

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 ITALIANA

Novità: (BETA) servizio Òmer tramite SMS! è GRATUITO!

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



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 *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



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 אמנא ברח, 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

ברוך אתה ה' אלקינו מלך העולם, אשר
 Barùch attà Ad-onài Elokènu mélech ha'olàm, ashèr
 קדשנו במצותיו וצונו על ספירת העומר
 kiddeshànù bemitzvotàv vetzivvànù 'àl sefiràt ha'òmer

Haiòm iamim la'òmer

sheèm shavu'òt

היום.... ימים לעומר
 שיהם.... שבועות

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

pag. 14

Settima settimana - Malchùt - Regno

- 43- היום שלשה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות ויום אחד
 Haiòm sheloshà vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt vejòm ekhad
 כ"ט א"ר GHEVURA Sera (21.42/21.12) di Dom 2 Giugno
- 44- היום ארבעה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות ושני ימים
 Haiòm arba'à vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt ushnè iamim
 סיון א' Rosh Khòdesh Sivàn TIFÉRET Sera (21.43/21.13) di Lun 3 Giugno
- 45- היום חמשה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות ושלשה ימים
 Haiòm khamishà vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt ushloshà iamim
 סיון ב' Domani: Shabbàt Bemidbàr NÉTZAKH Sera (21.44/21.14) di Mar 4 Giugno
- 46- היום ששה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות וארבעה ימים
 Haiòm shishà vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt vearba' à iamim
 סיון ג' HOD Sera (21.45/21.14) di Mer 5 Giugno
- 47- היום שבעה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות וחמשה ימים
 Haiòm shiv'à vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt vakhamishà iamim
 סיון ד' YESÒD Sera (21.46/21.15) di Gio 6 Giugno
- 48- היום שמונה וארבעים יום לעומר, שהם ששה שבועות וששה ימים
 Haiòm shemonà vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt veshishà iamim
 סיון ה' Domani: Shabbàt Bemidbàr MALCHÙT Sera (21.46/21.16) di Ven 7 Giugno
- 49- היום תשעה וארבעים יום לעומר, שהם שבעה שבועות
 Haiòm tish'à vearba'im iòm la'òmer, sheèm shiv'à shavuòt
 Domani: *vigilia Shavuot*

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

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 2

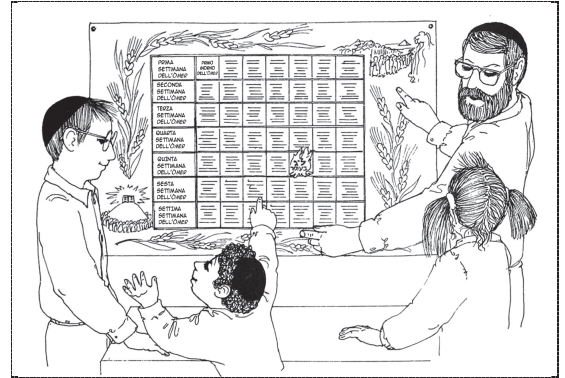
pag. 21

alcuni aggiungono:

רבונו של עולם, אָתָּה צִיִּיתֵנוּ עַל יְדֵי מַשֶּׁה עֲבָדְךָ לְסָפּוֹר סְפִירַת הָעֹמֶר, כְּדֵי לְטַהַרְנוּ מִקְלָפוֹתֵינוּ וּמִטְמְאוֹתֵינוּ, כְּמוֹ שֶׁכָּתַבְתָּ בְּתוֹרָתְךָ: (Levitico 23, 15-16) "וְסִפְרָתֶם לָכֶם מִמִּחְרַת הַשָּׁבֹת מִיּוֹם הַבִּיאֲכֶם אֶת עֹמֶר הַתְּנוּפָה, שִׁבְעַת שָׁבֹתוֹת תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה, עַד מִמִּחְרַת הַשָּׁבֹת הַשְּׁבִיעִת תִּסְפְּרוּ חֲמִשִּׁים יוֹם", כְּדֵי שִׁיטְהֶרוּ נַפְשוֹת עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזֵּה הַמָּוֶת: וּבְכֹן יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאַלֵּקֵי אֲבוֹתֵינוּ, שֶׁבְזָכוֹת סְפִירַת הָעֹמֶר שֶׁסְּפַרְתִּי הַיּוֹם, יִתְקַן מֵהַ שֶׁפָּגַמְתִּי בְּסִפְרָהּ (inserire quanto indicato nella tabella) וְאַתְּהָרָה וְאַתְּקַדְּשָׁה בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה, וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַע שִׁפְעָה רַב בְּכָל הָעוֹלָמוֹת, וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג וּפְגָם, וְלְטַהַרְנוּ וְלִקְדָּשְׁנוּ בְּקִדְשֶׁךָ הָעֲלִיּוֹנָה, אָמֵן סְלָה:

Se è presente un *miniàn* si dice il Kaddish dell'orfano~ידוש יתום

Halachà Illustrata l'Enciclopedia della famiglia ebraica



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

pag. 17

Chiarimenti sulla tabella della *sefiràt ha'omer*

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.

pag. 13

Sesta settimana - Yesòd - Fondamento

Sera (21.33/21.05) di Sab 25 Maggio	☞ KHÉSED	כ"א אייר
36- הַיּוֹם שֶׁשֶׁה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד		Haiòm shishà ushloshim iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt veìom ekhàd
Sera (21.34/21.06) di Dom 26 Maggio	☞ GHEVURA	כ"ב אייר
37- הַיּוֹם שֶׁבַע וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְשְׁנֵי יָמִים		Haiòm shiv'à ushloshim iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt ushné iamim
Sera (21.36/21.07) di Lun 27 Maggio	☞ TIFÉRET	כ"ג אייר
38- הַיּוֹם שְׁמוֹנֶה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁלְשָׁה יָמִים		Haiòm shemonà ushloshim iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt ushloshà iamim
Sera (21.37/21.08) di Mar 28 Maggio	☞ NÉTZAKH Dom.: Sh. Bechukkotai (mevarechin)	כ"ד אייר
39- הַיּוֹם תִּשְׁעָה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבַּעַת יָמִים		Haiòm tish'à ushloshim iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt vearba'à iamim
Sera (21.38/21.08) di Mer 29 Maggio	☞ HOD	כ"ה אייר
40- הַיּוֹם אַרְבָּעִים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים		Haiòm arba'im iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt vakhamishà iamim
Sera (21.39/21.09) di Gio 30 Maggio	☞ YESÒD	כ"ו אייר
41- הַיּוֹם אֶחָד וְאַרְבָּעִים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים		Haiòm ekhàd vearba'im iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuòt veshishà iamim
Sera (21.40/21.10) di Ven 31 Maggio	☞ MALCHUT Dom.: Sh. Bechukkotai (mevarechin)	כ"ז אייר
42- הַיּוֹם שְׁנַיִם וְאַרְבָּעִים יוֹם לְעֹמֶר, שֶׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת		Haiòm shenàim vearba'im iòm la'òmer, sheèm shishà shavuòt

pag. 4

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.

pag. 8

Prima settimana - Khésed - Amore

ט"ז ניסן	☞ KHÉSED Sera (20.46/20.25) di Sab 20 Aprile	1- הַיּוֹם יוֹם אֶחָד לְעֹמֶר
י"ז ניסן	☞ GHEVURA Sera (20.48/20.26) di Dom 21 Aprile	2- הַיּוֹם שְׁנֵי יָמִים לְעֹמֶר
י"ח ניסן	☞ TIFÉRET Sera (20.49/20.27) di Lun 22 Aprile	3- הַיּוֹם שִׁלְשָׁה יָמִים לְעֹמֶר
י"ט ניסן	☞ NÉTZAKH Sera (20.51/20.28) di Mar 23 Aprile	4- הַיּוֹם אַרְבַּעַת יָמִים לְעֹמֶר
כ' ניסן	☞ HOD Sera (20.52/20.29) di Mer 24 Aprile	5- הַיּוֹם חֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר
כ"א ניסן	☞ YESÒD Sera (20.53/20.30) di Gio 25 Aprile	6- הַיּוֹם שֶׁשֶׁה יָמִים לְעֹמֶר
כ"ב ניסן	☞ MALCHUT Sera (20.55/20.32) di ven 26 Aprile	7- הַיּוֹם שֶׁבַע יָמִים לְעֹמֶר, שֶׁהֵם שְׁבוּעַת אֶחָד

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

Oggi la *Sefiràt ha'omer* ma...

ogni giorno e tutto l'anno, **per tutti** un'occasione di studio solo su <http://libri.levy.it>

la **Torà** - *parashà* del giorno tradotta, commentata e cantata i Salmi *tradotti, recitati e traslitterati*
Kitzùr Shulchàn Arùch - *halachbòt* 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:
RASHI nella traduzione della **Torà e Haftaròt**
è in fase di ristampa
TUTTO multimediale (anche le **haftaròt**) con codice **QR!**

אָנאַ בְּכַח גְּדֵלַת יְמִינֶךָ תִּתִּיר צְרוּרָה
קִבַּל רִנַּת עַמְּךָ שְׂגָבְנוּ טַהֲרֵנוּ נוּרָא
נָא גְבוּר דּוֹרְשֵׁי יְחוּדְךָ כְּבַבַּת שְׁמַרְם
בְּרַכְם טַהֲרַם רַחֲמַם צְדִקְתְּךָ תְּמִיד גְּמֻלָם
חֲסִין קְדוּשׁ בְּרוּב טוּבְךָ נַחַל עֲדַתְךָ
יַחִיד גָּאָה לְעַמְּךָ פְּנֵה זּוֹכְרֵי קֹדֶשְׁתְּךָ
שׁוּעַתְנוּ קִבַּל וּשְׁמַע צַעֲקֹתֵנוּ יוֹדֵעַ תַּעֲלֹמוֹת

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

- Sera (20.56/20.33) di Sab 27 Aprile KHÉSED כ"ג ניסן הַיּוֹם שְׂמוֹנֶה יָמִים לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְיוֹם אֶחָד 8- Haiòm shemonà iamim la'òmer, sheèm shavúa ekhàd veìom ekhàd
- Sera (20.58/20.34) di Dom 28 Aprile GHEVURA כ"ד ניסן הַיּוֹם תְּשַׁעָּה יָמִים לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁנֵי יָמִים 9- Haiòm tish'à iamim la'òmer, sheèm shavúa ekhàd ushné iamim
- Sera (20.59/20.35) di Lun 29 Aprile TIFÉRET כ"ה ניסן הַיּוֹם עֶשְׂרֵה יָמִים לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁלֹשָׁה יָמִים 10- Haiòm asarà iamim la'òmer, sheèm shavúa ekhàd ushloshà iamim
- Sera (21.00/20.36) di Mar 30 Aprile NÉTZAKH כ"ו ניסן הַיּוֹם אֶחָד עָשָׂר יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְאַרְבָּעָה יָמִים 11- Haiòm ekhàd asàr iòm la'òmer, sheèm shavúa ekhàd vearbà'à iamim
- Sera (21.02/20.38) di Mer 1 Maggio HOD Domani: Yom haShoà כ"ז ניסן הַיּוֹם שְׁנַיִם עָשָׂר יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְחֲמֵשָׁה יָמִים 12- Haiòm sheném asàr iòm la'òmer, sheèm shavúa ekhàd vakhamishà iamim
- Sera (21.03/20.39) di Gio 2 Maggio YESÓD כ"ח ניסן הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁשָׁה יָמִים 13- Haiòm sheloshà asàr iòm la'òmer, sheèm shavúa ekhàd veshishà iamim
- Sera (21.05/20.40) di Ven 3 Maggio MALCHÚT Dom. Sh Achare Mot (mesarechin) כ"ט ניסן הַיּוֹם אַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם שְׁנֵי שְׁבוּעוֹת 14- Haiòm arba'à asàr iòm la'òmer, sheèm shenè shavu'ót

Quinta settimana - Hòd - Splendore

- Sera (21.25/20.57) di Sab 18 Maggio KHÉSED כ"ט ניסן הַיּוֹם תְּשַׁעָּה וְעֶשְׂרִים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד 29- Haiòm tish'à ve'esrim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót veìom ekhàd
- Sera (21.26/20.58) di Dom 19 Maggio GHEVURA ל"א ניסן הַיּוֹם שְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וּשְׁנֵי יָמִים 30- Haiòm sheloshim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót ushné iamim
- Sera (21.27/20.59) di Lun 20 Maggio TIFÉRET ל"ב ניסן הַיּוֹם אֶחָד וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וּשְׁלֹשָׁה יָמִים 31- Haiòm ekhàd ushloshim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót ushloshà iamim
- Sera (21.29/21.01) di Mar 21 Maggio NÉTZAKH ל"ג ניסן הַיּוֹם שְׁנַיִם וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים 32- Haiòm shenàim ushloshim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót vearbà'à iamim
- Sera (21.30/21.02) di Mer 22 Maggio HOD ל"ד ניסן הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וְחֲמֵשָׁה יָמִים 33- Haiòm sheloshà ushloshim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót vakhamishà iamim
- Sera (21.31/21.03) di Gio 23 Maggio YESÓD ל"ה ניסן הַיּוֹם אַרְבָּעָה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם אַרְבָּעָה שְׁבוּעוֹת וּשְׁשָׁה יָמִים 34- Haiòm arba'à ushloshim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavuót veshishà iamim
- Sera (21.32/21.04) di Ven 24 Maggio MALCHÚT Domani: Shabbàt Behar כ"ו ניסן הַיּוֹם חֲמֵשָׁה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעֹמֵר, שְׁהֵם חֲמֵשָׁה שְׁבוּעוֹת 35- Haiòm khamishà ushloshim iòm la'òmer, sheèm khamishà shavuót

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

הַרְחַמְנוּ [הוּא] יַחֲזִיר [לָנוּ] עֲבוֹדַת בַּיִת הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה
בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ [אָמֵן סְלָה]:

פרק סז - Salmo 67

לְמַנְצַח בְּנִגְיֹנֹת מִזְמוֹר שִׁיר:

אֱלֹקִים יַחֲנֵנוּ וַיְבָרְכֵנוּ גְאֹר פְּנֵינוּ אֲתֵנוּ סְלָה:
לְדַעַת בְּאַרְצְךָ דְרָכֶךָ 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 וַיּוֹלְקָהּ לְבָרְכָנוּ אֱלֹקִים אֱלֹקֵינוּ:
וַיְבָרְכֵנוּ אֱלֹקִים וַיִּירָאוּ אוֹתוֹ כָּל-אֶפְסֵי-אֲרָץ:

תתחם סלח
אמין סלח

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. Nètzakh: 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).
Nota: nel rito italiano 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 - Nètzakh - Eternità

Sera (21.16/20.49) di Sab 11 Maggio KHÉSED ז' אייר
היום שנים ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ויום אחד
Haiòm shenàim ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt veìòm ekhàd
Sera (21.17/20.51) di Dom 12 Maggio GHEVURA ח' אייר
היום שלשה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ושני ימים
Haiòm sheloshà ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt ushné iamim
Sera (21.18/20.52) di Lun 13 Maggio TIFÉRET ט' אייר
היום ארבעה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ושלשה ימים
Haiòm arba'à ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt ushloshà iamim
Sera (21.20/20.53) di Mar 14 Maggio NÉTZAKH י' אייר
היום חמשה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות וארבעה ימים
Haiòm khamishà ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt ve'arba'à iamim
Sera (21.21/20.54) di Mer 15 Maggio HOD י"א אייר
היום ששה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות וחמשה ימים
Haiòm shishà ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt vakhamishà iamim
Sera (21.22/20.55) di Gio 16 Maggio YESÒD י"ב אייר
היום שבעה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות וששה ימים
Haiòm shiv'à ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt veshishà iamim
Sera (21.24/20.56) di Ven 17 Maggio MALCHÛT Domani: Shabbàt Emor י"ג אייר
היום שמונה ועשרים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות
Haiòm shemonà ve'esrim iòm la'òmer, sheèm arba'à shavu'òt

Terza settimana - Tifèret - Bellezza

Sera (21.06/20.41) di Sab 4 Maggio KHÉSED י"ד ניסן
היום חמשה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ויום אחד
Haiòm khamishà asàr iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt veìòm ekhàd
Sera (21.07/20.42) di Dom 5 Maggio GHEVURA ט"ו אייר
היום ששה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושני ימים
Haiòm shishà asàr iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt ushné iamim
Sera (21.09/20.44) di Lun 6 Maggio TIFÉRET ט"ז אייר
היום שבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושלשה ימים
Haiòm shiv'à asàr iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt ushloshà iamim
Sera (21.10/20.45) di Mar 7 Maggio NÉTZAKH י"ז אייר
היום שמונה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וארבעה ימים
Haiòm shemonà asàr iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt ve'arba'à iamim
Sera (21.11/20.46) di Mer 8 Maggio HOD י"ח אייר
היום תשעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וחמשה ימים
Haiòm tish'à asàr iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt vakhamishà iamim
Sera (21.13/20.47) di Gio 9 Maggio YESÒD י"ט אייר
היום עשרים יום לעמר, שהם שני שבועות וששה ימים
Haiòm esrim iòm la'òmer, sheèm shené shavu'òt veshishà iamim
Sera (21.14/20.48) di Ven 10 Maggio MALCHÛT Domani: Shabbàt Kedoshim י"ט אייר
היום אחד ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות
Haiòm ekhàd ve'esrim iòm la'òmer, sheèm sheloshà shavu'òt