

## MINI-GUIA DE SEFIRAH E SHAVUOT

### Contagem do Ômer

O período entre Pessach e Shavuot é chamado de Sefirah (“contagem”). Este nome Sefirah é derivado da prática de se contar o “Ômer”, que é observado desde a segunda noite de Pessach até a véspera de Shavuot.

“Ômer” significa um maço de espigas de cevada, cujo volume equívale a 395 centímetros cúbicos. E no segundo dia de Pessach (16 de Nissan), fazia-se uma oferenda de um “Ômer” de cevada recém colhida, para que Hashem abençoasse a nova colheita. E antes desta oferenda, não se podia comer da nova colheita. E conforme estabelecida na parashá Emor, Cap. 23 Vers. 15 do livro de Levítico: “ serão contados todos os dias, durante sete semanas completas, ou seja, durante 49 dias, a partir da oferenda do “Ômer”, o que se chama “Sefirat ha-Ômer” (contagem do Ômer), culminando com a chegada de Shavuot no 50º (qüinquagésimo) dia, que é o dia do recebimento dos Dez Mandamentos por Moisés.

A contagem do Ômer é uma época que se transformou em muita tristeza para as gerações posteriores, porque ocorreram fatos muito desagradáveis neste período.

Além da epidemia, ocorrida no século II da era comum, que causou a morte de 24 mil alunos de Rabi Akiva, epidemia esta causada, segundo os rabinos, pelo pecado destes alunos não se respeitarem mutuamente, também durante as cruzadas, e no período do Ômer, ocorreram numerosas matanças de judeus, principalmente na Alemanha. E no período moderno, apesar de na Segunda Grande Guerra ocorrerem mortes durante todo os anos, alguns destes fatos mais trágicos ocorreram no período do “Ômer”, como exemplo, a última grande deportação de judeus da Hungria para câmaras de gás.

Durante o período de contagem do Ômer, considerado como de semi-luto, não se deve participar de eventos alegres. Não se realizam casamentos, e eventos que envolvam dança e música devem ser evitados neste período.

A contagem do Ômer, recitado após a berachá correspondente, só é realizado após o pôr-do-sol, isto é, no serviço de Maariv, normalmente antes do “Aleinu”, exceto nas noites de Sábados ou no fim de um dia festivo, quando é recitado antes da Havdalá.

O Ômer é contado por 49 noites consecutivas, começando na segunda noite de Pessach, e terminando na noite de véspera de Shavuot.

No período do 1º. ao 32º dias de Ômer, período em que faleceram 24 mil discípulos de Rabi Akiva, não se realizam cerimônias de casamento nem de Bat/Batmitzvá. No 33º. dia de Ômer, chamado de Lag-baomer, é um dia festivo e não se diz Tahanum.

### Lag-ba-ômer

Um dia de exceção neste período é o 33º. dia da contagem do Ômer., que corresponde ao 18º. dia de Iyar (este ano **05/05/2026 (terça-feira)**, chamado de Lag-ba-Ômer., é o dia do “Yorthzait” (aniversário de falecimento) de Rabi Shimon bar Iochai.

A origem da celebração neste dia, é atribuída ao grande cabalista Rabi Isaac Luria. Ele verificou que não apenas cessou a epidemia que dizimou os alunos de Rabi Akiva, mas também, o fato de que os alunos de Rabi Akiva sobreviventes, conseguiram preservar a Torah.

E o estudante mais famoso aos olhos dos cabalistas era Rabi bar Iochai

De acordo com a tradição, bar Iochai morreu em 18 de Iyar. E era um velho costume celebrar o yorthzait de grandes personalidades como um dia festivo. Rabi Luria aplicou este conceito ao yorthzait de Rabi Shimon bar Iochai, fazendo, assim, o dia de Lag ba-Ômer mais significativo.

Apesar de algumas comunidades manterem o período de semi-luto durante quase todo o período de contagem do Ômer, grande parte das comunidades judaicas mundiais observa este semi-luto até o dia de Lag-ba-Ômer.

### Iom Haatzmaut , Iom Hashoá e Iom Hazikaron

Neste período de contagem do ômer, temos ainda datas marcantes ocorridas na era moderna, que são:

**a) Iom Hashoá**, celebrado normalmente em **27 de Nissan**, onde é lembrado martírio de 6 milhões de judeus durante o Holocausto. Mas esta data pode ser alterada em um dia caso ela ocorra adjacente ao Shabat. Neste ano será na, **quarta-feira, dia 14/04/2026**.

**b) Iom Hazikaron**, celebrado um dia antes da Independência de Israel, normalmente no dia 04 de Yiar, como uma homenagem àqueles que morreram na guerra pela Independência. Este dia pode ser antecipado ou postergado se a observância deste evento conflitar com a data do Shabat. Este ano, Iom Hazikaron será dia **21/04/2026**.

c) **Iom Haatzmaut**, celebrado normalmente em 05 de Yiar, onde comemoramos o estabelecimento do Estado de Israel. **Este dia pode ser antecipado ou postergado se a observância deste evento conflitar com a data do Shabat. Este ano, Iom Haatzmaut será no dia 22/04/2026.** Existe um sentimento de que a data de Iom Haatzmaut, ao longo do tempo, venha a se tornar uma festa marcante, da mesma forma que hoje são comemorados Chanuká e Purim.

### **Pessach Sheni**

Na época do Templo, aqueles que não conseguiam trazer a oferta do cordeiro pascal no tempo requerido, quer porque estivesse viajando ou estivesse muito longe de Jerusalém e não conseguiria chegar a tempo, poderia fazê-lo um mês depois, no dia 14 de Iyar . Este dia é chamado de Pessach Sheni, e que neste ano, ocorre em **01/05/2026**. Neste dia não se diz Tahanun, e em algumas comunidades, se come pedaços de matzá durante o dia.

### **Shloshet Yemei Chagbalah**

Os três dias antes de Shavuot são chamados de Shloshet Yemei Chagbalah, em referência ao versículo 11, Cap. 19 da parashá Yitro, do livro Êxodos, onde Hashem, referindo-se aos três dias de preparo para todo o povo antes que a Torá seja recebida no Monte Sinai, ordena que “todo o povo esteja pronto para o terceiro dia, porque no terceiro dia, descerá o Eterno aos olhos de todo o povo sobre o Monte Sinai”.

Não se diz Tahanum desde o primeiro até o décimo segundo dia de Sivan, correspondendo, neste ano, ao período de **17/05/2026 a 28/05/2026**.

O primeiro dia, porque é Rosh Chodesh. O segundo, chamado de Iom Hameiucham, porque conforme está no Vers. 6 do Cap. 19 de Yitro, Hashem diz para o povo de Israel: “sereis para mim um reino de sacerdotes e uma nação sagrada. E neste mesmo dia receberam a ordem de se prepararem para o recebimento da Torá”.

Os três dias seguintes , porque são os dias chamados de **Shloshet Yemei Chagbalah**, vistos acima.

O sexto e sétimo dias, porque é Shavuot. E o oitavo dia porque é Isru Chag, isto é, um dia após a data festiva, **sendo que muitas comunidades, como na CJB, não recitam Tahanun até o décimo segundo dia do mês de Sivan, este ano dia 28/05/2026**.

### **Shavuot**

Shavuot é comemorado nos dias 6 e 7 de Sivan. Este ano, começa na noite de **21 de Maio, quinta-feira, e finda no dia 23/05, sábado**.

Shavuot, além da conotação religiosa marcada pelo recebimento dos Dez Mandamentos no Monte Sinai, possui também uma referencia agrícola, que é o final da contagem do Ômer.

Existe um antigo costume de se ficar acordado a primeira noite inteira de Shavuot, estudando a Torá, celebrando, assim, o “aniversário” desta dádiva.

Em muitas comunidades, o Livro de Ruth é lido no segundo dia de Shavuot. Um dos motivos desta leitura é que a vinda de Ruth à Israel ocorreu na época de Shavuot, e a sua aceitação da fé judaica foi como o recebimento da Torá pelo povo de Israel. A aceitação da Torá impõe sofrimento e sacrifício para os judeus como o foi para Ruth.

### **Refeições Lácteas**

É costume se fazer refeições à base de leite no primeiro dia de Shavuot. Um dos principais motivos desta tradição vem do verso contido no Cap. 4 Vers. 11 de Shir ha-Shirim (Cântico dos Cânticos): “ mel e leite estarão sob sua língua”, fazendo referência à Torá, mostrando que as palavras da Torá são um prazer e aceitáveis aos nossos ouvidos e corações, como o leite e mel o são para nossos paladares.

### **Ritual de Shavuot na CJB**

1) **Shavuot** este ano começa em **21/05/2026 (quinta-feira à noite)** e termina em **23/05/26 (terça-feira)**.

2) O **sidur** utilizado para os 2 dias, considerados como **CHAG**, é o de **Shabat**.

As **Amidot** referentes ao **Shacharit** e **Mussaf dos 2 dias** são as de Shalosh Regalim que se encontram, também, no livro de Shabat.

3) O **Halel** é recitado nos 2 dias na **versão completa**.

- 4) Antes da saída dos **2 Sefarim**, e **desde que não seja Shabat**, devem ser recitados os 13 atributos (Adonai! Adonai! El Rachum vechanun etc.) .
- 5) Nos 2 dias, caso não seja Shabat, são chamados **5 Olim** para o primeiro Sefer Torá, e um **sexto Oleh (Maftir)** para o segundo Sefer Torá. Se for Shabat, 8 Olim, como de costume.
- 6) No primeiro dia de Shavuot, após o Cohen ter sido chamado para a aliá Torah, mas antes que ele recite a berachá, é lido o piut (poema litúrgico) chamado Akdamus, composto por Rabbi Meir ben Yitzhak, no século 11, na Alemanha. Este piut foi composto como uma introdução aos dez Mandamentos, que é lido na 4ª. Aliá Torah do primeiro dia de Shavuot.

#### 7) **Leitura da Torá 1º. dia**

A leitura da **primeira Torá do 1º. dia** começa em Êxodus Cap. 19 Vers. 1 e termina no Capítulo 20 Vers. 25. A leitura da **segunda Torá (Maftir)** começa em Números Cap. 28 Vers. 26 e termina no Vers. 31.

A Haftará é Ezekiel 1 , encontra-se na página 623 da Lei de Moisés Edição Nova.

As leituras de Torá e Haftará, encontram-se, também, nas pág. 996 a 969 do Artsroll.

#### **Leitura da Torá 2º. Dia**

A leitura da **primeira Torá do 2º. dia**, que é a mesma do oitavo dia de Pessach e de Shemini Atzeret, **quando cai em Shabat**, começa em Deuteronômio Cap. 14 Vers. 22 e termina no Capítulo 16 Vers. 17. **Quando o 2º. dia cai num dia de semana**, o início da leitura começa no Cap. 15 Vers. 19 e termina, igualmente, no Capítulo 16 Vers. 17.

A leitura da **segunda Torá (Maftir), que é a mesma do primeiro dia de Shavuot**, começa em Números Cap. 28 Vers. 26 e termina no Vers. 31.

A Haftará é Habacuque , encontra-se na página 624 da Lei de Moisés Edição Nova.

As leituras de Torá encontra-se, também, no Artsroll, nas pág. 964 a 966 , e a leitura do Maftir (mesma do primeiro dia de Shavuot) na pág. 968 do Artsroll.

#### 8) **No 2º. Dia, após leitura da Torá, recita-se o YIZKOR**

#### 9) Devem ser distribuídos:

- Os livros de Shabat