

SIDOUR HAÔMÈRE

Prière du Soir
Sédère de la Séfira
Tikoun Hamidot
Téfilot

OVDHM 

20 Iyar

Sidour Haômère

Prière du Soir
Sédère de la Séfira
Tikoun Hamidot

Téfilot

extrait de l'ouvrage

49

CHACQUE JOUR COMPTE



OVDHMY

OVDHM

Collection



Paracha



Kétorète



Echet 'Hayil



Séli'hot



Roch Hachana



Soukot



©Tous droits appartenant à l'auteur
Nous autorisons la reproduction et
l'enregistrement de parties de cet
ouvrage sous quelle que forme que ce
soit, pour une diffusion et utilisation
personnelle et non commerciale, ou
pour une étude de groupe.

Merci de nous faire part de vos
remarques ou suggestions

www.OVDHM.com
info.ovdham@gmail.com



Tou Bichevat



Pourim



Pessa'h



Séfirat Haômera



Havdala



Les pratiques

1^{ère} édition - Nissan 5781
Imprimé en Erets Israël
Bnei Brak

CE LIVRE NE PEUT ETRE VENDU



PRIÈRE DU SOIR

Psaume de Roch Hodech.....	4
Lechem Yi'houd.....	5
Le Chéma et ses bénédictions.....	6
Amida – Les 18 bénédictions.....	10
Prière du samedi soir.....	18

SÉDÈRE DE LA SÉFIRA

Ségoula du sel.....	26
Parachat Haômère.....	27
Lechem Yi'houd.....	31
La bénédiction.....	32
Le compte & Tikoun des midot.....	35
Téfilot	49
Les lois du compte	54



Enseignement¹ pour la période de la Séfirat Haômère
du kabbaliste Rabbi Nissim Pérets zatsal

(extrait de l'ouvrage « 49, Chaque jour compte »)

**disponible au format EBOOK en téléchargement libre
sur notre site www.ovdhm.com**

Le verset dit : « Vous compterez pour vous du lendemain du Chabbat, du jour où vous apporterez le Ômère de l'offrande balancée, sept Chabbatot [semaines] complètes. Jusqu'au lendemain du septième Chabbat [semaine], vous compterez cinquante jours et vous offrirez une nouvelle Min'ha à Hachem ».²

Le verset lie le compte des semaines à l'offrande du Ômère fait d'orge, un aliment destiné aux animaux : « du jour où vous apporterez le Ômère de l'offrande balancée, sept Chabbatot [semaines] complètes ».

Par contre, lorsque la Torah parle du compte des jours, elle écrit : « vous compterez cinquante jours et vous offrirez une nouvelle Min'ha à Hachem ». Il s'agit d'une Mitsva spéciale : l'offrande des deux pains de blé, un aliment destiné à l'homme.

L'offrande des deux pains a-t-elle un rapport avec l'offrande du Ômère ?

Nous voyons que l'offrande d'orge est faite d'un aliment destiné aux animaux alors que la nouvelle offrande est composée d'un pain de blé, un aliment destiné aux hommes.

On nous recommande ici : « Regardez, Hachem a donné la Torah dans ce monde pour des créatures matérielles. Mais sachez que vous ne pouvez pas prendre la Torah et rester un animal. Vous devez raffiner votre corps et le transformer d'animal en homme ».

La Guemara³ dit : « C'est une mitsva de compter les jours et c'est une mitsva de compter les semaines ». Elle parle de cette période de la Séfirat Haômère pendant laquelle l'homme peut acquérir toutes les Midot, qui sont les sept Midot et les sept semaines qui symbolisent le domaine de la nature.

Il convient donc bien de compter sept semaines, pas plus. Le chiffre sept représente la nature, incluse dans le concept de sept, ce qui est en rapport avec le Korbane Haômère, et ensuite il faut compter cinquante jours.

La Guemara⁴ pose la question suivante : pourtant, nous ne comptons que 49 jours ; où sont les 50 jours ? On explique que cela ressemble aux coups administrés sur ordre du Beth-Din : « il lui donnera 40 coups »⁵, moins un. Là où il est écrit 40 coups, on ne frappe le coupable

1 Extrait de l'ouvrage « Pardès Nissim », parachat Kedochim et Emor

2 Vayikra 23 ;15-16.

3 'Haguiga 17b.

4 Menahot 65b. Un verset dit : « Vous compterez cinquante jours » et un autre dit : « Sept semaines complètes ». Comment [les réconcilier] ?

5 Devarim 25 ;3.

que 39 fois.⁶ De même, si l'on arrive à 50, c'est comme si l'on avait compté 50.

Cependant, l'idée est plus profonde.

« Vous compterez cinquante jours » veut dire que par le compte des jours, on arrive à un niveau qui dépasse la nature.

Il est écrit : « Le huitième jour, il retranchera la chair de son excroissance ». Le chiffre 8 dénote quelque chose qui dépasse la nature, de même que le chiffre 50.

Par exemple, on sait que la notion des 50 Portes de la sagesse dépasse la nature. En Egypte, les Bnei Israël sont descendus aux 49 portes d'impureté mais pas à la 50ème. Le Yovel/jubilée est composé de sept années de Chemitta, et les dépasse ; c'est la notion du monde futur. Tous les esclaves sont libérés, les terres retournent à leur propriétaire ; c'est une notion spirituelle très élevée, qui dépasse la nature.

Tel est le message : si vous vous efforcez de rectifier vos Midot/traits de caractère, si vous prenez les sept semaines et les divisez en jours et les rectifiez, si vous vous transformez d'animal en homme, dans ce cas « l'homme et la bête Tu délivres, Eternel » – le cinquantième jour, vous recevrez la Torah et vous serez spirituel. Par ce perfectionnement de Matane Torah le cinquième jour, tout sera changé en vous.

Si l'homme réfléchit, il voit que notre travail la nuit du Sédère, c'est de « recevoir ». Le soir du Sédère, dit Rabbi 'Haïm Delarosa, auteur du « Torat 'Hakham », c'est le thème appelé embryon, la Séfirat Haômère c'est le thème de l'allaitement et Chavouot c'est le thème de maturité.

Il faut comprendre ce que veut dire l'idée que le soir du Sédère, c'est le thème de l'embryon. L'embryon existait avant cela, avant Pessa'h. En fait, à Pessa'h, c'est la naissance et la naissance se produit en un instant. Tant que l'enfant n'est pas né, il n'y a rien. On voit peut-être un ventre arrondi, mais on ne voit pas l'enfant, on ne voit pas de création. La naissance amène quelque chose de nouveau dans le monde.

Aussi, le soir du Sédère, quelque chose qu'on reçoit du Ciel naît dans l'âme du peuple juif, en un instant.

La naissance vient en un instant ; elle n'est pas due à notre effort. Nous ne faisons que recevoir l'enfant. Aussi, notre point de travail à Pessa'h, c'est recevoir.

Chavouot, oh ! Quel cadeau ! C'est encore plus important que le soir du Sédère, c'est une grandeur particulière : la 50ème porte, le 50ème jour. Le 50ème jour, nous recevons un grand cadeau d'Hachem : Il donne la Torah au peuple juif.

Par conséquent, à Pessa'h nous recevons un cadeau et à Chavouot nous recevons aussi un cadeau. Que nous reste-t-il à faire ? Où est notre travail pour obtenir ces cadeaux ?

Notre travail, c'est la Séfirat Haômère.

Dieu sait que nous sommes des hommes et que nous ne pouvons rien faire en un instant. Il faut nous donner aujourd'hui un petit travail, demain encore un petit travail et ainsi de suite, et c'est comme cela que nous nous élevons.

J'ai quelques élèves qui, je le constate, ne peuvent pas venir étudier tous les jours. Parmi eux, il y en a un qui aime les « occasions ». Si on

6 Michna Makot 3.11.

lui dit qu'aujourd'hui, il y a quelque chose de spécial, il viendra. Cette semaine, nous faisons telle chose : il viendra. Mais un travail quotidien lui est difficile.

Pourtant, c'est ce qu'on demande à l'homme. L'homme doit se prendre en main. « Vous compterez pour vous » – pour vous-mêmes. C'est un compte personnel entre nous et Hachem.

C'est prendre l'animal qui est en nous et le transformer en homme, raffiner sa personnalité autant que possible. Moins de colère, moins de fierté, moins de désirs, moins de paresse, travailler sur la Mida de 'hessed/bonté et sur celle de Guevoura/force, vaincre, se contrôler. Cette semaine en particulier, qui est sous le signe du travail sur la crainte du Ciel,⁷ il faut dominer son yétser hara, vaincre les mauvaises Midot.

Par conséquent, le travail principal se fait pendant la Séfirat Haômère ; le reste, c'est D.ieu qui le fait. A Pessa'h, Il nous donne un point de départ et à la fin, à Chavouot, Il nous donne la récompense du travail que nous avons fourni. Mais tout dépend du travail de la Séfirat Haômère.

Le compte du Ômère n'est pas un commandement comme un autre parmi les 613. Même dans son sens simple, nous voyons que ce n'est pas un commandement semblable aux autres.

Il n'est écrit « complètes » à propos d'aucune autre Mitsva que la Séfirat Haômère. Toutes les Mitsvot, nous avons pour principe qu'il faut les accomplir le plus tôt possible. Mais pour la Séfirat Haômère, il faut présenter à Hachem le compte d'un jour entier. Si vous comptez une demi-heure ou une heure après l'heure, ce ne sont pas des semaines « complètes ». Vous aurez mal agi même d'après le sens dévoilé, et à plus forte raison d'après la kabbala !

Selon la Kabbala, la Séfirat Haômère n'est pas une Mitsva de plus, c'est la Mitsva qui illumine (comme le mot safir/saphir) pendant les vingt-quatre heures du jour.

Les 24 heures attendent de recevoir la lumière de la Séfirat Haômère.

Les kavanot du Ari ou du Rachach que nous nous efforçons d'avoir lors de la Téfila du matin, du port du talith et des téfilines, de la prière de Min'ha etc., nous n'avons pas besoin de les avoir pendant la période de la Séfirat Haômère. Car nous les avons automatiquement ! Par le compte lui-même, vous avez toutes les Kavanot.

Qu'avez-vous besoin de faire encore ? La Kavana y est, cela suffit.

Cela ne veut pas dire qu'on ne doit pas avoir les kavanot du Ari et du Rachach pour les autres Mitsvot pendant le Ômère parce qu'il n'y a pas de kavanot pendant la période du Ômère.

Il y en a ! Mais toutes les kavanot de toutes les Mitsvot des 24 heures de la journée se trouvent dans la Séfirat Haômère.

Comment donc considérer cette Mitsva comme « une Mitsva de plus » et compter à 10 heures du soir, à 11 heures, quand on en a envie ?

Pendant cette période, il faut être sérieux, laisser tout en plan et compter à l'heure. Ce n'est pas une Mitsva simple, c'est une Mitsva qui a une influence sur tout. Il faut s'y accrocher, bien s'y accrocher.

⁷ Ce cours a été donné la deuxième semaine du Ômère, qui correspond à la Mida de Guevoura.

Note de l'auteur :

Je remercie Hakadoch Baroukh Hou qui, dans Son immense bonté, m'a offert l'opportunité de connaître le Rav Nissim Pérets Zatsal et la communauté de Beth-El. Cette rencontre a illuminé mon Avodat Hachem.

Le Rav Nissim Pérets Zatsal a été la source d'inspiration de cet ouvrage. Sans lui, la Séfirat Haômère serait restée pour moi un compte simple et banal. Il lui a donné une toute autre dimension.

En effet, le Rav avait une approche exceptionnelle, comme pour toutes les Mitsvot, même les plus simples [à nos yeux]. On ressentait que chaque Mitsva était pour lui une pierre précieuse.

Je vous décrirai en quelques mots la Séfirat Haômère à laquelle j'ai assisté dans sa communauté. Elle dure chaque soir environ une vingtaine minutes :

On récite auparavant des Téfilot et des chants, puis la bénédiction, le compte, ensuite d'autres Téfilot et des chants de conclusion.

De plus, après le compte, le Rav évoquait le programme journalier, le travail personnel à faire envers D.ieu et envers les hommes.

La Séfirat Haômère était une vraie démarche, et pas juste un compte.

Que la mémoire du Rav Nissim Pérets Zatsal nous accompagne en cette période de la Séfirat Haômère et que ses enseignements nous aident à optimiser ces jours pour nous préparer au mieux au Don de la Torah.

Mordekhai Bismuth

Extrait de l'ouvrage « 49, Chaque jour compte »
**disponible au format EBOOK en téléchargement libre
sur notre site www.OVDHM.com**



PRIÈRE DU SOIR
תפילת ערבית לימי החול



À Roch Hodech on commence la Téfila par le psaume suivant :

**בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת יְהוָה יְהוָה אֱלֹהֵי גְדֻלָּת מְאֹד הוֹד וְהֹדֶר
לְבָשֶׁת: עֲמָה אֹר פִּשְׁלָמָה נוֹטָה שָׁמַיִם פִּירִיעָה: הַמִּקְרָה בְּמִים
עֲלִיזוֹתָיו הַשֶּׁם עֲבִים רְכוּבוֹ הַמְחַלֵּף עַל בְּנֵי רוּחַ: עֲשֵׂה מְלָאכָיו
רוּחוֹת מִשְׁרָתָיו אֵשׁ לְהֵט: יָסֵד אֶרֶץ עַל מְכוּנֵיהָ כֹּל תַּמוּז עוֹלָם
וְעַד: תַּהוֹם כְּלָבוּשׁ כְּפִיתוֹ עַל הָרִים יַעֲמִדוּ מִים: מִן גְּעֻרָתָךְ
יִנּוּסוּן מִן קוֹל רַעֲמֶךָ יִחַפְּזוּן: יַעֲלוּ הָרִים יִרְדּוּ בְּקַעֲוֹת אֶל מְקוֹם
זֶה יִסְדֶּתָּ לָהֶם: גְּבוּל שְׁמֶתָ כֹּל יַעֲבִרוּן כֹּל יִשׁוּבוּן לְכַסּוֹת הָאָרֶץ:
הַמְשַׁלַּח מַעֲיָנִים בְּנַחֲלִים בֵּין הָרִים יִהְלֹכוּ: יִשְׁקוּ כֹּל חֵיתוֹ שְׂדֵי
יִשְׁבְּרוּ פְּרָאִים צִמָּאִם: עֲלִיָּהֶם עוֹף הַשָּׁמַיִם יִשְׁכּוּן מִבֵּין עֲפָאִים
יִתְּנוּ קוֹל: מוֹשְׁקָה הָרִים מַעֲלִיזוֹתָיו מִפְּרִי מַעֲשִׂיךָ תִּשְׁבַּע הָאָרֶץ:
מִצְמִיחַ חֲצִיר לְכַחֲמָה וְעֹשֶׂב לְעִבְדַת הָאָדָם לְהוֹצִיא לָהֶם מִן
הָאָרֶץ: וַיִּזֶן יִשְׁמַח לִבָּב אֲנוּשׁ לְהַצְהִיל פָּנִים מִשְׁמֶן וְלָחֶם לִבָּב
אֲנוּשׁ יִסְעַד: יִשְׁבְּעוּ עֲצֵי יְהוָה אֲרוֹזֵי לְבָנוֹן אֲשֶׁר נָטַע: אֲשֶׁר שָׁם
צִפְרִים יִקְנְנוּ חֲסִידָה בְּרוּשִׁים בֵּיתָה: הָרִים הַגְּבֹהִים לִיעֲלִים
מְלָעִים מַחֲסָה לְשֹׁפְנִים: עֲשֵׂה יָרַח לְמוֹעֲדִים שְׁמֶשׁ יָדַע מְבוֹאֹ:
תִּשְׁתַּחֲשֹׁף וַיְהִי לִילָה בּוֹ תִרְמַשׁ כֹּל חֵיתוֹ יַעַר: הַכְּפִירִים
שֹׂאגִים לְפָרָף וּלְבָקֶשׁ מֵאֵל אֲכָלָם: תִּזְרַח הַשֶּׁמֶשׁ יִאֲסַפּוּן וְאֵל
מְעוֹנָתָם יִרְבְּצוּן: יֵצֵא אָדָם לַפְּעֹלוֹ וּלְעִבְדָתוֹ עַדִּי עָרַב: מָה רַבּוֹ
מַעֲשִׂיךָ יְהוָה כֹּל בְּחִכְמָה עֲשִׂיתָ מְלָאכָה הָאָרֶץ קִנְיָנָךְ: זֶה הֵימָּה
גְּדוֹל וְרָחֵב יָדַיִם שֶׁם רָמַשׁ וְאִין מִסְפָּר חֵיווֹת קִטְנוֹת עִם גְּדֻלוֹת:
שֶׁם אֲנִיוֹת יִהְלֹכוּ לְוִיתָן זֶה יִצְרֶתָ לְשֹׁחַק בּוֹ: כֹּלֵם אֱלֹהֵי יִשְׁבְּרוּן
לְתֵת אֲכָלָם בְּעֵתוֹ: תִּתֵּן לָהֶם יִלְקֻטוּן תִּפְתַּח יָדְךָ יִשְׁבְּעוּן טוֹב:
תִּסְתִּיר פָּנֶיךָ יִבְחִלוּן תִּסַּף רוּחָם יִגְוֹעוּן וְאֵל עֲפָרָם יִשׁוּבוּן:
תִּשְׁלַח רוּחְךָ יִבְרָאוּן וּתִחַדֵּשׁ פָּנָי אֲדָמָה: יְהִי כְבוֹד יְהוָה לְעוֹלָם
יִשְׁמַח יְהוָה בְּמַעֲשָׂיו: הַמְפִיט לְאָרֶץ וּתְרַעַד וַיַּעַ בְּהָרִים וַיַּעֲשֶׂנוּ:
אֲשִׁירָה לִיהוָה בְּחַיֵּי אֲזַמְרָה לְאֱלֹהֵי בְּעוֹדִי: יַעֲרַב עָלָיו שִׁיחִי
אֲנֹכִי אֲשַׁמַּח בִּיהוָה: יִתְמוּ חַטָּאִים מִן הָאָרֶץ וּרְשָׁעִים עוֹד אֵינָם
בְּרָכִי נַפְשִׁי אֶת יְהוָה הַלְלוּיָהּ:**

Avant de commencer la Téfila il sera bon de lire ce qui suit :

לְשֵׁם יְחִוּד קוֹדֶשׁא בְּרִיךְ הוּא וּשְׂכִינְתָּהּ, בְּדַחֲלוֹ וּרְחִימוֹ, וּרְחִימוֹ וּדְחִילוֹ,
 לְיַחְדָּא שֵׁם יוֹד קָ"י בּוֹא"ו קָ"י בְּיַחְדָּא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל. הִנֵּה
 אֲנַחְנוּ בָּאִים לְהַתְפַּלֵּל תְּפִלַּת עֶרְבִית, שֶׁתִּקְוָה יַעֲקֹב אֲבִינוּ עָלֵינוּ הַשְּׁלוֹם,
 עִם כָּל הַמַּצּוֹת הַכּוֹלֵלוֹת בָּהֶן, לְתַקֵּן אֶת שְׁרָשָׁהּ בְּמִקּוֹם עֲלִיוֹן, לַעֲשׂוֹת
 נַחַת רוּחַ לְיוֹצְרֵנוּ וְלַעֲשׂוֹת רָצוֹן בּוֹרְאֵנוּ. וְיֵחִי נָעַם אֱדֹנֵי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ.
 וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ בּוֹנֵנָה עָלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ בּוֹנֵנָה:

**יְהוָה צְבָאוֹת עֲמָנוּ מִשְׁגָּב לָנוּ אֱלֹהֵי יַעֲקֹב סֶלָה;
 יְהוָה צְבָאוֹת אֲשֶׁרִי אָדָם בְּמִטָּה בָּךְ: יְהוָה הוֹשִׁיעָה
 הַמֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם קָרְאֵנוּ:**

L'officiant récite le Kadich suivant :

וַיִּתְגַּדֵּל וַיִּתְקַדֵּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. [אָמֵן]
 בְּעֶלְמָא דִּי בְּרָא, בְּרַעֲוִיתָהּ, וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ, וַיַּצְמַח פְּרָקְנָהּ,
 וַיַּקְרֵב מְשִׁיחָהּ. [אָמֵן]
בְּחַיִּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בַּעֲגָלָא וּבְזִמְן
 קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]
יְחֵא שְׁמֵיהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלַם וְלַעֲלָמֵי עָלְמֵיָא יִתְבָּרַךְ.
 וַיִּשְׁתַּבַּח. וַיִּתְפָּאֵר. וַיִּתְרוֹמֵם. וַיִּתְנַשֵּׂא. וַיִּתְהַדָּר. וַיִּתְעַלֶּה.
 וַיִּתְהַלֵּל שְׁמֵהּ דְקֹדֶשׁא, בְּרִיךְ הוּא. [אָמֵן]
לַעֲלָא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תְּשַׁבְּחָתָא וְנַחֲמָתָא, דְאָמִירָן
 בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן: [אָמֵן]

**וְהוּא רַחוּם יְכַפֵּר עֲוֹן וְלֹא יִשְׁחִית, וְהִרְבָּה לְהַשְׁיב
 אָפּוֹ, וְלֹא יַעִיר כָּל חַמָּתוֹ: יְהוָה הוֹשִׁיעָה, הַמֶּלֶךְ
 יַעֲנֵנוּ בְּיוֹם קָרְאֵנוּ:**

L'officiant : בָּרְכוּ אֶת יְהוָה הַמְבָרֵךְ:

L'assemblée : בָּרוּךְ יְהוָה הַמְבָרֵךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

L'officiant : בָּרוּךְ יְהוָה הַמְבָרֵךְ לְעוֹלָם וָעֶד:

בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר
בְּדַבְרוֹ מַעְרִיב עַרְבִים בְּחֻכְמָה, פּוֹתֵחַ שְׁעָרִים
בְּתַבּוּנָה, מְשַׁנֵּה עֵתִים וּמַחְלִיף אֶת הַזְּמַנִּים,
וּמַסִּיד אֶת הַפּוֹכְבִּים בְּמִשְׁמְרוֹתֵיהֶם בְּרַקִּיעַ
כְּרִצּוֹנוֹ, בּוֹרֵא יוֹמָם וְלַיְלָה, גּוֹלֵל אוֹר מִפְּנֵי חֹשֶׁךְ
וְחֹשֶׁךְ מִפְּנֵי אוֹר, הַמַּעֲבִיר יוֹם וּמַבִּיא לַיְלָה,
וּמַבְדִּיל בֵּין יוֹם וּבֵין לַיְלָה. יְהוָה צְבָאוֹת שְׁמוֹ.
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, הַמַּעְרִיב עַרְבִים:

אַהֲבַת עוֹלָם בֵּית יִשְׂרָאֵל עִמָּךְ אָהֲבָתְךָ, תּוֹרָה
וּמִצְוֹת חֻקִּים וּמִשְׁפָּטִים אוֹתֵנוּ לַמִּדָּת. עַל כֵּן
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, בְּשִׂכְבֵּנוּ וּבְקוֹמָנוּ נָשִׁיחַ בַּחֲקִידָה,
וְנַשְׁמַח וְנַעֲלֹז בְּדַבְּרֵי תִלְמוּד תּוֹרָתְךָ, וּמִצְוֹתֶיךָ
וְחֻקּוֹתֶיךָ לְעוֹלָם וָעֶד, כִּי הֵם חַיֵּינוּ וְאוֹרֵךְ יָמֵינוּ,
וּבָהֶם נַהֲגֶה יוֹמָם וְלַיְלָה. וְאַהֲבָתְךָ לֹא תִסּוּר
מִמֶּנּוּ לְעוֹלָמִים, בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, אוֹהֵב אֶת עַמּוֹ
יִשְׂרָאֵל:

שִׁמְעֵי יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד:

ברוך, שם כבוד מלכותו, לעולם ועד: (se dit à voix basse)

וְאַהֲבַת אֵת יְהוָה אֱלֹהֶיךָ בְּכָל לִבְּךָ וּבְכָל
נַפְשְׁךָ וּבְכָל מְאֹדְךָ. וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר
אֲנִי מְצִוֶּךָ הַיּוֹם עַל לִבְּךָ. וּשְׁנַנְתָּם לְבָנֶיךָ
וְדִבַּרְתָּ בָם בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבִלְכֻתְךָ בַּדֶּרֶךְ
וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ. וְקִשְׁרָתָם לְאוֹת עַל יָדְךָ וְהָיוּ
לְטוֹטְפֹת בֵּין עֵינֶיךָ. וּכְתַבְתָּם עַל מְזוֹזֹת בֵּיתְךָ
וּבְשַׁעְרֶיךָ:

וְהָיָה אִם שָׁמַעַתְּ שְׁמִיעוּ אֵל מְצִוֹתַי אֲשֶׁר אֲנִי
מְצִוֶּה אֹתְכֶם הַיּוֹם לְאַהֲבָה אֵת יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם
וּלְעֲבֹדוֹ בְּכָל לִבְבְּכֶם וּבְכָל נַפְשְׁכֶם. וְנָתַתִּי מִטָּר
אֶרְצְכֶם בָּעֵתוֹ יוֹרֵה וּמִלְקוֹשׁ וְאִסְפַּת דִּגְגָּךְ
וְתִירֶשֶׁךָ וַיִּצְהָרְךָ. וְנָתַתִּי עֵשֶׂב בְּשֹׁדְךָ לְבִהֲמֹתֶךָ
וְאִכְלָתָ וּשְׂבַעְתָּ. הִשְׁמְרוּ לָכֶם פֶּן יִפְתָּה לְבַבְכֶם
וּסְרַתֶם וְעַבַּדְתֶּם אֱלֹהִים אֲחֵרִים וְהִשְׁתַּחֲוִיתֶם
לָהֶם. וְחָרָה אַף יְהוָה בָּכֶם וְעָצַר אֵת הַשָּׁמַיִם וְלֹא
יִהְיֶה מִטָּר וְהִיאָדְמָה לֹא תִתֵּן אֵת יְבוּלָהּ וְאִבְדֹתֶם
מִחֲרָה מֵעַל הָאָרֶץ הַטֹּבָה אֲשֶׁר יְהוָה נָתַן לָכֶם.
וּשְׁמַתֶּם אֵת דְּבָרֵי אֱלֹהַ עַל לִבְבְּכֶם וְעַל נַפְשְׁכֶם
וְקִשְׁרַתֶּם אֹתָם לְאוֹת עַל יְדֵכֶם וְהָיוּ לְטוֹטְפֹת בֵּין

עֲיִנֶיכֶם. וְלִמְדַתֶּם אֹתָם אֵת בְּנֵיכֶם לְדָבָר בָּם
בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלִכְתְּךָ בְּדֶרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ
וּבְקוּמְךָ. וּכְתַבְתֶּם עַל מְזוּזוֹת בֵּיתְךָ וּבְשַׁעְרֶיךָ.
לְמַעַן יִרְבוּ יְמֵיכֶם וַיְמֵי בְנֵיכֶם עַל הָאָדָמָה אֲשֶׁר
נִשְׁבַּע יְהוָה לְאַבְתִּיכֶם לָתֵת לָהֶם כִּימֵי הַשָּׁמַיִם
עַל הָאָרֶץ:

וַיֹּאמֶר יְהוָה אֵל מֹשֶׁה לֵּאמֹר. דַּבֵּר אֶל בְּנֵי
יִשְׂרָאֵל וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם וַעֲשׂוּ לָהֶם צִיצִית עַל כַּנְּפֵי
בְגָדֵיהֶם לְדֶרֶתָם וְנִתְּנוּ עַל צִיצִית הַכֶּנֶף פֶּתִיל
תְּכֵלֶת. וְהָיָה לָכֶם לְצִיצִית וּרְאִיתֶם אֹתוֹ וּזְכַרְתֶּם
אֵת כָּל מִצְוֹת יְהוָה וַעֲשִׂיתֶם אֹתָם וְלֹא תִתְּרוּ
אֲחֵרִי לְבַבְכֶם וְאַחֲרֵי עֲיִנֶיכֶם אֲשֶׁר אִתְּם זָנִים
אַחֲרֵיהֶם. לְמַעַן תִּזְכְּרוּ וַעֲשִׂיתֶם אֵת כָּל מִצְוֹתֵי
וְהִייתֶם קְדוֹשִׁים לֵאלֹהֵיכֶם. אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם
אֲשֶׁר הוֹצֵאתִי אֶתְכֶם מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם לִהְיוֹת לָכֶם
לֵאלֹהִים אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם:

יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם אֲמַת:

וְאֶמְוִנָה כָּל זֹאת וְקִיָּם עֲלֵינוּ, כִּי הוּא יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
וְאֵין זוּלָתוֹ, וְאֶנְחֵנוּ יִשְׂרָאֵל עַמּוֹ, הַפּוֹדֵנוּ מִיַּד מְלָכִים,
הַגְּאֲלָנוּ מִלְּכֵנוּ מִכַּף כָּל עָרִיצִים, הָאֵל הַנִּפְרָע לָנוּ
מִצָּרֵינוּ, הַמְּשַׁלֵּם גְּמוּלָה לְכָל אוֹיְבֵי נַפְשֵׁנוּ, הַשֵּׁם נִפְשָׁנוּ
בְּחַיִּים, וְלֹא נָתַן לְמוֹט רִגְלָנוּ, הַמְּדַרְיֵכֵנוּ עַל בָּמוֹת
אוֹיְבֵינוּ, וַיֵּרֶם קִרְנֵנוּ עַל כָּל שׁוֹנְאֵינוּ, הָאֵל הַעֲשֵׂה לָנוּ

נִקְמָה בַּפָּרְעָה, בָּאוֹתוֹת וּבְמוֹפְתֵימָם בְּאֶדְמַת בְּנֵי חָם.
הַמִּכָּה בְּעִבְרָתוֹ כָּל בְּכוֹרֵי מִצְרַיִם, וַיּוֹצִיא אֶת עַמּוֹ
יִשְׂרָאֵל מֵתוֹכָם לְחֵרוֹת עוֹלָם, הַמַּעֲבִיר בְּנֵינוּ בֵּין גִּזְרֵי יָם
סוּף, וְאֶת רוּדְפֵיהֶם וְאֶת שׂוֹנְאֵיהֶם בְּתַהוֹמוֹת טָבַע. רְאוּ
בָנִים אֶת גְּבוּרָתוֹ, שִׁבְחוּ וְהוֹדוּ לְשִׁמּוֹ, וּמַלְכוּתוֹ בְּרָצוֹן
קִבְּלוּ עֲלֵיהֶם. מֹשֶׁה וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל, לֵךְ עִנּוּ שִׁירָה בְּשִׂמְחָה
רַבָּה, וְאָמְרוּ כָּלֵם מִי כַמִּכָּה בָּאֵלִים יְהוָה, מִי כַמִּכָּה נֶאֱדָר
בְּקֹדֶשׁ, נוֹרָא תְהִלָּתוֹ, עֲשֵׂה פֶלֶא: מַלְכוּתְךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
רְאוּ בְּנֵיךָ עַל הַיָּם, יַחַד כָּלֵם הוֹדוּ וְהַמְלִיכוּ וְאָמְרוּ יְהוָה
יִמְלֹךְ לְעוֹלָם וָעֶד: וְנֹאמַר: כִּי פָדָה יְהוָה אֶת יַעֲקֹב, וַיִּגְאֹל
מִיַּד חֹזֶק מִמֶּנּוּ: בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, גֹּאֲלֵי יִשְׂרָאֵל:

הַשְׁפִּי בְּנוֹ אֲבִינוּ לְשָׁלוֹם, וְהַעֲמִידֵנוּ מִלִּפְנֵי לַחַיִּים טוֹבִים
וּלְשָׁלוֹם, וּפְרֹשׁ עֲלֵינוּ סֶפֶת שְׁלוֹמָךְ, וְתַקַּנֵּנוּ מִלִּפְנֵי בְּעֲצָה
טוֹבָה מִלִּפְנֵיךָ, וְהוֹשִׁיעֵנוּ מִהֲרָה לְמַעַן שְׁמֹךְ, וְהַגֵּן
בְּעֵדֵנוּ, וְהַסֵּר מֵעֲלֵינוּ מִכַּת אוֹיֵב, דְּבַר, חֶרֶב, חֶלֶל, צָרָה,
רָעָה, רָעָב, וַיְגֹן וּמִשְׁחִית וּמַגִּיפָה. שִׁבְרֵה וְהַסֵּר הַשָּׁטָן
מִלִּפְנֵינוּ וּמֵאַחֲרֵינוּ, וּבְצֵל כְּנָפֶיךָ תַסְתִּירֵנוּ, וְשִׁמּוֹר צִאתָנוּ
וּבּוֹאֵנוּ לַחַיִּים טוֹבִים וּלְשָׁלוֹם מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם. כִּי אֵל
שׁוֹמְרֵנוּ וּמַצִּילֵנוּ אַתָּה מְכַל דְּבַר רָע וּמַפְחֵד לֵילָה. בְּרוּךְ
אַתָּה יְהוָה, שׁוֹמֵר אֶת עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל לָעַד. אָמֵן.

L'officiant récite le Kadich suivant :

יְתַגְדֵּל וַיְתַקַּדֵּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא.
 בְּעֶלְמָא דִּי בְרָא, בְּרַעְיוּתָהּ, וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ, וַיַּצְמַח פְּרָקְנָהּ,
 וַיַּקְרֵב מְשִׁיחָהּ.
 [אָמֵן]

בְּחַיֵּי כּוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעֶגְלָא וּבְזֶמֶן
 קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן.
 [אָמֵן]

יְחַא שְׁמֵיהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעָלְמֵי עָלְמֵיָא יִתְבָּרַךְ.
 וַיִּשְׁתַּבַּח. וַיְתַפָּאֵר. וַיְתַרְוֶם. וַיְתַנְשָׂא. וַיְתַהַדֵּר. וַיְתַעַלֶּה.
 וַיְתַחַלֵּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא, בְּרִיךְ הוּא.
 [אָמֵן]

לְעֵלְא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תְּשַׁבְּחָתָא וְנַחֲמָתָא, דְאֲמִירָן
 בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן:
 [אָמֵן]



אֲדֹנָי, שְׁפָתַי תִּפְתָּח וּפִי יַגִּיד תְּהִלָּתְךָ:
 בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ,
 אֱלֹהֵי אַבְרָהָם, אֱלֹהֵי יִצְחָק וְאֱלֹהֵי יַעֲקֹב. הָיָל
 הַגָּדוֹל, הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, אֵל עֶלְיוֹן, גּוֹמֵל חַסְדִּים
 טוֹבִים, קוֹנֵה הַכֹּל, וְזוֹכֵר חַסְדֵי אֲבוֹת, וּמַבִּיא
 גּוֹאֵל לְבָנָי בְּנִיחָם לְמַעַן שְׁמוֹ, בְּאַהֲבָה, מְלֻךְ
 עוֹזֵר וּמוֹשִׁיעַ וּמַגֵּן, בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, מִגֵּן
 אַבְרָהָם:

אתה גבור לעולם, אדני. מחיה מתים אתה, רב להושיע. מוריד הטל. מכלכל חיים בחסד, מחיה מתים ברחמים רבים, סומך נופלים, ורופא חולים, ומתיר אסורים, ומקים אמונתו לישגי עפר. מי כמוך בעל גבורות, ומי דומה לך, מלך ממית ומחיה ומצמיח ישועה. ונאמן אתה לתחיות מתים. ברוך אתה יהוה, מחיה המתים: אתה קדוש, ושםך קדוש, וקדושים בכל יום יהללוך סלה. ברוך אתה יהוה, האל הקדוש:

אתה חונן לאדם דעת, ומלמד לאנוש בינה.

À l'issue de Chabat ou de Yom Tov, on intercale ce qui suit :

אתה חוננתנו יהוה אלהינו מדע והשכל, אתה אמרת להבדיל בין קדש לחל ובין אור לחשך ובין ישראל לעמים, ובין יום השביעי לששת ימי המעשה. כשם שהבדלתנו יהוה אלהינו מעמי הארצות וממשפחות האדם, כך פדנו והצילנו משמן רע ומפגע רע, ומפל גזרות קשות ורעות המתרגשות לבא בעולם.

חננו מאתך חכמה בינה ודעת. ברוך אתה יהוה, חונן הדעת:

השיבנו אבינו לתורתך, וקרבתנו מלפני לעבודתך, והחזירנו בתשובה שלמה לפניך. ברוך אתה יהוה, הרוצה בתשובה:

סלח לנו אבינו כי חטאנו, מחל לנו מלפני כי פשענו, כי אל טוב וסלח אתה. ברוך אתה יהוה, חונן המרבה לסלח:

רָאָה נָא בְּעֵינֵינוּ, וְרִיכָה רִיבֵנוּ. וּמַהֲרָה לְגַאֲלָנוּ
גְּאֻלָּה שְׁלֵמָה לְמַעַן שְׁמֹד, כִּי אֵל גּוֹאֵל חָזֵק אַתָּה.
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, גּוֹאֵל יִשְׂרָאֵל:

רַפְּאֵנוּ יְיָהוָה וְנִרְפָּא, הוֹשִׁיעֵנוּ וְנוֹשְׁעָה, כִּי
תַהַלְתֵּנוּ אַתָּה, וְהַעֲלֵה אֲרוּכָה וּמִרְפָּא לְכָל
תַּחֲלוּאֵינוּ וּלְכָל מַכְאוּבֵינוּ וּלְכָל מַכּוּלֵינוּ, כִּי אֵל
רוֹפֵא רַחֲמָן וְנֶאֱמָן אַתָּה. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, רוֹפֵא
חוֹלֵי עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

בְּרַכְנוּ יְיָהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּכָל מַעֲשֵׂי יְדֵינוּ. וּבְרַךְ
שְׁנֵיתֵנוּ בְּטַלְלֵי רֶצוֹן בְּרָכָה וּנְדָבָה. וּתְהִי אַחֲרִיתָהּ
חַיִּים וְשָׁבַע וְשָׁלוֹם פְּשָׁנִים הַטּוֹבוֹת לְבְרָכָה. כִּי
אֵל טוֹב וּמְטִיב אַתָּה וּמְבָרֵךְ הַשָּׁנִים. בְּרוּךְ אַתָּה
יְיָהוָה, מְבָרֵךְ הַשָּׁנִים:

תִּמְנַע בְּשׁוֹפָר גָּדוֹל לְחֵירוּתֵנוּ, וְשֵׂא נֶם לְקַבֵּץ
גְּלוּתֵינוּ, וְקַבְּצֵנוּ מִהֲרָה יַחַד מֵאַרְבַּע כְּנָפוֹת
הָאָרֶץ לְאַרְצֵנוּ. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, מְקַבֵּץ נִדְחֵי
עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל:

הַשִּׁיבָה שׁוֹפְטֵינוּ כְּבָרָא שׁוֹנָה, וְיוֹעֲצֵינוּ כְּבִתְחֻלָּה.
וְהַסֵּר מִפָּנֵינוּ יָגוֹן וְאַנְחָה, וּמִלֶּךְ עָלֵינוּ מִהֲרָה אַתָּה
יְיָהוָה לְבִדְדָה, בְּחֶסֶד וּבְרַחֲמִים, בְּצַדִּיק וּבְמִשְׁפָּט.
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, מֶלֶךְ אוֹהֵב צְדָקָה וּמִשְׁפָּט:

לְמִינִים וְלַמַּלְשִׁינִים אֵל תְּהִי תַקוּהָ, וְכָל הַזּוּדִים
כָּרַגַע יֵאָבְדוּ, וְכָל אוֹיְבֶיךָ וְכָל שׂוֹנְאֶיךָ מִהֲרָה
יִכָּרְתוּ, וּמַלְכוּת הַרְשָׁעָה מִהֲרָה תַעֲקָר וּתִשָּׁפֵר
וּתִכָּלֵם וּתִכְנִיעַם בְּמִהֲרָה בְיָמֵינוּ. בָּרוּךְ אַתָּה
יְהוָה, שׁוֹכֵר אוֹיְבִים וּמַכְנִיעַ זֵדִים:

עַל הַצַּדִּיקִים וְעַל הַחֲסִידִים וְעַל שְׂאֵרֵי עַמּוֹךְ
בֵּית יִשְׂרָאֵל וְעַל זַקְנֵיהֶם וְעַל פְּלִטַת בֵּית
סוּפְרֵיהֶם וְעַל גְּרֵי הַצֶּדֶק וְעַלִּינוּ, יִהְיוּ נָא רַחֲמֶיךָ
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, וְתֵן שָׂכָר טוֹב לְכָל הַבּוֹטְחִים
בְּשִׁמּוֹךְ בְּאַמַּת, וְשִׁים חֶלְקֵנוּ עִמָּהֶם, וְלַעוֹלָם לֹא
נִבּוֹשׁ כִּי כָךְ בִּטְחָנוּ, וְעַל חֲסִדְךָ הַגָּדוֹל בְּאַמַּת
נִשְׁעָנֵנוּ. בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, מוֹשִׁיעַן וּמַבְטָח
לַצַּדִּיקִים:

תִּשְׁכַּח בְּתוֹךְ יְרוּשָׁלַיִם עִירְךָ בְּאֲשֶׁר דִּבַּרְתָּ,
וְכִפֹּא דָוִד עַבְדְּךָ, מִהֲרָה בְּתוֹכָהּ תִּכְיֶן, וּבִנְה
אוֹתָהּ בְּנֵין עוֹלָם בְּמִהֲרָה בְיָמֵינוּ. בָּרוּךְ אַתָּה
יְהוָה, בּוֹנֵה יְרוּשָׁלַיִם:

אֵת צָמַח דָּוִד עַבְדְּךָ מִהֲרָה תַצְמִיחַ, וְקִרְנוֹ תִרְוֶם
בִּישׁוּעָתְךָ. כִּי לִישׁוּעָתְךָ קִוִּינוּ וְצָפִינוּ כָּל הַיּוֹם.
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, מַצְמִיחַ קֶרֶן יִשׁוּעָה:

שִׁמְעֵנוּ קִלְנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, אֲב הִרְחֵמְנוּ רַחֵם
עָלֵינוּ, וְקַבֵּל בְּרַחֲמִים וּבְרָצוֹן אֶת תְּפִלָּתֵנוּ, כִּי אֵל
שׁוֹמֵעַ תְּפִלּוֹת וְתַחֲנוּנִים אַתָּה,

ici, on peut intercaler une Téfila pour la parnassa :

אַתָּה הוּא יְהוָה הָאֱלֹהִים. הֵזֵן וּמַפְרִיחַ וּמַכְלִיֵּל מִקְרָנֵי רָאִמִּים
עַד בִּיצֵי כְנָסִים. הַטְרִיפְנִי לַחֵם חָקִי. וְהַמְצֵא לִי וּלְכָל בְּנֵי בֵיתִי
מִזֹּנוֹתַי קוֹדֶם שְׁאֲצִטְרֶךָ לָהֶם. בְּנַחַת וְלֹא בְצַעַר. בְּהַתֵּר וְלֹא
בְּאִסּוּר. בְּכִבּוּד וְלֹא בְּבִזְיוֹן. לַחַיִּים וּלְשָׁלוֹם. מְשַׁפֵּעַ בְּרָכָה
וְהַצְלָחָה. מְשַׁפֵּעַ בְּרָכָה עָלֶיךָ. כְּדֵי שְׂאוּכַל לַעֲשׂוֹת רְצוֹנְךָ.
וְלַעֲסוֹק בְּתוֹרָתְךָ. וְלִקְדָּשׁ מִצְוֹתֶיךָ. וְאֵל תַּצְרִיכֵנִי לְיָדֵי מַתָּנָה
בְּשֶׁר וָדָם. וְיִקָּם כִּי מִקְרָא שְׁכֵתוֹב. פּוֹתֵחַ אֶת יָדֶיךָ וּמִשְׁבִּיעַ
לְכָל חַי רְצוֹן:

ici, on peut intercaler une Téfila pour un malade :

יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵי וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי. שְׁתַּשְׁלַח מְהֵרָה
רְפוּאָה שְׁלֵמָה מִן הַשָּׁמַיִם. רְפוּאָת הַנֶּפֶשׁ וְרְפוּאָת הַגּוּף
לְחֻלָּה (nom du malade) בְּתוֹךְ שָׁאַר חוֹלֵי יִשְׂרָאֵל:

וּמִלְּפָנֶיךָ מַלְכֵנוּ, רִיקָם אֵל תְּשִׁיבֵנוּ. חֲנֻנוּ וְעֲנֵנוּ
וּשְׁמַע תְּפִלָּתֵנוּ. כִּי אַתָּה שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּת כָּל פֶּה,
בָּרוּךְ אַתָּה יְהוָה, שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה.

רִצָּה יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּעָמֶךָ יִשְׂרָאֵל, וּלְתַפְלָתָם
שְׁעָה, וְהָשִׁב הָעֲבוּדָה לְדָבִיר בֵּיתְךָ, וְאִשֵּׁי יִשְׂרָאֵל
וּתְפִלָּתָם מְהֵרָה בְּאַהֲבָה תִּקְבֵּל בְּרָצוֹן, וְתִהְיֶה
לְרְצוֹן תָּמִיד עֲבוּדַת יִשְׂרָאֵל עָמֶךָ:

A Roch 'Hodech ou à 'Hol Hamoëd on rajoute ce qui suit

אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, יַעֲלֶה וְיָבֹא, יִגְיַע יִרְאֶה וְיִרְצֶה, וְיִשְׁמַע
יִפְקֹד וְיִזְכֹּר, זְכוּרֵנוּ וְזִכְרוֹן אֲבוֹתֵינוּ, וְזִכְרוֹן יְרוּשָׁלַם עִירָךְ,
וְזִכְרוֹן מְשִׁיחַ בֶּן דָּוִד עֲבֹדְךָ, וְזִכְרוֹן כָּל עַמְּךָ בֵּית יִשְׂרָאֵל
לְפָנֶיךָ, לְפָלְטָה, לְטוֹבָה, לְחֵן, לְחֶסֶד וּלְרַחֲמִים לְחַיִּים טוֹבִים
וּלְשָׁלוֹם בְּיוֹם:

'Hodech Roch (à ראש חודש חזה, חזה)

(à 'Hol Hamoëd Pessa'h) חג המצות חזה, בְּיוֹם מִקְרָא קֹדֶשׁ חֲזָה,
לְרַחֵם בּוֹ עָלֵינוּ וּלְהוֹשִׁיעֵנוּ. זְכוּרֵנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בּוֹ לְטוֹבָה,
וּפְקֻדָּנוּ בּוֹ לְבִרְכָּה, וְהוֹשִׁיעֵנוּ בּוֹ לְחַיִּים טוֹבִים, בְּדִבְרֵי יְשׁוּעָה
וּרְחֻמִּים. חוּם וְחֻנּוּ, וְחֶמֶל וְרַחֵם עָלֵינוּ, וְהוֹשִׁיעֵנוּ כִּי אֱלֹהֶיךָ
עֲיִנֵינוּ, כִּי אֵל מֶלֶךְ חֲנוּן וְרַחוּם אַתָּה:

וְאַתָּה, בְּרַחֲמֶיךָ הָרַבִּים, תַּחֲפֹץ בָּנוּ וְתִרְצֵנוּ.
וְתַחֲזִינָה עֵינֵינוּ בְּשׁוֹבְךָ לְצִיּוֹן בְּרַחֲמִים. בְּרוּךְ
אַתָּה יְהוָה, הַמַּחְזִיר שְׂכִינָתוֹ לְצִיּוֹן:

מוֹדִים אֲנַחְנוּ לָךְ, שְׂאֵתָהּ הוּא יְהוָה אֱלֹהֵינוּ
וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ לְעוֹלָם וָעֶד, צוּר חַיִּינוּ וּמִגֵּן
יִשְׁעֵנוּ אַתָּה הוּא לְדֹר וָדֹר. נִוְדֶה לָּךְ וְנִסְפֹּר
תַּהֲלָתְךָ, עַל חַיֵּינוּ הַמְסוּרִים בְּיָדֶיךָ, וְעַל
נִשְׁמוֹתֵינוּ הַפְּקוּדוֹת לָךְ, וְעַל נַפְשֶׁיךָ שְׂבָבָל יוֹם
עֲמָנוּ, וְעַל נַפְלְאוֹתֶיךָ וְטוֹבוֹתֶיךָ שְׂבָבָל עֵת, עָרֵב
וּבִקֵּר וְצַהֲרַיִם. תַּטּוֹב, כִּי לֹא כָלוּ רַחֲמֶיךָ,
הַמְּרַחֵם, כִּי לֹא תָמוּ חֲסִדֶיךָ, כִּי מַעֲוֹלָם קוִינּוּ לָךְ:

וְעַל כָּל־מַלְכֵנוּ לְעוֹלָם וָעֶד. וְכָל הַחַיִּים יוֹדוּךָ סֶלָה:

וַיַּחֲלֵלּוּ וַיְבָרְכוּ אֶת שְׁמֶךָ הַגָּדוֹל, בְּאַמֶּת, לְעוֹלָם
כִּי טוֹב, הָאֵל יִשְׁוּעֵתָנוּ וְעֲזָרְתָנוּ סֶלָה, הָאֵל
הַטוֹב. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, הַטוֹב שְׁמֶךָ וְלִךָ נִצָּח
לְהוֹדוֹת:

שֵׁים שְׁלֹם טוֹבָה וּבִרְכָּה, חַיִּים, חֵן וְחֶסֶד, צְדָקָה
וְרַחֲמִים, עָלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל עַמְּךָ. וּבִרְכָנוּ
אֲבִינוּ, כְּלָנוּ כְּאַחַד בְּאוֹר פְּנִיָּה, כִּי בְּאוֹר פְּנִיָּה
נִתַּתָּ לָנוּ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, תּוֹרָה וְחַיִּים, אֲהַבָּה
וְחֶסֶד, צְדָקָה וְרַחֲמִים, בִּרְכָּה וְשְׁלֹם. וְטוֹב בְּעֵינֶיךָ
לְבָרְכָנוּ וּלְבָרֵךְ אֶת כָּל עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל בְּרַב עֹז
וְשְׁלֹם.

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָהוָה, הַמְּבָרֵךְ אֶת עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל
בְּשְׁלֹם. אָמֵן:

יְהִיו לְרָצוֹן אֲמָרֵי פִי וְהִגִּיוֹן לִבִּי לְפָנֶיךָ יְהוָה צוּרִי
וְגֹאֲלִי:

אֱלֹהֵי, נִצֹר לְשׁוֹנֵי מִרְעָה, וּשְׁפָתַי מִדִּבֶּר מִרְמָה,
וְלִמְקַלְלֵי נַפְשִׁי תִדֹם, וְנַפְשִׁי כְּעֹפֶר לְכָל תַּהֲוִיָּה,
פֶּתַח לְבִי בְּתוֹרָתְךָ, וְאַחֲרֵי מִצְוֹתֶיךָ תִּרְדֹּף נַפְשִׁי.
וְכָל הַקָּמִים עָלַי לָרָעָה, מִתְּהַרֵּה הִפֵּר עֲצָתָם וְקִלְקַל
מַחֲשַׁבוֹתָם. יִהְיוּ כְּמִיץ לִפְנֵי רוּחַ. וּמִלֵּאָה יִהְיוּ
דוֹחָה. עֲשֵׂה לְמַעַן שְׁמֶךָ, עֲשֵׂה לְמַעַן יְמִינְךָ, עֲשֵׂה
לְמַעַן תּוֹרָתְךָ, עֲשֵׂה לְמַעַן קִדְשָׁתְךָ, לְמַעַן יִחַלְצוּן
יְדִידֶיךָ. הוֹשִׁיעָה יְמִינְךָ וְעֲנֵנִי.

יִהְיוּ לְרָצוֹן אֲמָרֵי פִי וְהִגִּיוֹן לְבִי לִפְנֵיךָ יְהוָה צוּרִי וְגֹאֲלִי:
עֲשֵׂה שָׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו, הוּא בִּרְחָמָיו יַעֲשֵׂה שָׁלוֹם
עָלֵינוּ, וְעַל כָּל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן:

יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ, שֶׁתְּכַנֶּנָּה בֵּית הַמִּקְדָּשׁ
בְּמִתְהַרֵּה בְּיָמֵינוּ, וְתֵן חֶלְקֵנוּ בְּתוֹרָתְךָ, לַעֲשׂוֹת חֲסֵי רָצוֹנְךָ וּלְעַבְדְּךָ
בְּלִבָּב שָׁלֵם:

Avant de réciter le Kadich, on dira ce qui suit :

יְהִי שֵׁם יְהוָה מְבָרָךְ. מַעֲתָה וְעַד עוֹלָם: מִמְּזֶרֶח שָׁמֶשׁ
עַד מְבֹאוֹ. מִהֶלֶל שֵׁם יְהוָה: רֶם עַל כָּל גּוֹיִם יְהוָה. עַל
הַשָּׁמַיִם כְּבוֹדוֹ: יְהוָה אֲדוֹנֵנוּ. מָה אֲדִיר שְׁמֶךָ בְּכָל הָאָרֶץ:

En semaine l'officiant récite le Kadich p23
À la sortie de Chabat, l'officiant récite le Kadich p20

Le samedi soir l'officiant récitera le Kadich suivant :

יְתַגְדֵּל וַיְתַקְדֵּשׁ שְׁמֹה רַבָּא. [אָמֵן]
 בְּעֶלְמָא דִּי בָּרָא, בְּרַעֲוִיתָהּ, וַיְמַלִּיף מַלְכוּתָהּ, וַיַּצְמַח פְּרָקְנָהּ,
 וַיִּקְרַב מְשִׁיחָהּ. [אָמֵן]
בְּחַיֵּי כּוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעַגְלָא וּבְזֶמֶן
 קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]
יְהֵא שְׁמִיה רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעָלְמֵי עָלְמֵיָא יְתַבְרַךְ.
 וַיִּשְׁתַּבַּח. וַיִּתְפָּאֵר. וַיְתַרְוִם. וַיִּתְנַשֵּׂא. וַיִּתְהַדָּר. וַיִּתְעַלֶּה.
 וַיִּתְהַלֵּל שְׁמֹה דְקֻדְשָׁא, בְּרִיף הוּא. [אָמֵן]
לְעֵלָא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תְּשַׁבַּחְתָּא וְנַחְמְתָּא, דְאָמִירָן
 בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן: [אָמֵן]

הַרְיֵנִי מִכֵּין עֲצָמֵי לִקְבֵּל אוֹר תּוֹסַפֶּת קֹדֶשֶׁת שְׁבֶת לַיְמֵי
 הַחֹל, וְאֶתְקַדֵּשׁ בְּעֶזְרַת הַשֵּׁם יְתַבְרַךְ בַּיּוֹם הַחֹל מִקְדָּשֶׁת
 הַשְּׁבֶת, כִּמּוֹ שְׁצֻנּוֹ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ בְּתוֹרָתוֹ הַקְדוּשָׁה:
 וְהִתְקַדְּשְׁתָּם וְהִיָּיתֶם קְדוּשִׁים, וַיְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵי
 וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתַי, שִׁיעֲלָה לְפָנֶיךָ כָּאֵלוּ כּוֹנְנֵי כָּל הַכּוֹנֵנוֹת
 הָרְאוּיוֹת לְכוֹן בְּזֶה:

שׁוּבָה יְהוָה עַד מָתַי, וְהַנַּחֵם עַל עֲבָדֶיךָ: שְׁבַעְנוּ בִּבְקָר
 חֶסֶדְךָ, וּגְרָנְגָה וְנִשְׁמָחָה בְּכָל יְמֵינוּ: שְׁמַחְנוּ בַּיּוֹמוֹת עֲנִיתָנוּ,
 שְׁנוֹת רְאִינוּ רָעָה: יִרְאָה אֶל עֲבָדֶיךָ פֶּעֱלָךְ, וְהִדְרָךְ עַל
 בְּנֵיהֶם: וַיְהִי | נָעַם אֲדָנִי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָה
 עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ:

יֹשֵׁב בְּמִתְרָה עֲלִיּוֹן בְּצֶל שְׁדֵי יִתְלוֹנָן: אָמַר לַיהוָה מַחְסֵי
וּמִצֻּדֹתַי אֱלֹהֵי אֲבֹתָהּ בּוֹ: כִּי הוּא יִצְיִלְךָ מִפֶּחַ יְקוֹשׁ מִדְּבַר
חַוֹּת: בְּאַבְרָתוֹ יִסֹּךְ לְךָ וְתַחַת כְּנָפָיו תִּחְסֶה צָנָה וּסְחָרָה
אֲמַתּוֹ: לֹא תִירָא מִפֶּחַד לַיְלָה מִחֵץ יְעוֹף יוֹמָם: מִדְּבַר בְּאִפֶּל
יִחְלָךְ מִקְטָב יִשׁוּד צְהָרִים: יִפֹּל מִצִּדְךָ אֶלֶף וּרְבֹבָה מִימִינְךָ
אֱלִיךָ לֹא יִגָּשׁ: רַק בְּעֵינֶיךָ תִּבְיט וְשִׁלְמַת רְשָׁעִים תִּרְאֶה: כִּי
אַתָּה יְהוָה מַחְסֵי עֲלִיּוֹן שְׁמַת מְעוֹנָה: לֹא תִאָּנֶה אֱלִיךָ רָעָה
וְנָגַע לֹא יִקְרַב בְּאַחֲלָךְ: כִּי מִלֵּאכָיו יִצּוֹה לְךָ לְשִׁמְרָךְ בְּכָל
דְּרָכֶיךָ: עַל כַּפִּים יִשְׁאוּנֶךָ פֶּן תִּגָּף בְּאֶבֶן רִגְלֶךָ: עַל שַׁחַל וּפֶתֶן
תִּדְרֹךְ תִּרְמָם כְּפִיר וְתַנִּין: כִּי כִי חֶשֶׁק וְאַפְלָטָהוּ אֲשַׁגְּבָהוּ כִּי
יֵדַע שְׁמִי: יִקְרָאֵנִי וְאֶעֱנֶהוּ עִמּוֹ אֲנֹכִי בְּצָרָה אֲחַלְצֶהוּ
וְאֲכַבְּדֶהוּ: אֲרֹךְ יָמִים אֲשַׁכֵּיעָהוּ וְאַרְאֶהוּ בִישׁוּעָתִי:

וְאַתָּה קְדוֹשׁ, יוֹשֵׁב תְּהִלּוֹת יִשְׂרָאֵל: יִקְרָא זֶה אֵל זֶה וְאָמַר
קְדוֹשׁ | קְדוֹשׁ, קְדוֹשׁ יְהוָה צְבָאוֹת, מִלֵּא כָל הָאָרֶץ כְּבוֹדוֹ:
(se récite à voix basse) וּמִקְבְּלֵי דִין מִן דִּין וְאֹמְרֵי קְדִישׁ בְּשֵׁמִי
מְרוֹמָא עֲלֵאָה בֵּית שְׁכִינְתָּהּ, קְדִישׁ עַל אֲרֻעָא עוֹבֵד
גְּבוּרְתָּהּ, קְדִישׁ לְעֵלְמָא וּלְעֵלְמֵי עֲלְמֵיָא יְהוָה צְבָאוֹת, מִלֵּיא כָּל
אֲרֻעָא זִיו יִקְרָה: (se récite à haute voix) **וְתִשְׁאֲנִי רוּחַ, וְאַשְׁמַע**
אַחֲרֵי קוֹל רַעַשׁ גְּדוֹל פְּרוּךְ כְּבוֹד יְהוָה מִמְּקוֹמוֹ: (se récite à voix)
(basse) וְנִמְלֹתֵנִי רוּחָא, וְשִׁמְעִית בְּתָרֵי קֹל זִיעַ שְׁגִיא דְּמִשְׁבַּחֵין
וְאֹמְרֵין בְּרִיךְ יִקְרָא דִּיהוָה מֵאַתֵּר בֵּית שְׁכִינְתָּהּ: (se récite à haute)
(voix) **יְהוָה יִמְלֹךְ לְעֵלְמָא וְעַד:** (se récite à voix basse) יְהוָה מְלְכוּתָהּ
קָאִים לְעֵלְמָא וּלְעֵלְמֵי עֲלְמֵיָא: (se récite à haute voix) יְהוָה אֱלֹהֵי
אֲבֹרָהֶם יִצְחָק וַיִּשְׂרָאֵל אֲבוֹתֵינוּ, שְׁמְרָה זֹאת לְעוֹלָם, לִיִּצֵּר
מִחֲשָׁבוֹת לִבָּב עִמּוֹךְ, וְהִכֵּן לְבָבְךָ אֱלִיךָ: וְהוּא רַחוּם יִכְפֹּר עוֹן
וְלֹא יִשְׁחִית, וְהִרְבֵּה לְהַשִּׁיב אָפּוֹ, וְלֹא יַעִיר כָּל חַמַּת: כִּי
אַתָּה אֲדֹנָי טוֹב וְסֹלָה, וְרַב חֶסֶד לְכָל קְרָאִיךָ: צִדְקָתְךָ צִדֵּק

לְעוֹלָם, וְתוֹרַתְךָ אֱמֶת: תִּתֵּן אֱמֶת לַיַּעֲקֹב, חֶסֶד לְאַבְרָהָם, אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתָּ לְאַבְתִּינוּ מִיָּמֵי קֶדֶם: בְּרוּךְ אַדְנֵי יוֹם יוֹם יַעֲמֹם לָנוּ, הָאֵל יִשׁוּעֵתָנוּ סֵלָה: יְהוָה צְבָאוֹת עֲמָנוּ, מִשְׁגָּב לָנוּ אֱלֹהֵי יַעֲקֹב סֵלָה: יְהוָה צְבָאוֹת, אֲשֶׁרִי אָדָם בִּטַּח בְּךָ: יְהוָה הוֹשִׁיעָה, הַמֶּלֶךְ יַעֲנֵנוּ בַּיּוֹם קִרְאָנוּ:

בְּרוּךְ אֱלֹהֵינוּ שֶׁפָּרָאָנוּ לְכְבוֹדוֹ, וְהִבְדִּילָנוּ מִן הַתּוֹעִים, וְנָתַן לָנוּ תוֹרַת אֱמֶת, וְחַיֵּי עוֹלָם נָטַע בְּתוֹכָנוּ. הוּא יִפְתַּח לִבָּנוּ בְּתוֹרָתוֹ, וַיְשִׁים בְּלִבָּנוּ אֶהְיֶה וַיִּרְאֵתוֹ לַעֲשׂוֹת רְצוֹנוֹ וּלְעַבְדּוֹ בְּלִבְבִּי שְׁלָם. לֹא נִיָּגַע לְרִיק, וְלֹא נִלְדָּ לְבַהֲלָהּ. יְהִי רְצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שֶׁנִּשְׁמַר חֻקֶּיךָ וּמִצְוֹתֶיךָ בְּעוֹלָם הַזֶּה, וְנִזְכֶּה וְנִחְיֶה וְנִירָשׁ מוֹכָה וּבִרְכָה לְחַיֵּי הָעוֹלָם תָּבֵא: לְמַעַן יוֹפְרֶךָ כְּבוֹד וְלֹא יָדָם (יִפְסִיק מַעַט), יְהוָה אֱלֹהֵי לְעוֹלָם אֲוֶדְךָ: יְהוָה חֲפִיץ לְמַעַן צִדְקוֹ, יַגְדִּיל תוֹרָה וַיֹּאדִיר: וַיִּבְטַחוּ בְּךָ יוֹדְעֵי שְׁמוֹךְ, כִּי לֹא עֲזָבְתָּ דֹרְשֶׁיךָ יְהוָה: יְהוָה אַדְנֵינוּ, מֶה אֲדִיר שְׁמוֹךְ בְּכָל הָאָרֶץ: חֲזָקוּ וַיֵּאֱמִין לְבַבְכֶּם כָּל הַמִּיחָלִים לִיהוָה:

L'officiant récite le Kadich suivant :

יְתַגְדֵּל וַיְתַקְדֵּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. [אָמֵן]
 בְּעֶלְמָא דִּי בְּרָא, בְּרַעֲוִיתָהּ, וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ, וַיַּצְמַח בְּרַקְנָהּ,
 וַיַּקְרֵב מְשִׁיחָהּ. [אָמֵן]
בְּחַיֵּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעֶגְלָא וּבְזֶמֶן
 קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן.
יְהֵא שְׁמֵיהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וּלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא יִתְבְּרָךְ.
 וַיִּשְׁתַּבַּח. וַיִּתְפָּאֵר. וַיִּתְרוֹמֵם. וַיִּתְנַשֵּׂא. וַיִּתְהַדָּר. וַיִּתְעַלֶּה.
 וַיִּתְחַלֵּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא, בְּרִיךְ הוּא. [אָמֵן]
לְעֵלָא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תִּשְׁבַּחְתָּא וְנַחֲמָתָא, דְאָמִירָן
 בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן:
תַּתְקַבֵּל צְלוֹתָנָא וּבְרַעֲוִיתָנָא עִם צְלוֹתָהוֹן וּבְרַעֲוִיתָהוֹן דְכָל בֵּית
 יִשְׂרָאֵל קֳדָם אֲבוּנָא דְבִשְׁמַיָּא וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]
יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא, חַיִּים וְשָׁבַע וַיְשׁוּעָה וְנַחֲמָה,
 וַיִּשְׁיזְבָּא וּרְפוּאָה וְגִאּוּלָּה וְסְלִיחָה וְכַפָּרָה וְרוּחַ וְהַצְלָה, לָנוּ
 וּלְכָל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]
עוֹשֶׂה שְׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו, הוּא בְּרַחֲמָיו יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל
 כָּל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]

שִׁיר לְמוֹעֲלוֹת אֲשָׁא עֵינֵי אֵל הַהָרִים מֵאִין יְבֵא עֲזָרִי: עֲזָרִי
 מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה שְׁמַיִם וָאָרֶץ: אֵל יִתֵּן לְמוֹט רִגְלֶךָ אֵל יָנוּם
 שְׁמֶרְךָ: הִנֵּה לֹא יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל: יְהוָה שְׁמֶרְךָ
 יְהוָה צִלְּךָ עַל יַד יְמִינֶךָ: יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא יִכְבֶּה וַיָּרֶחַ בַּלְיִילָה:
 יְהוָה יִשְׁמְרְךָ מִכָּל רָע יִשְׁמֹר אֶת נַפְשְׁךָ: יְהוָה יִשְׁמֹר צִאתְךָ
 וּבּוֹאֶךָ מֵעַתָּה וְעַד עוֹלָם:

L'un des assistant (généralement en deuil) récite le Kadich suivant :

יִתְגַּדֵּל וַיִּתְקַדֵּשׁ שְׁמֵהּ רַבָּא. [אָמֵן]
 בְּעֶלְמָא דִּי בְּרָא, בְּרַעוּתָהּ, וַיְמַלִּיךְ מַלְכוּתָהּ, וַיַּצְמַח בְּרִקְנָהּ,
 וַיַּקְרֵב מְשִׁיחָהּ. [אָמֵן]
בְּחַיֵּיכוֹן וּבְיוֹמֵיכוֹן וּבְחַיֵּי דְכָל בֵּית יִשְׂרָאֵל, בְּעֶגְלָא וּבְזֶמֶן
 קָרִיב, וְאָמְרוּ אָמֵן.
יְהֵא שְׁמֵיהּ רַבָּא מְבָרַךְ לְעָלְמָא וְלְעָלְמֵי עָלְמַיָּא יִתְבָּרַךְ.
 וַיִּשְׁתַּבַּח. וַיִּתְפָּאֵר. וַיִּתְרוֹמֵם. וַיִּתְנַשֵּׂא. וַיִּתְהַדָּר. וַיִּתְעַלֶּה.
 וַיִּתְחַלֵּל שְׁמֵהּ דְקֻדְשָׁא, בְּרִיךְ הוּא. [אָמֵן]
לְעֵלְא מִן כָּל בְּרַכְתָּא שִׁירְתָּא, תִּשְׁבַּחְתָּא וְנַחֲמָתָא, דְאָמִירָן
 בְּעֶלְמָא, וְאָמְרוּ אָמֵן:
יְהֵא שְׁלָמָא רַבָּא מִן שְׁמַיָּא, חַיִּים וְשָׁבַע וַיִּשׁוּעָה וְנַחֲמָה
וְשִׁיזְבָּא וּרְפוּאָה וְגִאֲלָה וְסְלִיחָה וְכַפָּרָה וְרִינוּחַ וְהַצָּלָה. לָנוּ
 וּלְכָל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן]
עוֹשֶׂה שְׁלוֹם בְּמִרוֹמָיו, הוּא בְּרַחֲמָיו יַעֲשֶׂה שְׁלוֹם עָלֵינוּ וְעַל
 כָּל עַמּוֹ יִשְׂרָאֵל, וְאָמְרוּ אָמֵן. [אָמֵן].

Celui qui récite le Kadich : בְּרַכּוּ אֶת יְהוָה הַמְּבָרֵךְ :

L'assemblée : בְּרוּךְ יְהוָה הַמְּבָרֵךְ לְעוֹלָם וָעֵד :

Celui qui récite le Kadich : בְּרוּךְ יְהוָה הַמְּבָרֵךְ לְעוֹלָם וָעֵד :

עָלֵינוּ לְשַׁבֵּחַ לְאֲדוֹן הַכֹּל, לְתֵת גְּדֻלָּה לְיוֹצֵר בְּרֵאשִׁית,
שֶׁלֹא עָשָׂנוּ כְּגִוְיֵי הָאֲרָצוֹת, וְלֹא שָׁמְנוּ כְּמִשְׁפָּחוֹת
הָאֲדָמָה. שֶׁלֹא שָׁם חָלַקְנוּ כֶּהֱם, וְלֹא גִוַּרְלָנוּ כְּכָל הַמוֹנִם,
שֶׁהֵם מִשְׁתַּחֲוִים לְהֶבֶל וְרִיק, וּמִתְפַּלְלִים אֶל אֵל לֹא
יוֹשִׁיעַ. וְאַנְחָנוּ מִשְׁתַּחֲוִים לִפְנֵי מֶלֶךְ מַלְכֵי הַמַּלְכִּים
הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא, שֶׁהוּא נוֹטֵה שָׁמַיִם וְיִסַּד אֶרֶץ, וּמוֹשֵׁב
יָקָרוֹ בְּשָׁמַיִם מְפַעֵל, וְשׁוֹכֵנֵת עֹז בְּגִבְהֵי מְרוֹמִים. הוּא
אֱלֹהֵינוּ וְאֵין עוֹד אַחֵר, אִמֵּת מַלְכֵנוּ וְאַפָּס זִלְתּוֹ. כְּפֶתוֹב
בְּתוֹרָה: וַיִּדְעָתָ הַיּוֹם וְהַשַּׁבָּת אֵל לִבְבָּךְ כִּי יְהוָה הוּא
הָאֱלֹהִים בְּשָׁמַיִם מְפַעֵל וְעַל הָאֶרֶץ מִתַּחַת אֵין עוֹד:

עַל כֵּן נִקְוָה לָךְ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ, לְרֵאוֹת מִהֲרָה בְּתַפְאֶרֶת
עֲזֶךָ, לְהַעֲבִיר גְּלוּלִים מִן הָאֶרֶץ, וְהָאֱלִילִים כָּרוֹת יִכְרֹתוֹן,
לְתַקֵּן עוֹלָם בְּמַלְכוּת שְׁדֵי, וְכָל בְּנֵי בָשָׂר יִקְרְאוּ בְשִׁמְךָ,
לְהַפְנוֹת אֱלִידְךָ כָּל רִשְׁעֵי אֶרֶץ. יִפִּירוּ וַיִּדְעוּ כָּל יוֹשְׁבֵי
תֵּבֵל, כִּי לָךְ תִּכְרַע כָּל בָּרָךְ, תִּשָּׁבַע כָּל לְשׁוֹן. לִפְנֶיךָ
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יִכְרְעוּ וַיִּפְּלוּ, וְלִכְבוֹד שִׁמְךָ יִקָּר יִתְנוּ,
וַיִּקְבְּלוּ כָּלם אֶת עַל מַלְכוּתְךָ, וְתִמְלֹךְ עֲלֵיהֶם מִהֲרָה
לְעוֹלָם וָעֶד. כִּי הַמַּלְכוּת שֶׁלְּךָ הִיא, וְלַעֲזוּלָמִי עַד תִּמְלֹךְ
בְּכָבוֹד. כְּפֶתוֹב בְּתוֹרָתְךָ: יְהוָה יִמְלֹךְ לְעֹלָם וָעֶד: וְנֹאמַר:
וְהָיָה יְהוָה לְמֶלֶךְ עַל כָּל הָאֶרֶץ בַּיּוֹם הַהוּא יִהְיֶה יְהוָה
אֶחָד וְשִׁמּוֹ אֶחָד:

SÉDÈRE DE LA
SÉFIRAT HAÔMÈRE





Le sel du Omère est une ségoula importante renfermant de profonds secrets. Le premier soir du Omère, il sera bon lire (le premier soir) les Téhilim 122, 131, 133 et le « Yéhi Ratsone ».

שִׁיר הַמַּעֲלֹת לְדוֹד שְׂמַחְתִּי בְּאֵמָרִים לִי בֵּית יְהוָה נִלְךָ: עֲמֻדוֹת
הָיוּ רִגְלֵינוּ בְּשַׁעְרֵיךָ יְרוּשָׁלַם: יְרוּשָׁלַם הַבְּנוּיָה בְּעִיר שְׁחָבְרָה לָהּ
יַחְדּוֹ: שָׁשָׂם עָלָיו שְׂבָטִים שְׂבָטֵי יְהוָה עֲדוֹת לְיִשְׂרָאֵל לְהָדוֹת לְשֵׁם
יְהוָה: כִּי שָׁמָּה יֵשְׁבוּ כְּסָאוֹת לְמִשְׁפַּט כְּסָאוֹת לְבֵית דָּוִד: שְׁאֵלוּ
שָׁלוֹם יְרוּשָׁלַם יִשְׁלְוּ אֶהְבִּידָ: יְהִי שָׁלוֹם בְּחִילָךְ שְׁלוֹה
בְּאַרְמְנֹתֶיךָ: וְלִמְעַן אֲחִי וְרַעִי אֲדַבְּרָה נָא שָׁלוֹם בְּךָ: לְמַעַן בֵּית
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ אֲבַקֶּשֶׁה טוֹב לָךְ:

שִׁיר הַמַּעֲלֹת לְדוֹד יְהוָה לֹא גָבַהּ לְבִי וְלֹא רָמוּ עֵינַי וְלֹא הִלְכָתִי
בְּגִדְלוֹת וּבְנִפְלְאוֹת מִמֶּנִּי: אִם לֹא שׁוֹיִתִּי וְדוֹמַמְתִּי נִפְשִׁי בְּגִמְל
עָלַי אֲמוֹ בְּגִמְל עָלַי נִפְשִׁי: יַחַל יִשְׂרָאֵל אֵל יְהוָה מַעֲתָה וְעַד
עוֹלָם:

שִׁיר הַמַּעֲלֹת לְדוֹד הִנֵּה מַה טוֹב וּמַה נָּעִים שְׁכֶת אַחִים גַּם יַחַד:
כְּשֶׁמֶן הַטוֹב עַל הָרֹאשׁ יֵרֵד עַל הַזָּקֵן וְזָקֵן אַחֲרָיו שִׁירֵד עַל פִּי
מִדּוֹתָיו: כָּטַל חֶרְמוֹן שִׁירֵד עַל הַרְרֵי צִיּוֹן כִּי שֵׁם צִוָּה יְהוָה אֶת
הַבְּרָכָה חַיִּים עַד הָעוֹלָם:

יְהִי רִצּוֹן מִלִּפְנֵיךְ יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאַלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ שְׂבִיחוֹת סְפִירַת
הָעוֹמֵר אֲשֶׁר צִוִּיתָנוּ בְּתוֹרָתְךָ, וּבִזְכוֹת שְׁמוֹתֶיךָ תִּקְדוּשִׁים
וְהַתְהוֹרִים הַיּוֹצֵאִים מִהַמְּזוֹר הַלָּלוּ, מִרְאשֵׁי תְבוֹת וּסְפִי
תְבוֹת, וּבִזְכוֹת אֲבוֹתֵינוּ אֲבִרָהֶם יִצְחָק וְיַעֲקֹב, שִׁיחִיָּה זֶה הַמֶּלֶךְ
לִי לְשִׁמִּי (mentionner son nom fils de) וְלִכְל מִי שִׁישָׂא הַמֶּלֶךְ הַזֶּה עָלָיו,
לְמוֹנֵן וְצִנָּה מְדַבֵּר וּמְמַגֵּפָה וּמַעֲיִן הָרַע, וּמַחֲלָאִים רָעִים, וּמִכָּל
דְּבַר רָע. אָמֵן בֵּן יְהִי רִצּוֹן:

On prend ensuite du sel dans la main, puis on compte le Omère.

PARACHAT HAÔMÈRE

Le premier soir de la Séfirat Haômere on commencera ici, les jours suivants p33 :

וַיְדַבֵּר יְהוָה אֶל מֹשֶׁה לֵּאמֹר: דַּבֵּר אֶל בְּנֵי יִשְׂרָאֵל
וְאָמַרְתָּ אֲלֵהֶם כִּי תָבֹאוּ אֶל הָאָרֶץ אֲשֶׁר אָנִי נֹתֵן
לָכֶם וְקִצְרְתֶּם אֶת קִצִּירָהּ וְהִבֵּאתֶם אֶת עֹמֶר רֵאשִׁית
קִצִּירְכֶם אֶל הַכֹּהֵן: וְהִנִּיף אֶת הָעֹמֶר לִפְנֵי יְהוָה
לְרִצְצֹנְכֶם מִמִּזְחֶרֶת הַשֶּׁבֶת יְנִיפְנוּ הַכֹּהֵן: וַעֲשִׂיתֶם
בַּיּוֹם הַנִּיפְכֶם אֶת הָעֹמֶר כֶּבֶשׂ תָּמִים בֶּן שְׁנָתוֹ
לְעֹלָה לַיהוָה: וּמִנְחָתוֹ שְׁנֵי עֶשְׂרֹנִים סֶלֶת בְּלוּלָה



בַּשָּׂמֶן אִשָּׁה לַיהוָה רֵיחַ נִיחַח וְנִסְכָּה יֵין
רַבִּיעֵת הַחֵיץ: וְלֶחֶם וְקֹלִי וְכֶרֶם לֹא
תֹאכְלוּ עַד עֶצֶם הַיּוֹם הַזֶּה עַד הִבֵּיאֲכֶם
אֶת קֶרְבֶּן אֱלֹהֵיכֶם חֶקֶת עֹלָם
לְדֹרֹתֵיכֶם בְּכֹל מִשְׁבְּתֵיכֶם: וּסְפַרְתֶּם
לָכֶם מִמִּזְחֶרֶת הַשֶּׁבֶת מִיּוֹם הִבֵּיאֲכֶם אֶת
עֹמֶר הַתְּנוּפָה שֶׁבַע שָׁבָתוֹת תְּמִימוֹת
תִּהְיֶינָה: עַד מִמִּזְחֶרֶת הַשֶּׁבֶת הַשְּׁבִיעִת
תִּסְפְּרוּ חֲמִשִּׁים יוֹם וְהִקְרַבְתֶּם מִנְחָה
חֲדָשָׁה לַיהוָה:

וּבֶבֶן כֹּד הִיָּתָה קִצִּירַת הָעֹמֶר שֶׁל שְׁעוּרִים, אֹר
שֶׁשָּׁה עֶשְׂרֵי בְּנִיסָן בְּבֵית אֱלֹהֵינוּ: מֵעֶרֶב יוֹם טוֹב

יוצאים שלוחי בית דין ועושין אותו פריכות במחפר
לקרקע, בדי שיהא נוח לקצר. וכל העירות
הסמוכות מתבנסות לשם, בדי שיהא נקצר בעסק
גדול. וקוצרי נשלש סאין שעורים בשלשה אנשים
בשלש קפות ובשלשה מגלות. כיון שחשכה אומר
להם הקוצר לכל העומדים שם :

בא השמש? אומרים לו: הן.

בא השמש? אומרים לו: הן.

בא השמש? אומרים לו: הן.

מגל זו? אומרים לו: הן.

מגל זו? אומרים לו: הן.

מגל זו? אומרים לו: הן.

קפה זו? אומרים לו: הן.

קפה זו? אומרים לו: הן.

קפה זו? אומרים לו: הן.

ואם היתה שבת. אומר להם :

שבת היום? אומרים לו: הן.

שבת היום? אומרים לו: הן.

שבת היום? אומרים לו: הן.



ואחר כך אומר להם :

אקצר? והם אומרים לו: קצור.

אקצר? והם אומרים לו: קצור.

אקצר? והם אומרים לו: קצור.

שֶׁלֶשׁ פַּעַמִּים על כל דבר ודבר, להודיע על מחרת השבת שהוא מחרת הפסח, ולא שבת בראשית. קצרוהו ונתנוהו בקפות והביאוהו לעזרה וחבטוהו. וזרין ובזרין ולזקחין את השעורים ומהבהבין אותו באבוב מנקב, לקים בומצות :

אָבִיב קָלוּי באש גרש ברמל. ואחר שקולין אותו שומחין אותו בעזרה, כדי שתהא הרוח מנשבת בהם, ואחר כך מוחנין אותו ברחים שלגרוסות, ומנפין את הקמח בשלש עשרה נפה, ומוציאין ממנו עשרון. והשאר נפדה ונאכל לכל אדם. וחיב בחלה ופטור מן המעשרות. ואין מביאין מנחה זו אלא מארץ ישראל מן הקרוב. לא בא מן הקרוב, מביאין אותו מכל מקום מארץ ישראל. ומצותו להקצר בלילה, בליל ששה עשר, בין בחל בין בשבת. וכל הלילה פשוט לקצירת העמר. ומצותו לבוא מן הקמח. לאמצאו, יביאו מן העמרים. ומצותו לבוא מן הלח. לא מצאו, יביאו מן היבש. ותייה דרבן להביא משדות שבדרום. היתה נר חצי השדה וזרע חציה בשנה זו, ובשנה אחרת נר חצי

הַשָּׂדֶה שְׂזָרַע, וְזֹרַע הַחֲצִי שְׂזָר וּמָבִיא מִמֶּנּוּ.
אֲשֶׁרִי הָעַם שֶׁכָּכָה לוֹ:

אֱלֹהֵינוּ וָאֱלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ מָלְךְ רַחֲמָן רַחֵם עָלֵינוּ.
טוֹב וּמַטִּיב הִדְרָשְׁלָנוּ. שׁוּבָה עָלֵינוּ בְּהַמּוֹן רַחֲמֶיךָ.
בְּגִלְל אָבוֹת שְׁעָשׂוּ רָצוֹןךָ. בְּנֵה בֵיתְךָ בְּבִתְחִלָּה.
כּוֹנֵן בֵּית מִקְדָּשְׁךָ עַל מְכוֹנּוֹ. הִרְאֵנוּ בְּבִנְיָנוּ.
שִׁמְחָנוּ בְּתִקּוּנּוֹ. וְהָשִׁב שְׁכִינְתְּךָ לְתוֹכּוֹ.
וְהָשִׁב כְּתָנִים לְעַבְדֶּךָ. וְלוֹיִים לְשִׁירְסוּלְזִמְרָם. וְהָשִׁב
יִשְׂרָאֵל לְגֻיָּהֶם. וְשֵׁם נַעֲלָה וְנִרְאָה וְנִשְׁתַּחֲוָה לְפָנֶיךָ.
בְּשִׁלְשׁ פְּעָמֵי רְגְלֵינוּ. וְנֹאכַל שָׁם מִן הַזִּבְחִים וּמִן
הַפִּסְחִים אֲשֶׁר יִגִּיעַ דָּמָם עַל קִיר מִזְבִּיחְךָ לְרָצוֹן.
וַיְהִי נַעַם אֲדָנִי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנֵנָה
עָלֵינוּ. וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ כּוֹנֵנָה:

יְהִי לְרָצוֹן אֲמָרֵי פִי וְהַגִּיזוֹן לְבִי לְפָנֶיךָ. יְהוָה
צוּרִי וְגֹאֲלִי:





Au nom de l'unité d'Hakadoch Baroukh Hou et Sa Présence divine, avec crainte et amour, avec amour et crainte, pour unifier le Nom [composé des] lettres Youd, Hé, avec la lettre Vav et la lettre Hé, pour une unité parfaite au nom de tout Israël. Voici, nous nous apprêtons à accomplir la Mitsva de la Séfirat Haômère pour réparer leur racine dans un lieu supérieur, donner de la satisfaction à notre Auteur et accomplir la volonté de notre Créateur. Que la bienveillance de Hachem notre D.ieu soit sur nous, et l'action de nos mains dirige-la pour nous, l'action de nos mains dirige-la. (Téhilim 90;17) L'Éternel me rétribuera. Eternel ! Ta bonté est sans fin ; n'abandonne pas l'œuvre de Tes mains ! (Téhilim 138;8). Je crie vers le D.ieu suprême, vers le Tout-puissant qui prend ma cause. (Téhilim 57;3) Et il est écrit : « Je suis passé au-dessus de toi et Je t'ai vu te roulant dans tes sangs, Je t'ai dit : par ton

לְשֵׁם יְחִיד קֹדֶשׁא בְּרִיךְ הוּא
וּשְׁכִינָתָהּ, בְּדָחִילוֹ וּרְחִימוֹ,
וּרְחִימוֹ וּדְחִילוֹ, לְיִחְדָּא שֵׁם
אוֹת יו"ד אוֹת ה"א באוֹת
וא"ו אוֹת ה"א, בְּיַחְדָּא שְׁלִים
בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל. הִנֵּה אֲנַחְנוּ
בָּאִים לְקַיִם מִצְוַת סְפִירַת
הָעֹמֶר, לְתַקֵּן אֶת שְׁרָשָׁהּ
בְּמָקוֹם עֲלִיוֹן, לַעֲשׂוֹת נַחַת
רוּחַ לְיוֹצְרֵנוּ וְלַעֲשׂוֹת רִצּוֹן
בוֹרְאָנוּ. וַיְהִי נָעַם אֲדָנִי
אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ
בוֹנֵנָה עָלֵינוּ, וּמַעֲשֵׂה יְדֵינוּ
בוֹנֵנָהּ: יְהוָה יִגְמַר בְּעַדִּי,
יְהוָה חֹסֵד לְעוֹלָם, מַעֲשֵׂי
יְדֶיךָ אֵל תָּרַף: אֶקְרָא לְאֱלֹהִים
עֲלִיוֹן, לֵאמֹר גָּמַר עָלַי: וְנֹאמַר:
וְאָעֲבֵר עָלֶיךָ וְאֶרְאֶךָ
מִתְבוֹסֶסֶת בְּדַמְיֶךָ. וְאֹמַר לְךָ

sang tu vivras ! Et Je t'ai dit : par ton sang tu vivras ! » (Yé'hezkel 16;6). « Mon âme, bénis l'Éternel ! Éternel mon D.ieu ! Tu es infiniment grand, Tu es vêtu de splendeur et de majesté. Tu T'enveloppes de lumière comme d'un manteau, Tu déploies les cieux comme une tenture. » (Téhilim 104;4).

בְּדַמִּיךָ חַיִּי, וְאָמַר לְךָ בְּדַמִּיךָ
חַיִּי: בְּרַכִּי נַפְשִׁי אֶת יְהוָה |
יְהוָה אֱלֹהֵי גְדֻלַּת מְאֹד, הוֹד
וְהָדָר לְבִשְׁתִּי: עֹמֶה אֹר
פְּשִׁלְמָה, נָטָה שָׁמַיִם בִּירֵיעָה:



Avant de réciter la bénédiction, on s'assurera du jour qu'il faut compter, car a priori [לכתחילה], il est indispensable de connaître le nombre du jour avant et lors de la bénédiction. **On récitera avec beaucoup de ferveur et de joie** la bénédiction du Omère :

יְהוָה
אֱלֹהֵינוּ
יְהוָה יְהוָה

L'Éternel, Maître de tout,
Celui qui fut, Qui est et Qui sera.

בְּרוּךְ אַתָּה

Tu es la source
de toutes bénédiction

מֶלֶךְ הָעוֹלָם

Roi de l'univers

אֱלֹהֵינוּ

Notre D.ieu, Le Tout-Puissant,
Maître de toutes les forces

בְּמִצְוֹתָיו

par Ses commandements

אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ

Qui nous a sanctifiés

עַל סְפִירַת הָעֹמֶר

de compter le Omère

וְצִוָּנוּ

et nous a ordonné



LE COMPTE

Au moment du compte, on s'efforcera de prendre conscience chaque soir que l'on monte un barreau de plus dans l'échelle de la Kédoucha. Aujourd'hui plus qu'hier, on pensera à la mida de la Séfira du jour, qu'on essayera de travailler. Rappelons-le, la qualité de notre Chavouot dépend de notre préparation pendant les jours saints de la Séfira. Mieux on se prépare, plus on recevra de Hachpaa/l'influence de Torah à la fête de Chavouot.



EXPLICATIONS DES TABLEAUX

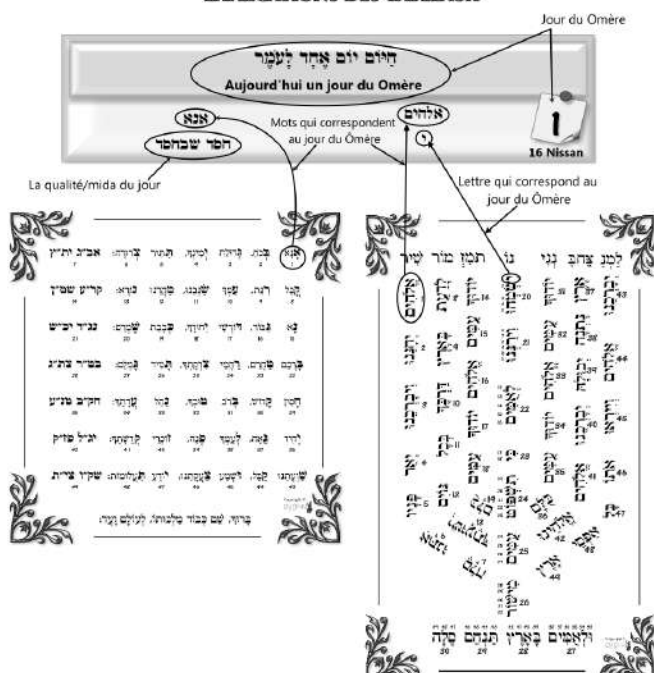


TABLEAU COMPIÉ PAR LE RAV NISSIM PÉRETS ZATSAL

PREMIÈRE SEMAINE – LA MIDA DE 'HESSED/BONTÉ

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : notre patriarche **Avraham**

DÉFINITION DE LA MIDA DE 'HESSED/BONTÉ :

Aimer Dieu d'un amour entier, se montrer dévoué envers son Créateur. Le 'Hessed, c'est faire quelque chose non pas parce qu'on y est forcé mais de son plein gré, y compris accepter les souffrances avec amour et, bien sûr, faire davantage que ce que demande la loi.

Conduite à adopter en rapport avec la mida du jour

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
1	Faire un acte de bonté désintéressé, uniquement pour le bien d'autrui. Faire du bien même aux pécheurs. Juger favorablement.	L'étude
2	Faire du bien de toutes ses forces. Rendre un service selon ce qui est nécessaire et pas davantage, pour ne pas causer de tort.	L'écoute
3	Prodiguer un bienfait par un acte physique, et en étudiant la Torah. Ne pas renoncer à la droiture dans la bonté.	La prononciation par les lèvres
4	Veiller à renforcer ses actes bienfaits. Prendre part au fardeau d'autrui. Faire un acte	La compréhension du cœur

Moyen d'acquisition de la Torah, parmi les 48

הַיּוֹם יוֹם אֶחָד לְעוֹמֶר Aujourd'hui un jour du Omère		 16 Nissan
אנא	אלהים	
חסד שבחסד	,	
הַיּוֹם שְׁנֵי יָמִים לְעוֹמֶר Aujourd'hui deux jours du Omère		 17 Nissan
בכח	יחננו	
גבורה שבחסד	ש	
הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה יָמִים לְעוֹמֶר Aujourd'hui trois jours du Omère		 18 Nissan
גדולת	ויברכנו	
תפארת שבחסד	מ	
הַיּוֹם אַרְבָּעָה יָמִים לְעוֹמֶר Aujourd'hui quatre jours du Omère		 19 Nissan
ימינך	יאר	
נצח שבחסד	ח	
הַיּוֹם חֲמִישָׁה יָמִים לְעוֹמֶר Aujourd'hui cinq jours du Omère		 20 Nissan
תתיר	פניו	
הוד שבחסד	ו	
הַיּוֹם שִׁשָּׁה יָמִים לְעוֹמֶר Aujourd'hui six jours du Omère		 21 Nissan
צרורה	אתנו	
יסוד שבחסד	ו	
הַיּוֹם שִׁבְעָה יָמִים לְעוֹמֶר, שָׁחַם שְׁבוּעַ אֶחָד Aujourd'hui sept jours du Omère qui font une semaine		 22 Nissan
אב"ג ית"ץ	סלח	
מלכות שבחסד	,	

PREMIÈRE SEMAINE – LA MIDA DE ‘HESSED/BONTÉ

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : notre patriarche **Avraham**

DÉFINITION DE LA MIDA DE ‘HESSED/BONTÉ :

Aimer D.ieu d'un amour entier, se montrer dévoué envers son Créateur. Le 'Hessed, c'est faire quelque chose non pas parce qu'on y est forcé mais de son plein gré, y compris accepter les souffrances avec amour et, bien sûr, faire davantage que ce que demande la loi.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
1	Faire un acte de bonté désintéressé, uniquement pour le bien d'autrui. Faire du bien même aux pécheurs. Juger favorablement.	L'étude
2	Faire du bien de toutes ses forces. Rendre un service selon ce qui est nécessaire et pas davantage, pour ne pas causer de tort.	L'écoute
3	Prodiguer un bienfait par un acte physique, et en étudiant la Torah. Ne pas renoncer à la droiture dans la bonté.	La prononciation par les lèvres
4	Veiller à renforcer ses actes bienfaisants. Prendre part au fardeau d'autrui. Faire un acte de bonté de façon complète, cent fois s'il le faut.	La compréhension du cœur
5	Remercier D.ieu de nous donner la force et la possibilité de faire des actes généreux, et mentionner constamment que c'est D.ieu qui fait le bien.	L'intelligence
6	Apprendre aux autres à aimer D.ieu. Se débarrasser des sentiments qui nous empêchent de faire le bien et, par sa conduite, susciter chez autrui l'amour de D.ieu.	Le respect [des maîtres]
7	Faire du bien par la parole aussi. Prier que D.ieu nous donne la sagesse. Prier pour autrui et pas seulement pour soi-même.	La crainte

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : se garder de l'envie, de la cruauté, de la colère et de la haine gratuite. Veiller soigneusement à observer la sainteté de la Torah et ainsi que les enseignements de nos sages sur la morale, les bénédictions et veiller à ne pas causer de dommages à autrui.

היום שמונה ימים לעומר, שהם שבוע אחד ויום אחד
Aujourd'hui huit jours du Omère qui font une semaine et un jour

קבל
חסד שבגבורה

לדעת
ר

8
23 Nissan

היום תשעה ימים לעומר, שהם שבוע אחד ושני ימים
Aujourd'hui neuf jours du Omère qui font une semaine et deux jours

רנת
גבורה שבגבורה

בארץ
נ

9
24 Nissan

היום עשרה ימים לעומר, שהם שבוע אחד ושלושה ימים
Aujourd'hui dix jours du Omère qui font une semaine et trois jours

עמד
תפארת שבגבורה

דרכך
נ

10
25 Nissan

היום אחד עשר יום לעומר, שהם שבוע אחד וארבעה ימים
Aujourd'hui onze jours du Omère qui font une semaine et quatre jours

שגבנו
נצח שבגבורה

בכל
ו

11
26 Nissan

היום שנים עשר יום לעומר, שהם שבוע אחד וחמש ימים
Aujourd'hui douze jours du Omère qui font une semaine et cinq jours

טהרנו
הוד שבגבורה

גיום
ל

12
27 Nissan

היום שלשה עשר יום לעומר, שהם שבוע אחד וששה ימים
Aujourd'hui treize jours du Omère qui font une semaine et six jours

נזרא
יסוד שבגבורה

ישועתך
א

13
28 Nissan

היום ארבעה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות
Aujourd'hui quatorze jours du Omère qui font deux semaines

קר"ע שט"ן
מלכות שבגבורה

יודוך
מ

14
29 Nissan

DEUXIÈME SEMAINE : LA MIDA DE GUEVOURA/PUISSANCE

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : notre patriarche **Yits'hak**

DÉFINITION DE LA MIDA DE GUEVOURA/PUISSANCE :

La loi, le contrôle de soi. Les Mitsvot positives et négatives demandant de la force pour lutter contre le yétser hara. On y parviendra grâce à la crainte du Ciel, c'est-à-dire avoir peur de D.ieu.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
8	Se dominer avec joie et bonté (envers soi-même), et se maîtriser pour aider les autres.	La modestie
9	Crainte du Ciel grâce à l'étude des livres de Moussar et à l'observation des sages.	La joie
10	Veiller à se conduire poliment et se renforcer dans l'étude de la Torah.	La fréquentation des sages
11	S'efforcer de vaincre son yétser hara et aller à pied étudier la Torah écrite.	Le choix de son entourage
12	Remercier D.ieu lorsqu'on a dominé le mal et se renforcer dans la Torah orale.	La discussion entre étudiants
13	Se maîtriser et se concentrer sur le domaine de la sainteté (pudeur) et en particulier, le signe de l'alliance.	La stabilité
14	Se maîtriser et se concentrer dans la prière et les besoins de sa femme avec l'intention de réparer les atteintes portées à la Présence divine.	L'étude de la Torah écrite

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : Se surmonter pour aider, se dominer pour étudier, se dominer contre le yétser hara, se renforcer dans le domaine de l'écoute.

היום חמשה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות ויום אחד
Aujourd'hui quinze jours du Omère qui font deux semaines et un jour

נא
חמד שבתפארת

עמים
י

15
30 Nissan

היום שישה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות ושני ימים
Aujourd'hui seize jours du Omère qui font deux semaines et deux jours

נבור
נבורה שבתפארת

אלהים
ם

16
1 Iyar

היום שבעה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות ושלשה ימים
Aujourd'hui dix-sept jours du Omère qui font deux semaines et trois jours

דורשי
תפארת שבתפארת

יודוך
ב

17
2 Iyar

היום שמונה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות וארבעה ימים
Aujourd'hui dix-huit jours du Omère qui font deux semaines et quatre jours

יחודך
נצח שבתפארת

עמים
י

18
3 Iyar

היום תשעה עשר יום לעומר, שהם שני שבועות וחמשה ימים
Aujourd'hui dix-neuf jours du Omère qui font deux semaines et cinq jours

ככבת
חוד שבתפארת

כלם
ת

19
4 Iyar

היום עשרים יום לעומר, שהם שני שבועות ושישה ימים
Aujourd'hui vingt jours du Omère qui font deux semaines et six jours

שמרם
ימור שבתפארת

ישמחו
ש

20
5 Iyar

היום אחד ועשרים יום לעומר, שהם שלשה שבועות
Aujourd'hui vingt et un jours du Omère qui font trois semaines

נגד יב"ש
מלכות שבתפארת

וירגנו
פ

21
6 Iyar

TROISIÈME SEMAINE : LA MIDA DE TIFÉRET/GLOIRE

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : notre patriarche **Yaakov**

DÉFINITION DE LA MIDA DE TIFÉRET/GLOIRE :

La vérité – l'étude de la Torah – donner de la gloire, non pas à soi-même mais à la Torah, et faire en sorte que les hommes l'apprécient. On y parviendra en montrant la beauté de la Torah et ses voies agréables.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
15	S'efforcer d'aider pour tout ce qui concerne l'étude, et physiquement, par exemple en rendant des livres pour que les autres puissent en profiter.	L'étude de la Torah orale
16	Surmonter tout ce qui empêche d'étudier la Torah (la paresse, les bavardages, etc.) et se renforcer dans la Mida de vérité.	Consacrer peu de temps aux relations sociales [ou conjugales ou au travail]
17	Etudier avec assiduité dans l'intention de découvrir la vérité et pas pour défendre sa position. Glorifier la Torah et ceux qui l'étudient.	Consacrer peu de temps au plaisir
18	Etablir des horaires fixes pour l'étude et les respecter. Accomplir tout ce qu'on s'est engagé à faire, sans compromis.	Consacrer peu de temps au sommeil
19	Etudier debout si possible, se lever devant un érudit et remercier D.ieu d'avoir le privilège d'étudier la Torah.	Consacrer peu de temps aux conversations
20	Se purifier en se trempant au mikvé, étudier beaucoup à la maison d'étude (et pas chez soi), et toujours garder toutes ses pensées sur les paroles de Torah.	Consacrer peu de temps aux divertissements
21	Etudier verbalement et prier pour la réussite de son étude. Demander la guérison avec l'intention d'accroître l'honneur divin.	La patience

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : Se garder des aliments interdits, des malédictions, du vol, de prononcer le Nom divin sans réflexion et ne pas inventer des idées dans l'étude.

הַיּוֹם שְׁנֵי עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וַיּוֹם אֶחָד Aujourd'hui vingt-deux jours du Omère qui font trois semaines et un jour לַאֲמִים 1 כַּרְמֶם חֶסֶד שְׁבַנְצָה 22 7 Iyar
הַיּוֹם שְׁלֹשָׁה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁנֵי יָמִים Aujourd'hui vingt-trois jours du Omère qui font trois semaines et deux jours כִּי ט טַהֲרֶם גְּבוּרָה שְׁבַנְצָה 23 8 Iyar
הַיּוֹם אַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁלֹשָׁה יָמִים Aujourd'hui vingt-quatre jours du Omère qui font trois semaines et trois jours תִּשְׁטֹט ע רַחֲמֵי תַּפְאֶרֶת שְׁבַנְצָה 24 9 Iyar
הַיּוֹם חֲמִישֶׁה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים Aujourd'hui vingt-cinq jours du Omère qui font trois semaines et quatre jours עֲמִים מ צַדִּיקָתְךָ נֹצֵחַ שְׁבַנְצָה 25 10 Iyar
הַיּוֹם שִׁשָּׁה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וַחֲמִשָּׁה יָמִים Aujourd'hui vingt-six jours du Omère qui font trois semaines et cinq jours מִיִּשׁוּר י תְּמוּד הוֹרֵם שְׁבַנְצָה 26 11 Iyar
הַיּוֹם שִׁבְעָה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁבַע יָמִים Aujourd'hui vingt-sept jours du Omère qui font trois semaines et six jours וְלַאֲמִים ב גְּמֻלָּה יֹסֵד שְׁבַנְצָה 27 12 Iyar
הַיּוֹם שְׁמוֹנֶה עָשָׂר יוֹם לְעֹמֶר, שָׁחַם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת Aujourd'hui vingt-huit jours du Omère qui font quatre semaines בְּאֵרֶן מ בְּטָר צַח מְלָכֻת שְׁבַנְצָה 28 13 Iyar

QUATRIÈME SEMAINE : LA MIDA DE NÉ TSA'H/ÉTERNITÉ

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : notre maître **Moché**

DÉFINITION DE LA MIDA DE NÉ TSA'H/ÉTERNITÉ :

Victoire/nitsa'hone et pérennité/nits'hiyout – vaincre le yétser hara et persévérer dans les bonnes actions. Aider ceux qui étudient la Torah et se renforcer dans la Torah écrite.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
22	Continuer à rendre service et ne pas revenir sur une promesse de rendre service. Toujours juger favorablement.	Un bon cœur
23	Se renforcer contre la paresse et ceux qui jugent défavorablement. Agir de façon désintéressée et dominer ses intérêts personnels.	La foi en nos sages
24	Faire ce qu'on a promis. Ne pas déformer la vérité pour gagner dans un débat et s'efforcer de donner du mérite au public.	Accepter les souffrances
25	Marcher vivement, étudier avec assiduité et perpétuer la tradition des générations passées, tout cela de façon fixe.	Connaître sa place
26	Persévérer dans ses actions pour calmer les querelles, renoncer à ses droits pour rétablir la paix, remercier D.ieu constamment.	Etre heureux de son sort
27	Prendre un chemin plus long si nécessaire pour éviter une épreuve dans le domaine des mœurs, et rester dans la sainteté.	Limiter ses paroles
28	Prier de parvenir à réaliser sa parole et prier pour Yerouchalayim en particulier et la délivrance finale en général.	Ne pas se vanter

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : Etudier dans un but désintéressé, ne pas interrompre son étude pour parler de choses futiles. Etre généreux envers les pauvres et ceux qui étudient la Torah.

היום תשעה ועשרים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות ויום אחד
 Aujourd'hui vingt-neuf jours du Omère qui font quatre semaines et un jour

חסין
 חסד שבהוד

תנחם
 י

29
 14 Iyar

היום שלשים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות ושני ימים
 Aujourd'hui trente jours du Omère qui font quatre semaines et deux jours

קדוש
 גבורה שבהוד

סלה
 ש

30
 15 Iyar

היום אחד ושלשים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות ושלשה ימים
 Aujourd'hui trente et un jours du Omère qui font quatre semaines et trois jours

כרב
 תפארת שבהוד

יודוך
 ו

31
 16 Iyar

היום שנים ושלשים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות וארבעה ימים
 Aujourd'hui trente-deux jours du Omère qui font quatre semaines et quatre jours

טובך
 נצח שבהוד

עמים
 ר

32
 17 Iyar

היום שלשה ושלשים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות וחמשה ימים
 Aujourd'hui trente-trois jours du Omère qui font quatre semaines et cinq jours

נהל
 חור שבהוד

אלהים
 ו

33
 18 Iyar

היום ארבעה ושלשים יום לעומר, שהם ארבעה שבועות וששה ימים
 Aujourd'hui trente-quatre jours du Omère qui font quatre semaines et six jours

עדתך
 יסוד שבהוד

יודוך
 ל

34
 19 Iyar

היום חמשה ושלשים יום לעומר, שהם חמשה שבועות
 Aujourd'hui trente-cinq jours du Omère qui font cinq semaines

חק"ב מנ"ע
 מלכות שבהוד

עמים
 א

35
 20 Iyar

CINQUIÈME SEMAINE : LA MIDA DE HOD/SPLENDEUR

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : **Aharon** Hacoheh

DÉFINITION DE LA MIDA DE HOD/SPLENDEUR :

La reconnaissance/hodaya, remercier D.ieu. Etudier en particulier la Michna. Aimer la paix, poursuivre la paix, aimer les hommes et les rapprocher de la Torah.

Note : le Zohar rapporte que les Portes célestes sont ouvertes jusqu'à la fin de cette semaine. L'homme sage prendra donc les dispositions nécessaires.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
29	Faire des actes de bonté même si cela nous cause des humiliations et poursuivre la paix.	Etre aimé
30	Surmonter les difficultés, comme les actes machinaux ou la paresse, pour remercier D.	Aimer D.ieu
31	Etudier avec l'intention d'étendre la paix et de glorifier la Torah, et remercier D. avec splendeur.	Aimer ses semblables
32	Etudier de façon approfondie – chercher la source des enseignements de la Torah orale à travers la Torah écrite.	Aimer la justice
33	Remercier D. pour le privilège de pouvoir Le remercier et d'accomplir les Mitsvot, et pour avoir révélé la kabbale.	Aimer les vertus
34	Remercier D. en public afin que les autres Le remercient eux aussi. Sanctifier sa parole pour remercier D. avec sainteté.	Aimer les remontrances
35	Prier pour la paix et la révélation de la gloire de D. dans le monde, et pour mériter de connaître la Torah orale.	S'éloigner des honneurs

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : honorer ceux qui étudient la Torah ; se garder du colportage ; courir seulement pour faire le bien et les Mitsvot ; poursuivre, rechercher, répandre et accroître la paix.

היום שישה ושלשים יום לעומר, שהם חמשה שבועות ויום אחד
 Aujourd'hui trente-six jours du Omère qui font cinq semaines et un jour

יחיד
 חסד שביסוד

כלם
 מ

36
 21 Iyar

היום שבעה ושלשים יום לעומר, שהם חמשה שבועות ושני ימים
 Aujourd'hui trente-sept jours du Omère qui font cinq semaines et deux jours

גאה
 גבורה שביסוד

ארץ
 ,

37
 22 Iyar

היום שמונה ושלשים יום לעומר, שהם חמשה שבועות ושלשה ימים
 Aujourd'hui trente-huit jours du Omère qui font cinq semaines et trois jours

לעמד
 תפארת שביסוד

נתנה
 מ

38
 23 Iyar

היום תשעה ושלשים יום לעומר, שהם חמשה שבועות וארבעה ימים
 Aujourd'hui trente-neuf jours du Omère qui font cinq semaines et quatre jours

פנה
 נצה שביסוד

יבולה
 ב

39
 24 Iyar

היום ארבעים יום לעומר, שהם חמשה שבועות וחמשה ימים
 Aujourd'hui quarante jours du Omère qui font cinq semaines et cinq jours

זוכרי
 דוד שביסוד

יברכנו
 א

40
 25 Iyar

היום אחד וארבעים יום לעומר, שהם חמשה שבועות וששה ימים
 Aujourd'hui quarante et un jours du Omère qui font cinq semaines et six jours

קדושתך
 סוד שביסוד

אלהים
 ר

41
 26 Iyar

היום שנים וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות
 Aujourd'hui quarante-deux jours du Omère qui font six semaines

יג'ל פד'ק
 מלכות שביסוד

אלהינו
 ז

42
 27 Iyar

SIXIÈME SEMAINE : LA MIDA DE YESSOD/FONDEMENT

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : **Yossef** Hatsaddik

DÉFINITION DE LA MIDA DE YESSOD/FONDEMENT :

Le Yessod est appelé kol/tout car il est l'ensemble et le fondement de toutes les Midot. Il s'appelle chalom/paix car seule cette Mida maintient la bénédiction dans le monde. Il contient aussi l'observance de l'alliance – l'alliance de la parole, l'alliance du cœur et l'alliance de la reproduction.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
36	Faire passer les besoins d'autrui avant les siens. Avoir l'intention, en accomplissant les Mitsvot, que D.ieu donne le bien.	Ne pas tirer vanité de son étude
37	Dominer ses volontés et ses désirs qui viennent de l'égoïsme et agir uniquement de façon désintéressée, pour D.ieu.	Ne pas enseigner avec orgueil
38	Etudier les textes concernant le respect de l'alliance de la sainteté de la reproduction et ne pas détourner son esprit de cette étude, en particulier de ce qui concerne la sainteté.	Partager la charge avec son prochain
39	Toujours progresser en sainteté et en pudeur, et veiller à observer scrupuleusement l'alliance de la sainteté de la reproduction.	Juger avec indulgence
40	Céder aux autres pour préserver la paix et veiller à ne pas causer de dispute par sa conduite.	Démontrer la vérité
41	Se purifier constamment (se laver les mains, faire sa toilette, se tremper au mikvé), s'éloigner des plaisirs afin de se sanctifier.	Inciter à la paix
42	Prier constamment pour parvenir à la sainteté et l'observance de l'alliance, et se garder de toute parole interdite.	Étudier avec méthode

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : Éviter de regarder des choses interdites, d'avoir de mauvaises pensées et d'avoir des accidents nocturnes. Veiller en particulier à avoir des relations conjugales dans la sainteté.

היום שלשה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות ויום אחד
 Aujourd'hui quarante-trois jours du Omère qui font six semaines et un jour

שועתנו
 חסד שבמלכות

יברכנו
 ת

43
 28 Iyar

היום ארבעה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות ושני ימים
 Aujourd'hui quarante-quatre jours du Omère qui font six semaines et deux jours

קבל
 גבורה שבמלכות

אלהים
 ז

44
 29 Iyar

היום חמשה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות ושלשה ימים
 Aujourd'hui quarante-cinq jours du Omère qui font six semaines et trois jours

ושמע
 תפארת שבמלכות

וייראו
 ח

45
 1 Sivane

היום שישה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות וארבעה ימים:
 Aujourd'hui quarante-six jours du Omère qui font six semaines et quatre jours

צעקתנו
 נצח שבמלכות

אורנו
 מ

46
 2 Sivane

היום שבעה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות וחמשה ימים
 Aujourd'hui quarante-sept jours du Omère qui font six semaines et cinq jours

יודע
 חור שבמלכות

כל
 ס

47
 3 Sivane

היום שמונה וארבעים יום לעומר, שהם שישה שבועות ושישה ימים
 Aujourd'hui quarante-huit jours du Omère qui font six semaines et six jours

תעלומות
 יסוד שבמלכות

אפסי
 ל

48
 4 Sivane

היום תשעה וארבעים יום לעומר, שהם שבועה שבועות:
 Aujourd'hui quarante-neuf jours du Omère qui font sept semaines

שק"ו צי"ת
 מלכות שבמלכות

ארץ
 ה

49
 5 Sivane

SEPTIÈME SEMAINE : LA MIDA DE MALKHOUT/ROYAUTÉ

Le tsaddik du Char Céleste représentant ce trait : **David** Hamélekh

DÉFINITION DE LA MIDA DE MALKHOUT/ROYAUTÉ :

Domination – faire dominer l'âme sur le corps, tout en veillant à fournir le nécessaire à son corps conformément à la Torah car c'est la façon de faire exister l'âme. Grâce à cela, on acquerra la tolérance afin de tolérer le corps pour le bien de l'âme. Ne pas se vanter par rapport aux autres et se considérer comme un pauvre, en particulier dans ses prières.

JOUR	LA CONDUITE DU JOUR	LE KINYAN DU JOUR
43	Prier D.ieu d'avoir pitié des pauvres, pardonner aux pécheurs et leur permettre de faire des actes de bonté.	Interroger et répondre
44	Surmonter ses désirs, surveiller sa parole par crainte de la grandeur de D.ieu et de la gloire de Sa royauté.	Écouter et ajouter
45	Ne pas s'enorgueillir de son étude, être prêt à souffrir pour la vérité, prier pour l'étude.	Étudier en vue d'enseigner et de mettre en application
46	Prier pour le développement de la délivrance finale et la révélation de la gloire divine par la réalisation des prophéties.	Inciter le maitre à approfondir
47	Remercier D.ieu pour toutes les souffrances qu'Il envoie, veiller attentivement à maintenir la paix, le chabat en particulier.	Ordonner ce que l'on a appris
48	Prier constamment pour le respect de l'alliance, la pudeur et la sainteté de tout le peuple juif.	Citer une chose au nom de son auteur, car quiconque agit ainsi amène la guéoula [libération] dans le monde, comme il est dit « Esther le fit savoir au roi, au nom de Mordékhaï »
49	Prier pour l'observance du chabat et la sainteté de la parole ; réciter Alénou Lechabéa'h avec joie.	Le 49ème jour, on révise les 48 kinyanim dont on s'est imprégné.

POINTS PARTICULIERS À TRAVAILLER : Se garder de la flatterie, du mensonge, de la calomnie, de la médisance et de la raillerie, ainsi que des paroles futiles à la synagogue, pendant la prière et l'étude.

תִּרְחֹמֶן הוּא יִחְזִיר עֲבוֹדַת בֵּית הַמִּקְדָּשׁ
לְמִקְוָמָהּ בַּמַּהֲרָה בְּיָמֵינוּ. אָמֵן

« Puisse le D. Miséricordieux restaurer, rapidement et de nos jours, le service du Beth-Hamikdache en son lieu. Amen. »

[illegible]



Après le Téhilim 67 et Ana Békhoa'h, nous réciterons la Téfila composée par le Or Ha'haïm Hakadoch. Elle exprime toute la profondeur de la Séfirat Ha'omèr. En voici les mots :

Maitre du monde ! Tu nous as ordonné par l'intermédiaire de Ton serviteur Moché de compter le Ômèr afin de nous purifier de nos écorces mauvaises et

רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם. אֶתָּה
צִוִּיתָנוּ עַל יְדֵי מֹשֶׁה
עֲבָדְךָ לְסִפּוֹר סְפִירַת
הָעוֹמֶר כִּדִּי לְטַהֲרָנוּ

de nos impuretés,
comme Tu l'as écrit
dans Ta Torah : « Vous
compterez pour vous
du lendemain du
Chabbat, du jour où
vous apporterez le
Ômère de l'offrande
balancée, sept
Chabbatot [semaines]
complètes jusqu'au
lendemain du septième
Chabbat, vous
compterez cinquante
jours » afin que l'âme
de Ton peuple, Israël,
soit purifiée de sa
souillure.
Qu'il soit Ta volonté,
Eternel notre Dieu et
Dieu de nos pères, que
par le mérite de la
Séfirat Haômère que j'ai
comptée aujourd'hui,
soit rectifié ce que j'ai
endommagé dans la
Séfira (sphère céleste)...

מְקַלְפֹּתֵינוּ וּמְטַמְּאֹתֵינוּ.
כְּמוֹ שֶׁכָּתַבְתָּ בְּתוֹרָתְךָ.
וּסְפַרְתֶּם לָכֶם מִמָּחָרַת
הַשַּׁבָּת מִיּוֹם הִבֵּיאֲכֶם אֶת
עֹמֶר הַתְּנוּפָה שֶׁבַע
שָׁבָתוֹת תְּמִימוֹת תִּהְיֶינָה.
עַד מִמָּחָרַת הַשַּׁבָּת
הַשְּׁבִיעִית תִּסְפְּרוּ חֲמִשִּׁים
יוֹם. כְּדֵי שִׁיטְהָרוּ נַפְשוֹת
עַמְּךָ יִשְׂרָאֵל מִזֵּה־מָתָם:
וּבִכֵּן יִהְיֶה רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ
יְהוָה אֱלֹהֵינוּ וְאֱלֹהֵי
אֲבוֹתֵינוּ שֶׁבְּזָכוֹת סְפִירַת
הָעֹמֶר שֶׁסְּפַרְתִּי הַיּוֹם
יִתְקַן מֶה שֶׁפָּגַמְתִּי
בַּסְפִּירָה

On définira chaque jour la qualité/mida dans laquelle on
s'investit. Par exemple, le on dira le premier soir שְׁבַח־הַסֵּד,
deuxième soir גְּבוּרָה שְׁבַח־הַסֵּד, le troisième, תְּפָאֶרֶת שְׁבַח־הַסֵּד etc.
(Voir tableau ci-dessous.)



Jour 7 מַלְכוּת Royauté	Jour 6 יְסוּד Fondement	Jour 5 הוֹד Majesté	Jour 4 נֹצַח Éternité	Jour 3 תְּפָאֶרֶת Splendeur	Jour 2 גְּבוּרָה Puissance	Jour 1 חֶסֶד Bonté	
7	6	5	4	3	2	1	Semaine 1 חֶסֶד Bonté
מַלְכוּת שְׂמַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
14	13	12	11	10	9	8	Semaine 2 גְּבוּרָה Puissance
מַלְכוּת שְׂמַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
21	20	19	18	17	16	15	Semaine 3 תְּפָאֶרֶת Splendeur
מַלְכוּת שְׂבַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
28	27	26	25	24	23	22	Semaine 4 נֹצַח Éternité
מַלְכוּת שְׂבַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
35	34	33	32	31	30	29	Semaine 5 הוֹד Majesté
מַלְכוּת שְׂבַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
42	41	40	39	38	37	36	Semaine 6 יְסוּד Fondement
מַלְכוּת שְׂבַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	
49	48	47	46	45	44	43	Semaine 7 מַלְכוּת Royauté
מַלְכוּת שְׂבַחְסָד	יְסוּד שְׂבַחְסָד	הוֹד שְׂבַחְסָד	נֹצַח שְׂבַחְסָד	תְּפָאֶרֶת שְׂבַחְסָד	גְּבוּרָה שְׂבַחְסָד	חֶסֶד שְׂבַחְסָד	

Ensuite, on reprend la Téfila qu'on termine ainsi :

et que je sois purifié et sanctifié par la sainteté d'en haut. Que par cela soit déversée une grande abondance dans tous les mondes pour corriger de toute imperfection notre âme à tous les niveaux, pour nous purifier et pour nous sanctifier de la sainteté supérieure. Amen séla.

וְאַתָּה יְיָ וְאַתָּה יְיָ
שֶׁל מַעְלָה. וְעַל יְדֵי זֶה
יִשְׁפַּע שְׁפַע רַב בְּכָל
הָעוֹלָמוֹת וּלְתַקֵּן אֶת
נַפְשׁוֹתֵינוּ וְרוּחֹתֵינוּ
וְנִשְׁמׁוֹתֵינוּ מִכָּל סִיג וּפְגָם.
וּלְטַהֲרֵנוּ וּלְקַדְּשָׁנוּ
בְּקִדְשְׁתֶּךָ הָעֲלִיזָה. אָמֵן
סֵלָה:

QUESTIONS-RÉPONSES





La Séfirat Haômère en résumé :

Avant d'aborder les « questions-réponses » sur la Séfirat Haômère, voici un rappel des lois et de la manière d'accomplir cette Mitsva.

À partir du 16 Nissane au soir, deuxième nuit de Pessa'h, après la prière de Arvit, nous commençons le compte du Ômère.

L'heure de compter le Ômère est à la sortie des étoiles [צאת הכוכבים]. Cependant, celui qui ne l'aurait pas fait dès le début de la nuit pourra compter au cours de toute la nuit.

Si on a oublié de compter un soir, on pourra se rattraper la journée suivante, mais sans réciter de bénédiction. Comme on n'a pas omis de jour dans le compte, on pourra continuer à compter avec la bénédiction les jours suivants.

Par contre, une personne qui aurait oublié de compter la journée qui suit ne pourra plus compter avec bénédiction jusqu'à la fin du Ômère.

On comptera debout, et avant de compter, on récitera la bénédiction suivante :

ברוך אתה ה' אלהינו מלך העולם, אשר קדשנו במצותיו, וצונו על ספירת העמר

On comptera chaque soir « היום שני ימים לעמר » puis « היום יום אחד לעמר » et ainsi de suite, dans une langue qu'on comprend, car il est essentiel de comprendre le compte. Vous découvrirez des détails supplémentaires grâce aux questions-réponses ci-dessous.

QUESTION 1: DE QUEL TYPE EST LA MITSVA DE LA SÉFIRAT HAÔMÈRE¹ ? DÉ-ORAITA OU DÉ-RABANANE ?

Les Richonim (premiers décisionnaires) sont d'opinions partagées à savoir si la Séfirat Haômère de nos jours où nous ne pouvons apporter le Korbane – puisque nous n'avons pas le Beth Hamikdach – est une Mitsva d'ordre « Dé-Oraïta » [prescrite par la Torah] ou d'ordre « Dé-Rabanane » [prescrite par nos sages].

À l'époque du Beth-Hamikdache, la Mitsva de la Séfirat Haômère était d'ordre « Dé-Oraïta » [prescrite par la Torah], car elle était liée au Korbane Haômère. Mais après la destruction du Beth-Hamikdache, étant donné que nous ne pouvons plus apporter le Korbane Haômère, les avis sont partagés.

1 À l'heure où nous éditons cet ouvrage, le Beth-Hamikdache n'a toujours pas été reconstruit et c'est pour cette raison que nous avons répondu ainsi. Mais avec l'aide d'Hachem, nous espérons voir très bientôt la délivrance finale et la construction de troisième Beth-Hamikdache, et accomplir la Mitsva de la Séfirat Haômère « Dé-Oraïta » [prescrite par la Torah] selon tous les avis.



Certains, comme le Rambam (Hilkhot Temidim Oumoussafim 7;22), sont d'avis que le compte du Ômère reste une Mitsva Dé-Oraïta. Pour d'autres, tels que les Tossafot (Menahot 66a) et le Roch, le Ran et le Baal Hamaor, c'est une Mitsva d'ordre « Dé-Rabanane » [prescrite par nos sages] en souvenir du Beth-Hamikdache. Les A'haronim (derniers décisionnaires) tranchent, d'après la majorité, que la Séfira est de nos jours d'ordre « Dé-Rabanane ». C'est ainsi que le Choul'hane Arou'h fixe la loi.

QUESTION 2: QUELLE EST L'IMPLICATION, DANS LE « LECHEM YIHOUD », QUE LA MITSVA SOIT DÉ-ORAITA OU DÉ-RABANANE ?

Avant de compter, nous avons coutume de réciter le texte : « Lechem Yi'houd ». Cependant, vu la controverse citée plus haut, il sera bon d'omettre la mention : « וְכַמוֹכָהוּ כְמוֹ שֶׁכָּתוּב בַּתּוֹרָה וְסִפְרָתָם לָכֶם וְכוּ »/comme il est écrit dans la Torah : "Vous compterez pour vous...". Étant donné que la Mitsva du Ômère de nos jours n'est pas prescrite par la Torah, bien qu'elle reste une obligation rabbinique à part entière, il suffira de dire : « Voici, nous sommes sur le point d'accomplir la Mitsva de la Séfira Haômère / הִנֵּה אֲנִיחֵנוּ בְּאֵימָם לְקִיּוּם מִצְוַת סִפְיַרַת הָעֹמֶר »

Malgré tout, on ne corrigera pas une personne qui dirait le « Lechem Yi'houd » habituel, étant donné que certains décisionnaires le permettent. (Yalkout Yossef, Moadim p. 412 ; Or Lé Tsion Tome 3 p.176)

QUESTION 3: LA MITSVA DE LA SÉFIRAT HAÔMÈRE EST-ELLE UNE MITSVA QUI DURE 49 JOURS, OU CHAQUE JOUR DE COMPTE EST-IL UNE MITSVA INDÉPENDANTE ? QUELLES SONT LES INCIDENCES DE LA RÉPONSE À CETTE QUESTION ?

Cette question est une controverse entre le Bahag (Baal Halakhot Guedolot) et les Tossafot sur la Guémara Mena'hot 66a.

Selon le Bahag, la Séfira Haômère est une Mitsva unique s'étendant sur 49 jours du fait que le verset dit : « וְתִמְנִיתָ תְּהֵי יָכֹה / elles seront complètes » (Vayikra 23;15). Selon les Tossafot, nous accomplissons chaque jour une Mitsva indépendante de compter.

La conséquence primaire de cette controverse est de savoir si celui qui a omis de compter un jour entier peut continuer à compter les jours suivants.

D'après le Bahag qui considère que c'est une seule Mitsva, la personne qui a omis un jour a totalement perdu la Mitsva.

Mais d'après les Tossafot, cette personne a perdu un jour certes, mais elle garde l'obligation de compter les jours suivants, et avec la bénédiction.

Le Choul'hane Arou'h (chap. 489 §8) ne tranche pas la controverse, mais propose un compromis entre les deux avis. Voici ses termes : « S'il a oublié de compter l'un des jours, que ce soit le premier ou un des jours suivants, il comptera les autres jours sans bénédiction. ».

En résumé, il continuera à compter, comme le disent les Tossafot, mais sans bénédiction puisque d'après le Bahag, celle-ci serait prononcée en vain.

QUESTION 4: COMMENT COMPTER LE ÔMÈRE ?

Le Choul'hane Arou'h (chap. 489 §1) écrit qu'il faut compter les jours et les semaines. Comment ? Le premier jour, on dira : « הַיּוֹם יוֹם אֶחָד לְעֹמֶר », le deuxième : « הַיּוֹם שְ�נַי יָמִים לְעֹמֶר » et ainsi de suite jusqu'à arriver au septième jour où on dira : « הַיּוֹם שִׁבְעָה יָמִים שְׁבוּעַ אֶחָד לְעֹמֶר ».

Depuis le huitième jour, on dira : « הַיּוֹם שְ�מוֹנֶה יָמִים שְׁבוּעַ אֶחָד וַיּוֹם אֶחָד לְעֹמֶר », et au 14ème jour on dira : « הַיּוֹם אַרְבָּעָה עָשָׂר יָמִים שְׁנַי שְׁבוּעוֹת לְעֹמֶר ». Et c'est ainsi qu'on comptera tous les jours du Ômère jusqu'au 49ème.

Il faut compter les jours ainsi que les semaines parce qu'il est écrit d'une part : « תִּסְפְּרוּ הַמַּשִּׁימ יוֹם /vous compterez cinquante **jours** » (Vayikra 23 ;16) et d'autre part : « שִׁבְעָה שָׁבָעַת תִּסְפֹּר לָךְ /Sept **semaines** tu compteras pour toi » (Devarim 16;9).

QUESTION 5: SI UNE PERSONNE DOIT ÊTRE HOSPITALISÉE [QUE D.IEU PRÉSERVE] DURANT LA PÉRIODE DU ÔMÈRE, CE QUI L'EMPÊCHERA DE COMPTER UN JOUR OU PLUS DE LA SÉFIRA, PEUT-ELLE TOUT MÊME COMMENCER À COMPTER SACHANT QU'A PRIORI ELLE NE POURRA PAS PROCÉDER AU COMPTE ENTIER ?

Même le Bahag, qui considère que c'est une seule Mitsva, admet que c'est une Mitsva journalière de compter. C'est pour cela qu'une personne qui doit rester à l'hôpital [que D.ieu préserve] durant la période du Ômère, ce qui l'empêchera de compter un jour ou plus de la Séfira, a la permission de commencer à compter avec la bénédiction.

En effet, chaque jour est une Mitsva en soi, que ce soit pour le Bahag comme pour les Tossafot, et au moment où il commence le compte, il n'a pas manqué à son obligation de compter des semaines complètes.

Par contre, les jours suivant son hospitalisation, elle continuera à compter mais sans bénédiction. (Or Lé Tsion Tome 3 p.181)

Elle peut donc commencer à compter car elle ne subira pas nécessairement d'opération, le mérite de la Mitsva la préservant peut-être et lui apportant une guérison totale.

QUESTION 6: SI L'ON NE COMPREND PAS L'HÉBREU, DOIT-ON FAIRE LE COMPTE DANS SA LANGUE ?

La Mitsva de la Séfira peut et doit s'effectuer dans une langue que l'on comprend. La bénédiction se fait en hébreu et le compte dans sa langue.

Une personne qui ne comprend pas l'hébreu ne doit pas compter dans cette langue car elle ne s'acquitte pas de son obligation. Elle devra recompter dans la langue qu'elle comprend, mais sans répéter la bénédiction. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 232)

QUESTION 7: DEVONS-NOUS RÉCITER LA BÉNÉDICTION CHÉHÉ'HÉYANOU LE PREMIER SOIR DE LA SÉFIRA ?

Il existe de nombreuses réponses à cette question, que nous découvrirons ensemble : Le Itour et le Baâl Hamaor expliquent que pour réciter cette bénédiction, nous devons éprouver une joie et un plaisir, par exemple pour le



loulav ou la lecture de la Méguila... Mais la Séfirat Haômère ne nous rappelle rien de joyeux.

Le Baâl Hamaor ajoute même que la Séfirat Haômère nous attriste car elle nous rappelle la destruction du Beth-Hamikdache, puisque nous ne pouvons pas accomplir intégralement la Mitsva du Ômère en offrant le Korbane.

Le Baâl Hamaor ainsi que le Ran expliquent que puisque la Mitsva de nos jours est instituée en souvenir du Beth-Hamikdache, il n'y a pas lieu de réciter la bénédiction sur un souvenir.

Le séfer Bnei Yissaskhar rapporte que la raison pour laquelle on ne récite pas la brakha de Chéhé'héyanou est qu'il n'y a pas de pleine satisfaction dans les jours du Ômère, mais uniquement à l'aboutissement de tous ces jours. C'est pour cela que l'on récitera cette bénédiction seulement le soir de Chavouot, au terme du compte. En effet, chaque jour du Ômère est compté dans l'objectif d'arriver au grand jour tant attendu du don de la Torah. C'est ainsi qu'il explique le verset (Vayikra 23:15) : « שְׁבַע שָׁבָתוֹת תְּמִימֹת תִּהְיֶינָה / Vous compterez pour vous... sept semaines complètes ».

QUESTION 8: LE MOTSEÏ CHABAT (SAMEDI SOIR), FAUT-IL D'ABORD FAIRE LA HAVDALA OU LA SÉFIRAT HAÔMÈRE ?

L'auteur du « 'Hanoukat Habayit » pense que tant que nous n'avons pas récité la Havdala, nous sommes encore dans Chabat. De ce fait, comment est-il possible de compter pour le lendemain (dimanche) ?

Mais l'ensemble des décisionnaires considère qu'il n'est pas nécessaire de prendre cela en considération. En conséquence, la loi est qu'il n'est pas nécessaire de réciter la Havdala pour accomplir la Mitsva de Séfira, et on comptera normalement après la Téfila de Arvit. (Yabiâ Ômère Tome 4 Chap. 23)

QUESTION 9: LES FEMMES SONT-ELLES TENUES D'ACCOMPLIR LA MITSVA DE LA SÉFIRAT HAÔMÈRE ?

Il existe un principe énoncé dans la Guémara Kidouchine 29a, selon lequel les femmes sont dispensées de toutes les Mitsvot positives dépendant du temps [מִצְוֹת מְצֻחֵי זְמַן, עֲשֵׂה שֶׁהִזְמֵן גְּרָמָא], par exemple la Mitsva de la Souka et du Loulav qui sont relatives à la fête de Soukot ou celle de Tsitsit relative au jour et pas à la nuit.

De même, les femmes sont exemptes de la mitsva de la Séfirat Haômère, car c'est une Mitsva liée au temps.

Cependant, une femme qui voudrait compter peut le faire, mais sans réciter la bénédiction car ce serait une bénédiction en vain.

Mais selon les enseignements de la kabala, il est préférable que les femmes ne comptent pas du tout, même sans bénédiction. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 220 ; Or Lé Tsion Chap. 17 §8)

QUESTION 10: À PARTIR DE QUELLE HEURE DOIT-ON COMPTER LE ÔMÈRE ?

Le Choul'hane Arou'h (Chap. 489 §1) tranche qu'a priori, l'heure de la Séfirat Haômère commence après la sortie des étoiles [צאת הכוכבים]

Cependant, imaginons qu'une communauté ait terminé de prier Arvit juste après le coucher du soleil [שקיעת החמה] et les fidèles, pressés de partir, n'attendent pas jusqu'à la sortie des étoiles [צאת הכוכבים]. Si l'on craint qu'une partie de la communauté renonce au compte et perde la Mitsva de la Séfira, ils pourront dans ce cas compter avec bénédiction au crépuscule [בין השמשות], étant donné que la mitsva de la Séfira est de nos jours est d'ordre « Dé-Rabanane » [instituée par nos sages].

Mais il est défendu de compter avant le coucher du soleil [שקיעת החמה].

(C'est pourquoi, si l'on prie Arvit alors qu'il fait encore jour, comme c'est souvent le cas en France, on ne comptera pas le Ômère. Dans ce cas, on mettra un réveil pour se rappeler de compter le Ômère ainsi que pour relire le Chéma du soir qui doit être lu après la tombée de la nuit.)

Toutefois, les personnes scrupuleuses dans l'accomplissement des Mitsvot ont coutume d'attendre après la sortie des étoiles [צאת הכוכבים] pour accomplir la Mitsva. (Yé'havé Daat, Tome 1 Chap. 23)

QUESTION 11: JUSQU'À QUELLE HEURE PUIS-JE COMPTER LE ÔMÈRE ?

Une personne qui n'aurait pas compté au début de la nuit pourra a posteriori [בדיעבד] le faire toute la nuit, c'est-à-dire avant l'aube [עלות השחר]. Dans tous les cas, on vérifiera l'heure dans un calendrier précis. (Yalkout Yossef, Moadim p. 421)

QUESTION 12: Y A-T-IL UNE OBLIGATION DE COMPTER DÈS LE DÉBUT DE LA NUIT ?

Comme dit précédemment, le Choul'hane Arou'h (Chap. 489 §1) tranche qu'a priori [לכתחלה], l'heure adéquate de la Séfirat Haômère commence après la sortie des étoiles [צאת הכוכבים]. Ce n'est qu'a posteriori [בדיעבד] que l'on pourra compter toute la nuit. En effet, il est écrit dans la Torah : « שִׁבְעַ שָׁבָתוֹת תְּמִימֹת תִּהְיֶינָה » /sept Chabatot [semaines] complètes » (Vayikra 23;15).

Le Choul'hane Arou'h tranche ainsi en tenant compte de l'avis de certains Richonim (premiers décisionnaires) qui considèrent que l'expression « תְּמִימֹת תִּהְיֶינָה / complètes » dans le verset se rapporte aux nuits. En d'autres termes, toutes les nuits de la Séfirat Haômère doivent être complètes. C'est pour cela qu'il est préférable de compter dès le début de la nuit. (Or Lé Tsion Tome 3 p. 175)

QUESTION 13: PEUT-ON COMPTER LE ÔMÈRE AVANT DE PRIER ARVIT ?

Comme l'a fixé le Choul'hane Arou'h (Chap. 489 §1), a priori [לכתחלה], la Séfirat Haômère doit être faite dès la sortie des étoiles [צאת הכוכבים].

De ce fait, une personne qui prie Arvit plus tard dans la soirée comptera seule dès la sortie des étoiles [צאת הכוכבים]. (Or Lé Tsion Tome 3 p. 175)



QUESTION 14: COMMENT RÉPONDRE À UNE PERSONNE QUI NOUS DEMANDE APRÈS LE COUCHER DU SOLEIL [שְׁקִיעַת הַחֲמָה] QUEL EST LE JOUR DU ÔMÈRE, AVANT QUE NOUS-MÊMES AYONS COMPTÉ ?

Nous lui répondrons : « hier nous étions tel jour du Ômère ». Car si nous lui répondions « aujourd'hui nous sommes tel jour du Ômère », dans n'importe quelle langue, il nous serait ensuite défendu de compter avec la bénédiction cette nuit-là. En effet, une personne qui compte, même sans bénédiction, s'acquitte de la mitsva. Néanmoins, si nous lui répondons en lui donnant simplement le chiffre, sans préciser : « aujourd'hui nous sommes... », nous pourrions compter le soir avec la bénédiction. (Yalkout Yossef, Moadim p. 425)

QUESTION 15: EST-IL PERMIS DE COMMENCER À MANGER AVANT D'AVOIR COMPTÉ LE ÔMÈRE ?

Une demi-heure avant le coucher du soleil [שְׁקִיעַת הַחֲמָה], il est défendu de commencer un repas composé de l'une des cinq sortes de céréales (pain, pâtes, viennoiseries, couscous, etc.) d'une quantité égale ou supérieure à 60 gr. [בביצה], avant d'avoir compté le Ômère, même si l'on a déjà prié Min'ha.

Cependant, si l'on a commencé son repas de façon permise, c'est-à-dire avant la demi-heure qui précède le coucher du soleil [שְׁקִיעַת הַחֲמָה], on n'est pas obligé de s'interrompre pour compter, et on pourra compter à la fin de son repas.

Dans le cas contraire, si l'on a commencé après la demi-heure qui précède le coucher du soleil [שְׁקִיעַת הַחֲמָה], on devra s'interrompre pour compter, puis on pourra poursuivre son repas.

Toutefois, le Rav Ovadia Yossef explique qu'il n'est pas difficile de s'interrompre pendant le repas, aussi il est recommandé de s'interrompre même si l'on a commencé son repas de façon permise. ('Hazon Ovadia, Yom Tov p. 246)

Avant le compte, il est permis de manger une quantité inférieure à 60 gr. des cinq sortes de céréales, ou encore des fruits ou des boissons même en quantité plus importante. (Yalkout Yossef, Moadim p. 327 ; 'Hazon Ovadia, Yom Tov p. 245)

Selon le Or Lé Tsion (Tome 3 p. 175), comme le Choul'hane Arou'h (Chap. 489 §1) tranche qu'a priori [לכתחלה], il faut compter le Ômère dès la sortie des étoiles [צאת הכוכבים], une personne qui a commencé son repas même de façon permise devra s'interrompre pour compter, puis pourra reprendre son repas.

QUESTION 16: EST-IL OBLIGATOIRE D'ACCOMPLIR LA MITSVA DE LA SÉFIRAT HAÔMÈRE DEBOUT ?

Le Choul'hane Arou'h (simane 489;1) tranche que le compte du Ômère doit s'effectuer debout.

Le Béer Hétev explique que nous l'apprenons du verset : « שְׁבַעָה שָׁבָעָה תִּסְפֹּר לָךְ / מִהַחֹל הָרִישׁ בַּקֶּמַח תֵּחַל לִסְפֹּר שְׁבַעָה שָׁבָעָה / Sept semaines tu compteras pour toi, à partir du moment où la faucille commence à être utilisée pour la récolte sur pied, tu commenceras à compter sept semaines. / » (Devarim 16;9).

En effet, nos sages commentent qu'il ne faut pas seulement lire « בַּקֶּמַח / sur pied », mais aussi : « בְּקוֹמָה », qui signifie debout.

Cependant, une personne qui aurait compté assise se sera acquittée de la Mitsva.

De même, une personne âgée ou malade, pour qui il est difficile de se lever, pourra compter assise a priori [לכתחלה]. (Yalkout Yossef Moadim p. 418)

QUESTION 17: LES ENFANTS DOIVENT-ILS ACCOMPLIR LA SÉFIRAT HAÔMÈRE ?

Il y a une Mitsva d'éduquer les jeunes garçons [à partir de 7 ans] aux Mitsvot en les faisant compter chaque jour du Ômère.

Il faudra leur apprendre à compter avec la bénédiction. Même s'ils ont omis de compter un jour, ils continueront à compter avec la bénédiction. (Yalkout Yossef Moadim p. 417)

QUESTION 18: UN ENFANT QUI DEVIENT BAR-MITSVA DURANT LE ÔMÈRE DOIT-IL CONTINUER À COMPTER AVEC LA BÉNÉDICTION ?

Un enfant qui devient bar-mitsva durant le Ômère ne pourra plus compter avec la bénédiction les jours suivants. Telle est la loi même s'il a compté rigoureusement avec bénédiction jusqu'au jour de sa bar-mitsva.

La raison en est qu'avant sa bar-mitsva, il ne comptait que pour être habitué aux Mitsvot. Comme il n'avait pas de véritable obligation de compter, les jours passés ne peuvent l'acquitter de sa nouvelle obligation.

Cependant, il devra continuer à compter, mais sans réciter la bénédiction.

S'il le désire, il pourra s'acquitter de la bénédiction de l'officiant ou d'une autre personne, selon le principe de « שומע כעונה » – celui qui écoute est comme celui qui prononce. ('Hazone Ovadia p. 221)

QUESTION 19: UN ONÈNE² PEUT-IL CONTINUER À COMPTER AVEC LA BÉNÉDICTION APRÈS L'ENTERREMENT DE SON PROCHE PARENT ?

Le onène ne doit pas compter jusqu'à ce que l'enterrement ait eu lieu.

Il comptera après l'enterrement et, s'il n'a pas interrompu son compte, il pourra continuer à compter les jours suivants avec bénédiction.

Dans le cas contraire, s'il a dû omettre le compte une journée entière, c'est-à-dire jour et nuit, il continuera à compter mais sans bénédiction.

Si le onène reste plusieurs jours dans ce statut, par exemple si l'enterrement est retardé du fait que le corps est rapatrié ou pour une autre raison administrative, il pourra, s'il a remis l'enterrement aux soins d'une entreprise de pompes funèbres, compter ces jours-là sans bénédiction.

S'il n'a pas interrompu son compte, il pourra les jours suivants continuer à compter avec bénédiction. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 244)

2 **Onène** : Statut d'une personne ayant perdu un proche parent qui n'a pas encore été enterré. Tant qu'elle a ce statut, puisqu'elle est préoccupée par les préparatifs de l'enterrement du disparu dont elle a la responsabilité, elle est dispensée de toutes les Mitsvot positives, mais reste tenue d'éviter de transgresser les Mitsvot négatives.



QUESTION 20: SI UNE PERSONNE A COMPTÉ SANS AVOIR RÉCITÉ LA BÉNÉDICTION AU PRÉALABLE, DOIT-ELLE RECOMMENCER ?

Une personne qui compte sans faire la bénédiction s'acquitte de la mitsva. De ce fait, elle ne peut pas recompter le même soir avec bénédiction. Mais le lendemain, elle pourra faire la Sefirat Haômère avec la bénédiction. (Yalkout Yossef, Moadim p. 425)

QUESTION 21: QUE FAIRE SI J'OUBLIE DE COMPTER UN SOIR ?

Celui qui a oublié de compter un soir pourra se rattraper en comptant le lendemain dans la journée, mais sans réciter la bénédiction. Par la suite, il pourra continuer normalement à compter les autres soirs avec bénédiction. (Yalkout Yossef, Moadim p. 423 ; 'Hazone Ovadia, Yom Tov p. 236)

QUESTION 22: QUE FAIRE SI L'ON OUBLIE DE COMPTER UN JOUR COMPLET, C'EST-À-DIRE LA NUIT ET LE JOUR SUIVANT ?

On continuera à compter, mais sans réciter la bénédiction, jusqu'à la fin de la Séfirat Haômère. Afin d'éviter cette situation, de nombreuses communautés ont pour coutume de répéter le compte du Ômère à l'issue de la Téfila du matin. (Yalkout Yossef, Moadim p. 424 ; 'Hazone Ovadia, Yom Tov p. 236)

QUESTION 23: QUE FAIRE LORSQU'ON DOUTE D'AVOIR COMPTÉ LA NUIT PRÉCÉDENTE ?

Celui qui doute d'avoir compté la nuit précédente [et n'a pas compté le jour non plus] pourra tout de même continuer à compter avec la bénédiction. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 238)

QUESTION 24: PEUT-ON S'ACQUITTER PAR LE COMPTE DE L'OFFICANT ?

Il incombe à chacun d'entre nous de compter le Ômère sans s'en remettre au compte de l'officiant, comme il est dit : « וְסַפַּרְתֶּם לָכֶם /vous compterez pour vous » (Vayikra 23;15). Cependant, une personne qui pense à s'acquitter grâce au compte de l'officiant, et que l'officiant aussi pense acquitter, sera quitte selon le principe de « שומע בעונה » – celui qui écoute est comme celui qui prononce. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 228)

QUESTION 25: DOIT-ON CRAINdre D'ÊTRE ACQUITTÉ PAR LE COMPTE DE L'OFFICANT ?

Il existe une controverse entre les décisionnaires à savoir si « מצות צריכות כוונה », c'est-à-dire si l'accomplissement d'une Mitsva nécessite l'intention de le faire. Pour ceux qui considèrent qu'une intention n'est pas nécessaire, le fait d'entendre l'officiant ou tout autre homme réciter la bénédiction et le compte du Ômère acquitte la personne, même si elle ne l'a pas stipulé. En conséquence de cet avis, cette personne ne pourra plus compter avec la bénédiction ce même soir. Cependant, le Choul'hane Arou'h (Chap. 60 §4) tranche que l'accomplissement d'une Mitsva nécessite une intention. Malgré tout, de crainte de réciter une

bénédiction en vain [selon l'avis disant qu'il ne faut pas d'intention], il sera bon de dire explicitement le premier jour de la Séfirat Haômère la formule suivante : « אני מכין שבכל לילה מן הלילות של ספירת העומר בשנה זו, שלא לצאת ידי חובת הברכה והספירה של העומר בשמייעתי אותם מפי השליח צבור, או אדם אחר, אלא רק כשאברך ואספור העומר בעצמי/Tous les soirs de la Séfirat Haômère de cette année, j'ai l'intention de ne pas m'acquitter de mon obligation de la bénédiction du Ômère en écoutant celle que récite l'officiant ou toute autre personne, mais uniquement lorsque je la prononcerai et compterai moi-même. » ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 230)

QUESTION 26: QUE FAIRE EN CAS DE DOUTE SUR LE NOMBRE DU JOUR, SANS AUCUN MOYEN DE VÉRIFIER ?

Une personne ayant un doute sur le jour du Ômère (par exemple, elle hésite entre le 4ème et le 5ème jour), et n'ayant aucun moyen de le savoir, ne pourra pas compter ce soir-là avec la bénédiction. Car un compte incertain n'est pas un compte. Dans un tel cas, elle fera ce soir-là sans bénédiction les deux comptes l'un après l'autre (« aujourd'hui nous sommes le 4ème jour, aujourd'hui nous sommes le 5ème jour »). Le lendemain, lorsqu'elle connaîtra le chiffre exact, elle pourra continuer à compter avec bénédiction les jours suivants. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 253 ; Yalkout Yossef p. 424 §22)

QUESTION 27: QUE FAIRE SI L'ON S'EST TROMPÉ DANS LE COMPTE ?

Une personne qui s'est trompée dans le compte [des jours et des semaines] et ne s'en aperçoit que la nuit suivante est considérée comme n'ayant pas compté. Elle ne pourra donc plus compter avec bénédiction les jours suivants. Par contre, si elle s'en aperçoit la même nuit et qu'il s'est écoulé plus que le temps de dire « 'שלום עליך רבי », elle devra recompter avec bénédiction [si elle est certaine de s'être trompée]. Mais si elle ne le remarque que le matin, elle comptera à ce moment-là sans bénédiction et pourra continuer à compter avec bénédiction les jours suivants. ('Hazone Ovadia, Yom Tov p. 250)

QUESTION 28: EST-IL NÉCESSAIRE DE CONNAÎTRE LE COMPTE AVANT DE RÉCITER LA BÉNÉDICTION ?

Avant de réciter la bénédiction, on s'assurera du jour qu'il faut compter, car a priori [לכתחלה], il est indispensable de connaître le nombre du jour avant et lors de la bénédiction. Cependant, on sera tout de même quitte si au moment de la bénédiction on ne connaît pas le compte du jour, et qu'on pense l'entendre de l'officiant et le dire tout de suite après lui. (Choul'hane Arou'h Chap. 489 §5 et Michna Brouara §29).

QUESTION 29: QUE FAIRE SI J'AI PENSÉ COMPTER UN AUTRE JOUR AU MOMENT OÙ J'AI RÉCITÉ LA BÉNÉDICTION ?

Si on pensait être le 4ème jour du Ômère avant de réciter la bénédiction, puis au moment de compter, on s'aperçoit que c'est le 5ème jour du Ômère, on continuera à compter sans s'interrompre. (Yalkout Yossef, Moadim p. 413)

א-ל נא רפא נא לה

POUR LA GUÉRISON
RAPIDE ET COMPLÈTE DE

Raphaël
ben Sim'ha

בתוך כל חולי ישראל

א-ל נא רפא נא לה

POUR LA GUÉRISON
RAPIDE ET COMPLÈTE DE

Baroukh Maurice Moché
ben Marie Myriam

בתוך כל חולי ישראל

Pour la réussite
spirituelle et matérielle de

Mylène Simha
née le 19ème du Omer

Mickaëla
qui fait la joie de ses parents
née le 2ème jour du Omer

Qu'Hachem leur accorde une vie
paisible et sereine avec la santé,
remplie de joies, de réussites, de
parnassa et toujours dans le
chemin et la volonté de notre
Créateur Avinou ché bachamayim.

Pour la réussite
spirituelle et matérielle de

Raphaël BISMUTH
ben Sim'ha
Joëlle Esther BISMUTH
bat Denise Dina

Patrick Nissim CHEMLA
ben Sarah
Martine Maya CHEMLA
bat Gaby Camouna

Qu'Hachem leur accorde une vie
paisible et sereine avec la santé,
remplie de joies, de réussites, de
parnassa et toujours dans le
chemin et la volonté de notre
Créateur Avinou ché bachamayim.



זכרון נצה

pour l'élévation de l'âme de

Albert Avraham CHICHE
ben Julie

Denise Dina CHICHE
bat Elise

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצה

לעילוי נשמת
מו"ר עמרת ראשנו
צדיק יסוד עולם הגאון המקובל

רבי נסים פריץ זצוק"ל
בן סוליקה

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצה

pour l'élévation de l'âme de

Mordékhai BISMUTH
ben Maissa

Sim'ha BISMUTH
bat Warda

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצה

pour l'élévation de l'âme de

Maurice Moché CHEMLA
ben Sim'ha

Arlette Sarah CHEMLA
bat Sultana

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Yossef SOUFIR
ben Maya

Gaby Camouna SOUFIR
bat Emma Sim'ha

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

William Yeshoua
ben Zuera

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Yossef ben Diamenti
Fredj ben Louise

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Hanna Huguet
bat Léa BENHAMOU

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Claude Hai
ben Daia Barouch
décédé le 1er Iyar 5780

Daia Chelbia
bat fortunée Barouch
décédée le 3 nissan 5780

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Hana Haya
bat Pinhas
décédée le 24 Nissam 5763
9ème jour du Omère

ת.נ.צ.ב.ה.



זכרון נצח

pour l'élévation de l'âme de

Nadine CHICHE
bat Dina

ת.נ.צ.ב.ה.

מזמור לתודה

MERCI HACHEM

pour tous les

Nissim et Niflaot

que Tu réalises

chaque jour

envers Ton peuple

OVDHM 

49

CHAQUE JOUR COMPTE

250 pages
couverture
souple

Découvrez la sainteté de ce moment, la façon de se développer en comptant et de se diriger dans le respect de cette ordonnance.

Par ses nombreuses références, ses Midrachim cités, ses lois expliquées et ses illustrations, ce livre nous aidera à comprendre et à optimiser cette période.

COMMANDEZ DÈS MAINTENANT !

À LIRE & À OFFRIR

**un ouvrage inédit
& indispensable
sur la Séfirat Haômère**

« 49, Chaque jour compte », nous apporte de riches enseignements sur cette période si particulière qu'est la Séfirat Haômère ; chacun trouvera un vif intérêt à lire cet ouvrage grâce auquel il découvrira différentes explications sur l'origine et l'importance de ce compte.

Rav Ron Chaya

**DISPONIBLE EN FORMAT EBOOK
EN TELECHARGEMENT LIBRE**

www.OVDHM.com



20 Iyar

La Daf de Chabat

T'DD



Réflexion sur la Paracha

Rav Mordechai Bismuth



Une histoire de Moussar

Nos sages nous racontent...



Autour de la table de Chabat

Rav David Gold



L'anecdote de la semaine

Rav Moshe Benichou



Un amour sans condition

Rav Aaron Boukobra - Coach de vie



Zoom sur la Paracha...

Rav Michaël Guedj cane



Une vie saine selon la Halakha

Rav Yeheskel Ishayek ciou



Savez-vous pourquoi?



Réponses aux questions

Rav Avraham Bismuth

Savourez chaque semaine
les saveurs de
"La Daf de Chabat"



Vous désirez faire partie des abonnés
veuillez prendre contact par mail:
dafchabat@gmail.com
ou sur le www.OVDHM.com

OVDHM



Les brochures



Les ouvrages



Les fiches pratiques



La Daf de Chabat

Retrouvez-nous sur le www.OVDHM.com