ש	י"ז ניסן
2- נבירה שבחסד	היום שני ימים לעמר	יחנו
Sera (20.37/20.17) di Gio 13 Aprile <td>ב</td> <td>י"ח ניסן</td>	ב	י"ח ניסן
3- תפארת שבחסד	היום שלשה ימים לעמר	ויברכנו
Sera (20.39/20.18) di Ven 14 Aprile <td>ח</td> <td>י"ט ניסן</td>	ח	י"ט ניסן
4- נצח שבחסד	היום ארבעה ימים לעמר	יאר
Sera (20.40/20.19) di Sab 15 Aprile <td>ז</td> <td>כ' ניסן</td>	ז	כ' ניסן
5- הוד שבחסד	היום חמשה ימים לעמר	פניו
Sera (20.42/20.20) di Dom 16 Aprile <td>ו</td> <td>כ"א ניסן</td>	ו	כ"א ניסן
6- יסוד שבחסד	היום ששה ימים לעמר	אתנו
Sera (20.43/20.22) di Lun 17 Aprile <td>ה</td> <td>כ"ב ניסן</td>	ה	כ"ב ניסן
7- מלכות שבחסד	היום שבעה ימים לעמר, שהם שבעה ימים	סלה

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 3

pag. 20

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

più di 250 conferenze e lezioni per tutti i gusti e livelli

un assaggio del Daf Yomi, ogni giorno dal 2011

Momenti di Torà in fascicoli mensili

gli orari della giornata ebraica

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

ANNUNCIO IMPORTANTE: è nuovamente disponibile

**Rashi nella traduzione della Torà**

אב"ג ית"ץ

קר"ע שט"ן

נג"ד יכ"ש

בט"ר צת"ג

חק"ב טנ"ע

יג"ל פז"ק

שק"ו צי"ת

אָנא בְּכַח גְּדֵלַת יְמִינָךְ תִּתִּיר צְרוּרָה

קִבֵּל רֵנַת עֲמֻדָּה שְׁגִבְנוּ טִהְרָנוּ נוֹרָא

נָא גְבוּר דּוֹרְשֵׁי יְחוּדָךְ כְּבַבַּת שְׁמַרְם

בָּרַכְם טִהְרַם רַחֲמִים צְדֻקְתְּךָ תְּמִיד גְּמִלִם

חֲסִין קְדוּשׁ בְּרוּב טוֹבָךְ נִהַל עֲדַתְךָ

יְחִיד גְּאֵה לְעֻמָּה פְּנֵה זֹכְרֵי קְדוּשְׁתְּךָ

שְׁוִעַתְנוּ קִבֵּל וְשִׁמְעוּ צַעֲקַתְנוּ יוֹדְעַתְעַלְמוֹת

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד

pag. 5

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, morirono 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.

pag. 16

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.

pag. 9

## Seconda settimana - Ghevurà - Forza

Mi/ro	Sera	Giorno	Descrizione
Mi/ro	Sera (20.44/20.23) di Mar 18 Aprile	כ"ג ניסן	היום שמונה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ויום אחד - 8
		לדעת	קבל חסד שבגבורה
	Sera (20.46/20.24) di Mer 19 Aprile	כ"ד ניסן	היום תשעה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ושני ימים - 9
		בארץ	רנת גבורה שבגבורה
	Sera (20.47/20.25) di Gio 20 Aprile	כ"ה ניסן	היום עשרה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ושלושה ימים - 10
		דרכך	עמך תפארת שבגבורה
	Sera (20.48/20.26) di Ven 21 Aprile	כ"ו ניסן	היום אחד עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וארבעה ימים - 11
		בכל	שגבנו נצח שבגבורה
	Sera (20.50/20.27) di Sab 22 Aprile	כ"ז ניסן	היום שנים עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וחמשה ימים - 12
		גוים	טהרנו הוד שבגבורה
	Sera (20.51/20.29) di Dom 23 Aprile	כ"ח ניסן	היום שלשה עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וששה ימים - 13
		ישועתך	יסוד שבגבורה
	Sera (20.53/20.30) di Lun 24 Aprile	כ"ט ניסן	היום ארבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות - 14
		יודוך	קר"ע שט"ן מלכות שבגבורה

pag. 12

## Quinta settimana - Hòd - Splendore

Mi/ro	Sera	Giorno	Descrizione
Mi/ro	Sera (21.14/20.48) di Mar 9 Maggio	כ"ג ניסן	היום תשעה ועשרים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ויום אחד - 29
		תנחם	חסין חסין
	Sera (21.15/20.49) di Mer 10 Maggio	כ"ד ניסן	היום שלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ושני ימים - 30
		גבורה	קדוש קדוש
	Sera (21.16/20.50) di Gio 11 Maggio	כ"ה ניסן	היום אחד ושלושים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ושלושה ימים - 31
		תפארת	ברוב שבהוד
	Sera (21.18/20.51) di Ven 12 Maggio	כ"ו ניסן	היום שנים ושלושים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וארבעה ימים - 32
		עמים	טובך
	Sera (21.19/20.52) di Sab 13 Maggio	כ"ז ניסן	היום שלושה ושלושים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וחמשה ימים - 33
		הוד	נהל אלקי
	Sera (21.20/20.53) di Dom 14 Maggio	כ"ח ניסן	היום ארבעה ושלושים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וששה ימים - 34
		יסוד	עדתך
	Sera (21.22/20.55) di Lun 15 Maggio	כ"ט ניסן	היום חמשה ושלושים יום לעמר, שהם חמשה שבועות - 35
		מלכות	חק"ב טנ"ע

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

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

הַרְחֵמְנוּ [הוּא] יַחֲזִיר [לָנוּ] עֲבוֹדַת בֵּית הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה  
בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ [אִמֵּן סְלָה]:

פרק סז - Salmo 67

לְמַנְצַח בְּנִינֹת מְזִמּוֹר שִׁיר:

אֱלֹקִים יַחֲנֵנוּ וַיְבָרְכֵנוּ גְאֹר פְּנֵינוּ אֲתָנוּ סְלָה:  
לְדַעַת בְּאַרְצָךְ דְּרָפָד בְּכָל-גּוֹיִם יְשׁוּעָתֶךָ:  
יִוֹדֵף עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּף עַמִּים כָּל־סָ:  
יְשַׁמְתֵנוּ וַיִּרְנָנוּ לְאֲמִים כִּי-תִשְׁפֹּט עַמִּים מִיִּשְׂרָאֵל:  
יִוֹדֵף עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּף עַמִּים כָּל־סָ:  
אֲרָץ נִתְּנָה וַיְבֹלְקָהּ לְבָרְכָנוּ אֱלֹקִים אֱלֹקֵינוּ:  
וַיְבָרְכֵנוּ אֱלֹקִים וַיִּירָאוּ אוֹתוֹ כָּל-אֶפְסֵי-אֲרָץ:

אֱלֹהֵינוּ סְלָה

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 *Shavuot*. Il periodo della *Sefiràt ha'omer* 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 ha'omer* si trovano a pagina 19

Nelle pagine seguenti vi è una breve descrizione dei sette attributi basilari del carattere che in 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 ha'omer*.

- Khésed:** bontà, amore, benevolenza, gentilezza.
- Ghevurà:** forza, giustizia, disciplina, contenimento, timore.
- Tifèret:** bellezza, armonia, compassione.
- Nètzhakh:** resistenza, fermezza, forza, ambizione, eternità
- Hòd:** umiltà, splendore.
- Yesòd:** legame, fondamento.
- 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 *Shavuot*, 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).
- Nota: nel rito sefardita non si legge tutto quanto è contenuto tra parentesi quadra e le parole che accompagnano la numerazione giornaliera perché quelle parti appartengono a riti differenti. Tali brani sono stati inclusi nel libretto solo per completezza ma, pur facendo parte del generale patrimonio culturale ebraico, non vanno recitati da chi segue il rito italiano.

Quarta settimana - Nètzhakh - Eternità

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

Terza settimana - Tifèret - Bellezza

Sera (20.54/20.31) di Mar 25 Aprile	י	י"ד אייר
היום חמשה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ויום אחד - 15	ב	היום חמשה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ויום אחד - 15
Sera (20.55/20.32) di Mer 26 Aprile	ד	ט"ז אייר
היום ששה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושני ימים - 16	ג	היום ששה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושני ימים - 16
Sera (20.57/20.33) di Gio 27 Aprile	ו	י"ח אייר
היום שבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושלשה ימים - 17	ד	היום שבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושלשה ימים - 17
Sera (20.58/20.35) di Ven 28 Aprile	ז	י"ט אייר
היום שמונה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וארבעה ימים - 18	ה	היום שמונה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וארבעה ימים - 18
Sera (21.00/20.36) di Sab 29 Aprile	ח	כ' אייר
היום תשעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וחמשה ימים - 19	ו	היום תשעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וחמשה ימים - 19
Sera (21.01/20.37) di Dom 30 Aprile	ט	כ"א אייר
היום עשרים יום לעמר, שהם שני שבועות וששה ימים - 20	ז	היום עשרים יום לעמר, שהם שני שבועות וששה ימים - 20
Sera (21.02/20.38) di Lun 1 Maggio	י	כ"ב אייר
היום אחד ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות - 21	ח	היום אחד ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות - 21