

סֵדֶר סְפִירַת הָעֶמֶר

5785 - 2025

CONTEGGIO DELL'ÒMER

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



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

IDEATO E REALIZZATO DA MOISE LEVY

VERSIONE
SEFARDITA



Orari
di Roma
e Milano

ורבונו של עולם,
 אַתָּה צִיִּיתָנוּ עַל יְדֵי מַשָּׁה עֲבָדְךָ לְסַפּוֹר סְפִירַת הָעֵמֶר, כְּדֵי לְטַהַרְנוּ
 מִקְלָפוֹתֵינוּ וּמִטְמְאוֹתֵינוּ, כְּמוֹ שֶׁכְּתוּבָה בְּתוֹרָתְךָ: (Levitico 23, 15-16)
 "וְסִפַּרְתֶּם לָכֶם מִמִּחְרַת הַשָּׁבֶת מִיּוֹם הַבִּיאְכֶם אֶת עַמְרֵי הַתְּנוּפָה,
 שִׁבְעַת שָׁבָתוֹת תְּמִימֹת תִּהְיֶינָה, עַד מִמִּחְרַת הַשָּׁבֶת הַשְּׂבִיעִית תִּסְפְּרוּ
 חֲמִשִּׁים יוֹם", כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת עַמְךָ יִשְׂרָאֵל מִזֵּה הַמָּוֶת:
 וּבְכֹן יִהְיֶה רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְיָ אֱלֹהֵינוּ וְאַלְקֵי אֲבוֹתֵינוּ,
 שֶׁבְזָכוֹת סְפִירַת הָעֵמֶר שֶׁסְּפַרְתִּי הַיּוֹם, יִתְקַן מֵה שֶׁפָּגַמְתִּי
 בְּסִפְרָהּ (inserirе quanto indicato nella tabella) וְאַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ
 בְּקִדְשָׁהּ שֶׁל מַעְלָה, וְעַל יְדֵי זֶה יִשְׁפַע שְׁפַע רַב בְּכָל
 הָעוֹלָמוֹת, וְלִתְקַן אֶת נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ וְנִשְׁמוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג
 וּפְגָם, וְלְטַהַרְנוּ וְלִקְדָּשְׁנוּ בְּקִדְשְׁתֶּךָ הָעֲלִיּוֹנָה, אֲמֵן סְלֵה]

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

Dal tragico **7 Ottobre 2023 a Pesach 2025** sono trascorsi ben **554 giorni** e nulla sembra cambiato!! La domanda di noi ebrei, questo Pesach è sempre più assillante: se le armi non hanno risolto, cosa fare?
Sappiamo che Hashem è il nostro padre e ci ha sempre protetti nella storia portandoci fino ad oggi. Cosa manca?
Ognuno ha la propria soluzione. Questa lezione che ho trovato interpreta molto bene la mia risposta e la condivido con voi.
 Se volete ascoltarla, scannerizzate qui (potete anche mettere i sottotitoli in italiano, **dove c'è la rotellina!**):



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.

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.

Sesta settimana - Yesòd - Fondamento

Sera	MIRO	MIRO
Sera (21:32/21:09) di Dom 18 Maggio	מ	כ"א אייר
36	הַחֵד שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם שֶׁשָּׂה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וַיּוֹם אֶחָד - כָּלֵם יחיד
Sera (21:33/21:10) di Lun 19 Maggio	י	כ"ב אייר
37	נָה גְבוּרָה שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם שֶׁבְּעָה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁנֵי יָמִים - אָרֶץ נָה
Sera (21:34/21:11) di Mar 20 Maggio	מ	כ"ג אייר
38	נָה גְבוּרָה שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם שְׁמוֹנֶה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁלֹשָׁה יָמִים - נְתָנָה לְעַמְד תְּפָאֶרֶת שְׁבִיטוֹד
Sera (21:36/21:12) di Mer 21 Maggio	ב	כ"ד אייר
39	נָה גְבוּרָה שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם תְּשַׁעָה וּשְׁלֹשִׁים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים - יְבוּלָה פְּנָה
Sera (21:37/21:13) di Gio 22 Maggio	א	כ"ה אייר
40	זוּכְרֵי הוֹד שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם אַרְבָּעִים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים - יְבוּרְכֵנוּ יוֹזְכְּרֵי הוֹד שְׁבִיטוֹד
Sera (21:38/21:14) di Ven 23 Maggio	ר	כ"ז אייר
41	קְדוּשַׁת יְסוֹד שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם אֶחָד וְאַרְבָּעִים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם חֲמִשָּׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁשָׁה יָמִים - אֶלְקִים קְדוּשַׁת יְסוֹד שְׁבִיטוֹד
Sera (21:39/21:14) di Sab 24 Maggio	ש	כ"ז אייר
42	יְנִ"ל פִּז"ק מַלְכוּת שְׁבִיטוֹד	הַיּוֹם שְׁנַיִם וְאַרְבָּעִים יוֹם לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם שֶׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת - יְנִ"ל פִּז"ק מַלְכוּת שְׁבִיטוֹד

Sera	MIRO	MIRO
Sera (20:42/20:31) di Dom 13 Aprile	י	ט"ז ניסן
1	אָנָּה חֶסֶד שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם יוֹם אֶחָד לְעַמְרֵי
Sera (20:44/20:32) di Lun 14 Aprile	ש	י"ז ניסן
2	בְּכַח גְבוּרָה שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם שְׁנֵי יָמִים לְעַמְרֵי
Sera (20:46/20:33) di Mar 15 Aprile	מ	י"ח ניסן
3	גְּדוּלַת תְּפָאֶרֶת שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה יָמִים לְעַמְרֵי
Sera (20:48/20:34) di Mer 16 Aprile	ח	י"ט ניסן
4	יְמוֹךְ נְצַח שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם אַרְבָּעָה יָמִים לְעַמְרֵי
Sera (20:49/20:36) di Gio 17 Aprile	ו	כ' ניסן
5	יְמוֹךְ הוֹד שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם חֲמִשָּׁה יָמִים לְעַמְרֵי
Sera (20:50/20:37) di Ven 18 Aprile	ז	כ"א ניסן
6	צְרוּרָה יְסוֹד שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם שֶׁשָּׁה יָמִים לְעַמְרֵי
Sera (20:51/20:38) di Sab 19 Aprile	ש	כ"ב ניסן
7	אֲבִ"ג יְתִ"ץ מַלְכוּת שְׁבַחֲסָד	הַיּוֹם שֶׁבְּעָה יָמִים לְעַמְרֵי, שֶׁהֵם שְׁבוּעַת אֶחָד

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'Ômer* ma...

ogni giorno e tutto l'anno, **per tutti** un'occasione di studio solo su: **edizionilevy.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
e soprattutto troverete... i libri che non tramontano mai.



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

אָנָא בְּכַח גְּדֻלַּת יְמִינֶךָ תַּתִּיר צְרוּרָה
קִבֵּל רֵנַת עֲמֻדָּה שְׁגָבְנוּ טַהֲרָנוּ נוֹרָא
נָא גְבוּר דּוֹרְשֵׁי יְחוּדְךָ כְּבַבְתָּ שְׁמַרְם
בְּרַכְם טַהֲרַם רַחֲמִים צְדֻקְתְּךָ תְּמִיד גְּמֻלָּם
חֲסִין קְדוּשׁ בְּרֹב טוֹבְךָ נִהַל עֲדֻתְךָ
יְחִיד גָּאֵה לְעַמֶּךָ פְּנֵה זֹכְרֵי קְדוּשַׁתְּךָ
שְׁוֵעֲתֵנוּ קִבֵּל וְשִׁמְעוּ צַעֲקֹתֵנוּ יוֹדְעַת תַּעֲלָמוֹת

בְּרוּךְ שֵׁם כְּבוֹד מַלְכוּתוֹ לְעוֹלָם וָעֶד

pag. 5

pag. 16

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'Ômer, 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.

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

pag. 12

Seconda settimana - Ghevurà - Forza

Quinta settimana - Hòd - Splendore

MI/RO	
Sera (20:53/20:39) di Dom 20 Aprile אָ	כ"ג ניסן
8- היום שמונה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ויום אחד	לדעת
חוד שבגבורה קבל	כ"ד ניסן
Sera (20:55/20:40) di Lun 21 Aprile ב	היום תשעה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ושני ימים
גבורה שבגבורה רנת	בארץ
Sera (20:56/20:41) di Mar 22 Aprile ג	כ"ה ניסן
10- היום עשרה ימים לעמר, שהם שבוע אחד ושלשה ימים	דרכך
תפארת שבגבורה עמדך	כ"ו ניסן
Sera (20:57/20:42) di Mer 23 Aprile ד	Domani: Yom haShoà
11- היום אחד עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וארבעה ימים	בכל
נצח שבגבורה שגבנו	כ"ז ניסן
Sera (20:59/20:43) di Gio 24 Aprile ה	היום שנים עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וחמשה ימים
הוד שבגבורה טהרנו	גוים
Sera (21:01/20:44) di Ven 25 Aprile ו	כ"ח ניסן
Dom. Shabbat Shemini	היום שלשה עשר יום לעמר, שהם שבוע אחד וששה ימים
ישועתך נורא	כ"ט ניסן
Sera (21:03/20:46) di Sab 26 Aprile ז	היום ארבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות
מלכות שבגבורה יסוד	קר"ע שט"ן

MI/RO	
Sera (21:23/21:02) di Dom 11 Maggio פסח dom. Pesakh Sheni י	29- היום תשעה ועשרים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ויום אחד
תנחם חסד שבהוד חסין	כ"א ניסן
Sera (21:24/21:03) di Lun 12 Maggio ט	30- היום שלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ושני ימים
גבורה שבהוד קדוש	כ"ב ניסן
Sera (21:25/21:04) di Mar 13 Maggio ט"א	31- היום אחד ושלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות ושלשה ימים
תפארת שבהוד ברוב	כ"ג ניסן
Sera (21:26/21:05) di Mer 14 Maggio י	32- היום שנים ושלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וארבעה ימים
נצח שבהוד טובך	כ"ד ניסן
Sera (21:28/21:06) di Gio 15 Maggio ט"ב	33- היום שלשה ושלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וחמשה ימים
הוד שבהוד נהל	כ"ה ניסן
Sera (21:30/21:07) di Ven 16 Maggio ל	34- היום ארבעה ושלשים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות וששה ימים
יסוד שבהוד עדתך	כ"ו ניסן
Sera (21:31/21:09) di Sab 17 Maggio נ	35- היום חמשה ושלשים יום לעמר, שהם חמשה שבועות
מלכות שבהוד חק"ב טנ"ע	עמים

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 בַּיִת הַמִּקְדָּשׁ לְמִקְוָמָה
בְּמַהֲרָה בְּיָמֵינוּ [אִמֵּן סְלָה]:

פרק סז - Salmo 67

לְמַנְצַח בְּנִינֹת מְזִמּוֹר שִׁיר:

אֱלֹקִים יַחֲנֵנוּ וַיְבָרְכֵנוּ גְאֹר פְּנֵינוּ אֲתֵנוּ סְלָה:
לְדַעַת בְּאַרְצְךָ דְרָכֶךָ בְּכָל-גּוֹיִם יְשׁוּעָתֶךָ:
יִוֹדֵךָ עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּךָ עַמִּים כָּל־סָם:
יְשַׁמְתֵנוּ וַיִּרְנְנוּ לְאַמִּים כִּי-תִשְׁפֹּט עַמִּים מִיִּשְׂרָאֵל:
יִוֹדֵךָ עַמִּים | אֱלֹקִים יוֹדוּךָ עַמִּים כָּל־סָם:
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

MI/RO	
Sera (21:12/20:54) di Dom 4 Maggio	ז' אייר
היום שנים ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ויום אחד - 22	לאמים ברכם חסד שבנצח
Sera (21:14/20:55) di Lun 5 Maggio	ח' אייר
היום שלשה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ושני ימים - 23	כי טהרם גבורה שבנצח
Sera (21:16/20:56) di Mar 6 Maggio	ט' אייר
היום ארבעה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ושלשה ימים - 24	תשפוט רחמי תפארת שבנצח
Sera (21:17/20:57) di Mer 7 Maggio	י' אייר
היום חמשה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות וארבעה ימים - 25	עמים צדקת נצח שבנצח
Sera (21:18/20:59) di Gio 8 Maggio	יא' אייר
היום ששה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות וחמשה ימים - 26	מישור תמיד הוד שבנצח
Sera (21:19/21:00) di Ven 9 Maggio	יב' אייר
היום שבעה ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות ושישה ימים - 27	ולאמים גמלם יסוד שבנצח
Sera (21:21/21:01) di Sab 10 Maggio	יג' אייר
היום שמונה ועשרים יום לעמר, שהם ארבעה שבועות - 28	בארץ בטר צת"ג מלכות שבנצח

Terza settimana - Tifèret - Bellezza

MI/RO	
Sera (21:04/20:47) di Dom 27 Aprile	י' Rosh Khodesh Iyar
היום חמשה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ויום אחד - 15	חסד שבתפארת נא עמים
Sera (21:05/20:48) di Lun 28 Aprile	יא' Rosh Khodesh Iyar
היום ששה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושני ימים - 16	גבורה שבתפארת גבור אלקים
Sera (21:06/20:49) di Mar 29 Aprile	יב' Domani: Yom haZikkaròn
היום שבעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות ושלשה ימים - 17	תפארת שבתפארת דורשי יודך
Sera (21:07/20:50) di Mer 30 Aprile	יג' Domani: Yom haHazmaùt
היום שמונה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וארבעה ימים - 18	נצח שבתפארת יחודך עמים
Sera (21:09/20:51) di Gio 1 Maggio	יד' אייר
היום תשעה עשר יום לעמר, שהם שני שבועות וחמשה ימים - 19	הוד שבתפארת כבבת כולם
Sera (21:10/20:52) di Ven 2 Maggio	טו' Domani: Shabbàt Tazria-Metzora
היום עשרים יום לעמר, שהם שני שבועות ושישה ימים - 20	יסוד שבתפארת שמרם ישמחו
Sera (21:11/20:53) di Sab 3 Maggio	טז' אייר
היום אחד ועשרים יום לעמר, שהם שלשה שבועות - 21	מלכות שבתפארת נג"ד יכ"ש