

Endast för begränsad användning. Får ej distribueras, publiceras eller säljas!

סידור

# Zoom KabShab

Stora Synagogan



## Siddur

Sammanställd och bearbetad av  
Rabbin Ute Steyer



Judiska Församlingen  
i Stockholm

Endast för begränsad användning. Får ej distribueras, publiceras eller säljas!

Svensk text

Den svenska översättningen av bönerna är tagen från Kol Rina och Malmö Siddur, översättningen till bibelverserna är tagen från Bibel 2000.

Endast för begränsad användning. Får ej distribueras, publiceras eller säljas!

## Uttal av translittererad hebreisk text

**ch** – Uttalet ”ch” är som i tyska ”Dach”, aldrig som svenska ”tj” som i ”tjänare”. Ingen skillnad gjordes i translitterationen mellan **ח** och **כ** och de flesta israeler skiljer inte heller på uttalet.

**g** – uttalas gutturalt, som ”gata”, inte som ”gök”

**f** - som ”förlåt”

**j** – är alltid som svenska ”juni”, aldrig som engelska ”Jewish”

**o** - som i svenska ”borg” eller ”ålder”

**u** - alltid som i ”osanning”, aldrig som ”utan”

**sh** - som i engelska ”show”. T ex ”shabbat”

**s**– som vanligt svenskt ”s” som ”sommar”

**ts**– ljudet finns inte på svenska men uttalas som ”tzunami”

**v** - som ”vanligt”

**z** – tonande s, som engelska ”zealous”

**'** – betyder att vokalerna eller konsonanterna uttalas var för sig, som i ”oaktsam” eller ”högtid”.

**°** - upphöjd **°** antyder att e ska uttalas mycket kort, som i ”beskydd” och inte som ”bearbeta”

**ך** Indikerar att det är här brukligt att buga sig

**☆** Indikerar där förbedjaren ofta fortsätta högt. Dessa stycken är alltid translittererad.

\* variationer i texten (som t ex tillägg eller ändringar under de tio botdagarna mellan Rosh hashana och Jom kipur.

(...) indikerar andra textvarianter (som t ex tillägg av stammödrarna)

**יְדִיד נֶפֶשׁ** : נִפְשֵׁי חוֹלַת אֶהְבֶּתְךָ :

יְדִיד נֶפֶשׁ, אָב הֶרְתַּמְזוּ, מְשׁוֹף עֲבָדְךָ אֶל רְצוֹנְךָ  
רְוִיץ עֲבָדְךָ כְּמוֹ אֵיל, יִשְׁתַּחֲוֶה מוֹל הַדְּרָךְ  
כִּי יַעֲרַב לוֹ יְדִידוֹתְךָ, מִזְפֹּת צוּר וְכָל טֵעַם

”min själ är sjuk av kärlek till dig” - Vår sårbarhet ges uttryck för och vår längtan efter att bli älskad så intensivt att det nästan gör ont i vår själ. Sedan byts fokus till den andres själ. Jedid Nefesh med sitt rika bildspråk fylld med ljus, strålglans, passionerad kärlek skapar ett liturgiskt landskap som talar djupt till vår längtan efter helhet.

הַדּוֹר, נְאֻה, זִיו הָעוֹלָם, נִפְשֵׁי חוֹלַת אֶהְבֶּתְךָ  
אֲנֵא אֶל נָא, רַפָּא נָא לָהּ, בְּהִרְאוֹת לָהּ נַעַם זִינוּךָ  
אִז תִּתְחַזַּק וְתִתְרַפֵּא, וְהִיִּתָּה לָךְ שְׂפַחַת עוֹלָם

אֲנֵא אֶל נָא, רַפָּא נָא לָהּ  
*Jag ber dig, allsmäktige, att hela henne.* Denna ofta citerade rad kommer från Toran (4 Mos 12:13) där Moshe ber för Miriam. Och i det

נִתְיָק, יְהִמוּ רַחֲמֶיךָ, וְחוּס נָא עַל בֶּן אוֹהֶבְךָ  
כִּי זֶה כְּמָה נִכְסֶף נִכְסֶף, לְרֵאוֹת בְּתַפְאֲרַת עֲזוֹךָ  
אֲנֵא אֶלִי, מִחֶמֶד לְבִי, חוֹשָׁה נָא, וְאֵל תִּתְעַלֵּם

הַגְּלִיָּה נָא וּפְרֹשׁ, חֲבִיב, עָלֶי אֶת סִכַּת שְׁלוֹמוֹךָ  
תֵּאִיר אֶרֶץ מִכְבוֹדְךָ, נְגִילָה וְנִשְׁמָחָה בְּךָ  
מִהָר אֶהוֹב, כִּי בָא מוֹעֵד, וְחִנַּנִּי כִּימֵי עוֹלָם.

sammanhanget får vi nya frågor: Vem är det som vi ber om helande för i J<sup>c</sup> did Nefesh? Är det för vår egen själ eller för den andras själ?

וְאֵל תִּתְעַלֵּם - *Dölj dig ej!* Ett kall till Gud att uppenbara sig nu när folket är i exil.

*Själels älskade*, J<sup>c</sup> did Nefesh, skrevs av Eleazar ben Moshe Azikri (1553-1600) från Safed i norra Israel i mitten av 1500-talet. Den har blivit en av de mest omtyckte sånger att välkomna shabbat och sjungs även på shabbat eftermiddag, under s<sup>c</sup>udat shlishi, den tredje måltiden innan havdala. Orden är en kärlekssång till Gud och är uppbyggd som en akrostik, dvs. varje vers börjar med ett att de fyra bokstäverna i Guds namn: ה, ו, ה, י. Versionen här är baserat på Azikris eget manuskript som finns på biblioteket på The Jewish Theological Seminary i New York. I många siddurim används maskulin form, men han valde den feminina formen eftersom sången riktas till *Shechina* som kabbalisterna förstod som Guds feminina manifestation.

## J<sup>°</sup>did Nefesh

Själens älskade, nåderike Fader,  
närma din tjänare till din vilja.  
Din tjänare löper likt en hjort, och  
böjer sig inför din härlighet. Din  
kärlek ska bli sötare än en drop-  
pande honungskaka och alla ljuva  
smaker.

Du praktfulle, sköne, du världsall-  
tets strålgans, min själ är sjuk av  
kärlek till dig. Jag ber dig,  
allsmäktige, att hela henne och  
visa din strålgans behag, så hon  
bli stärkt och helad, din tjänarinna  
i evighet.

Urtida Gud, låt din nåd bli väckt  
och förbarma dig över ditt älskade  
barn; det är länge nu som jag  
längtat att få skåda glansen i din  
kraft. Detta har mitt hjärta åtrått:  
förbarma dig och dölj dig ej!

Uppenbara dig, jag ber, bred över  
mig, min älskade, din frids hydda.  
Låt jorden lysas upp av din ära, vi  
vill fröjdas och glädja oss i dig.  
Skynda att älska, ty tiden är inne  
och var nådig mot oss såsom förr.

J<sup>°</sup>did nefesh, av harachaman,  
m<sup>°</sup>shoch avdach el r<sup>°</sup>tsonach.  
Jaruts avdach k<sup>°</sup>mo ajal,  
jishtachave mul hadarach.  
Je' rav lo j<sup>°</sup>didutach, minofet  
tsuf v<sup>°</sup>chol ta'am.

Hadur nae ziv haolam,  
nafshi cholat ahavatach.  
Ana el na r<sup>°</sup>fa na la,  
b<sup>°</sup>harot la noam zivach,  
Az titchazek v<sup>°</sup>titrape,  
v<sup>°</sup>hajta la shifchat olam.

Vatik jeh<sup>°</sup>mu rachamecha  
v<sup>°</sup>chus na al ben ohavach.  
Ki ze kama nichsof nichsaf,  
lirot b<sup>°</sup>tiferet uzach.  
Ana eli, machmad libi,  
chusha na v<sup>°</sup>al titalam.

Higale na ufros chaviv alai,  
et sukkat sh<sup>°</sup>lomech  
Ta'ir erets mik<sup>°</sup>vodach,  
nagila v<sup>°</sup>nism<sup>°</sup>cha bach.  
Maher ahuv, ki va moed,  
v<sup>°</sup>choneni kimej olam.

## לְכוּ נְרַנְנָה

לְכוּ נְרַנְנָה לִיְיָ נְרִיעָה לְצוּר יִשְׁעֵנוּ:

נִקְדָּמָה פָּנֵינוּ בְּתוֹדָה בְּזִמְרוֹת נְרִיעַ לֹ:

כִּי אֵל גָּדוֹל יְיָ וּמִלָּה גָדוֹל עַל כָּל אֱלֹהִים:

אֲשֶׁר בָּיְדוֹ מְחַקְרֵי אֶרֶץ וְתוֹעֲפוֹת הָרִים לֹ:

אֲשֶׁר לֹ הֵימָּה וְהוּא עָשָׂהוּ וַיִּבְּשֵׁת יָדָיו יַצְרוּ:

בָּאוּ נִשְׁתַּחֲוֶה וְנִכְרַעַה וְנִבְרַכָּה לְפָנֵי יְיָ עֲשֵׂנוּ:

כִּי הוּא אֱלֹהֵינוּ וְאֵנְחָנוּ עִם מְרַעֲיָתוֹ וְצֹאן יָדוֹ

הַיּוֹם אִם בְּקִלּוֹ תִשְׁמָעוּ:

אֵל תִּקְשׁוּ לְבַבְכֶם כְּמַרְיָבָה פְּיוֹם מִסָּה בַּמִּדְבָּר:

אֲשֶׁר נְסוּגֵי אֲבוֹתֵיכֶם בְּחַנוּנֵי גַם רָאוּ כְּעָלֵי:

אַרְבָּעִים שָׁנָה אָקוּט בְּדוֹר וְאָמַר עִם תַּעֲיֵי לְבָב

הֵם וְהֵם לֹא יִדְעוּ דְרָכָי:

אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי בְּאָפִי אִם יִבְאוּן אֵל מְנוּחָתִי:

תהילים צה

L'chu n'ran'na (Psalm 95) är en valfärdssång.

L'chu! - Kom—Ledarens entusiastiska kall till alla närvarande att delta i valfärden, är följd av en varning att komma ihåg hur det gick för israeliterna under ökenvandringen och där de stängde sina ögon och hjärtan och bara kunde se svårigheterna .

I psalmen här uppmanas vi däremot att gå fram med öppet sinne och glädje för att möte Gud som skapade allt.

נְרִיעָה - trumpet. Roten till ordet är samma som i

teru'a, ordet som beskriver shofarljudet. Våra röster som höjs i lovprisning blir till trumpeter, som välkomnar Gud. לְצוּר יִשְׁעֵנוּ vår räddningens klippa. I många ställen i toran kallas Gud "tsur" - klippa.

Talmud (b. Shabbat 119a) beskriver att dom lärda brukade byta till sina finaste kläder strax innan shabbat började och säga till varandra "Låt oss gå och hälsa shabbat-drottningen välkommen". Över tusen år senare i staden S'fad i norra Israel så brukade sedan kabbalisterna faktiskt gå ut i naturen för att 'välkomna shabbat', vilket är betydelsen av orden קבלת שבת, kabbalat shabbat.

Kabbalat shabbat börjar med sex psalmer (95-99 och 29) som beskriver Gud som mästare över hela världen och universum. Tillsammans består dem av 65 verser som motsvarar det numeriska värdet i Adonaj: אדני

De sex psalmer motsvarar också de sex veckodagar och som leder oss fram till L'cha Dodi sången vars ord betyder "kom min vän låt oss hälsa shabbat välkommen."

## L<sup>°</sup>chu n<sup>°</sup>ran<sup>°</sup>na

Kom, låt oss jubla till Herrens ära och hylla vår klippa, vår räddning! Låt oss träda fram inför honom och tacka, hylla honom med sång och spel! Ty en stor Gud är Herren, en stor konung över alla gudar. I hans hand är jordens djup, och bergens toppar är hans. Hans är havet, som han har gjort, och fasta landet, som hans händer format. Kom, låt oss falla ner och tillbe, knäböja inför Herren, vår skapare, ty han är vår Gud och vi hans folk, fåren i hans hjord. Om ni ändå ville lyssna till honom i dag! Förhärda er inte som vid Meriva, som den gången vid Massa i öknen, där era fäder satte mig på prov, prövade mig fast de sett vad jag gjort.

✧ I fyrtio år var jag led på det släktet och sade: Detta folk far vilse, de känner inte mina vägar. Och jag svor i min vrede: Aldrig skall de nå fram till min viloplats.

Psalms 95

L<sup>°</sup>chu n<sup>°</sup>ran<sup>°</sup>na la'adonaj, naria l<sup>°</sup>tsur jishenu. N<sup>°</sup>kadma fanav b<sup>°</sup>toda, bizmirot naria lo.

Ki el gadol adonaj umelech gadol al kol elohim.

Asher b<sup>°</sup>jado mech<sup>°</sup>krej arets v<sup>°</sup>toafot harim lo.

Asher lo hajam v<sup>°</sup>hu asaju v<sup>°</sup>jabeshet jadav jatsaru. Bo'u nishtachave v<sup>°</sup>nichra'a nivr<sup>°</sup>chalifnej adonaj osenu. Ki hu elohenu va'anachnu am marito v<sup>°</sup>tson jado hajom im b<sup>°</sup>kolo tishma'u.

Al takshu l<sup>°</sup>vavchem kimriva k<sup>°</sup>jom masa bamidbar. Asher nisuni avotejchem b<sup>°</sup>chanuni gam ra'u fa'ali.

✧ Arba'im shana akut b<sup>°</sup>dor va'omar am to'ej levav hem, v<sup>°</sup>hem lo jadu d<sup>°</sup>rachaj.

Asher nishbati v<sup>°</sup>api im j<sup>°</sup>vo'un el m<sup>°</sup>nuchati.

שִׁירוֹ לַיְי, שִׁיר חֲדָשׁ; שִׁירוֹ לַיְי, כָּל-הָאָרֶץ. "Sjung till Herrens ära, sjung en ny sång..." Rashi, vår store texttolkare, förklarar att denna sång kommer att sjungas dagen då Israel förlossas, precis som den sista versen beskriver.

שִׁירוֹ לַיְי, בָּרְכוּ שְׁמוֹ; בְּשָׂרוּ מֵיּוֹם-לְיוֹם, יְשׁוּעָתוֹ. Samson Raphael Hirsch (1808-1888), den moderna ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

סִפְּרוּ בְּגוֹיִם כְּבוֹדוֹ; בְּכָל-הָעַמִּים, נִפְּלְאוֹתָיו. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

כִּי גָדוֹל יְהוָה וּמְהֻלָּל מְאֹד; נוֹרָא הוּא, עַל-כָּל-אֱלֹהִים. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

כִּי, כָּל-אֱלֹהֵי הָעַמִּים אֲלִילִים; וַיְי, שְׁמַיִם עָשָׂה. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

הוֹד-וְהִדָּר לְפָנָיו; עֵז וְתַפְאֶרֶת, בְּמִקְדָּשׁוֹ. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

הָבוּ לַיְי, מְשֻׁפְּחוֹת עַמִּים; הָבוּ לַיְי, כְּבוֹד וְעֹז. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

הִשְׁתַּחֲוּוּ לַיְי, בְּהַדְרַת-קִדְשׁ; חִילוֹ מִפְּנֵיו, כָּל-הָאָרֶץ. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

אָמְרוּ בְּגוֹיִם, יְי מְלֶךְ-- אֶף-תִּכּוֹן תִּבְּל, בַּל-תִּמּוֹט; יִדִּין עַמִּים, בְּמִיִּשְׁרִים. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

יִשְׁמְחוּ הַשָּׁמַיִם, וְתִגַּל הָאָרֶץ; יִרְעֵם הַיָּם, וּמְלֵאוּ. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

יַעֲלֹז שִׁדְי, וְכָל-אֲשֶׁר-בּוֹ; אֵז יִרְנְנוּ, כָּל-עַצְי-יַעַר. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

לְפָנָי יְי, כִּי בָא-- כִּי בָא, לְשֹׁפֵט הָאָרֶץ; יִשְׁפֹּט-תִּבְּל בְּצִדְק, וְעַמִּים, בְּאִמּוֹנָתוֹ. den moder- na ortodoxins grundare, skrev att sången är speciell då den beskriver en tid då alla folk erkänner Gud. Han skrev att "...ropa ut hans seger dag efter dag"

תְּהִלִּים צו

Gud inte endast för de stora miraklerna men även för små, vardagliga, händelser som vi ofta inte lägger märke till eller tar för givna.

**בְּאִמּוֹנָתוֹ** Den bibelska betydelsen av *emuna* var trofasthet, men senare judiska generationer tolkade ordet som 'sanning'. Det är därför vi svarar på en *b'racha*, en välsignelse, med *amen*—som härleds från samma rotbokstäver. Psalmskrivaren refererade så klart till Templet men när psalm 96 så småningom inkluderades i kabbalat shabbat liturgin så tolkades kabbalat shabbat som välkomst till Guds närvaro på samma sätt som man en gång gjorde i Templet i Jerusalem. Synagogan kallas ibland "mikdash me 'at" - "det lilla templet" där vi inleder shabbat som helig tid.

Vi tror inte endast på en Gud, skaparen av himmel och jord, men också på ett oskiljaktigt band mellan kosmos och etos, världen-som-den-är och världen-som-den-borde-vara. Gud skapade inte bara världen men såg också "...att det var god." Naturen styrs av naturlagarna, människorna styrs av moraliska lagar. Därför sjunger hela skapelsen: "... - לְשֹׁפֵט הָאָרֶץ פֹּט-תִּבְּל בְּצִדְק - " Lord Rabbi Jonathan Sacks.



Sjung till Herrens ära, sjung en ny sång, sjung till Herrens ära, hela världen! Sjung till Herrens ära, prisa hans namn, ropa ut hans seger dag efter dag! Förkunna hans ära bland folken, bland alla människor hans under! Stor är Herren, högt är han prisad, värd att frukta mer än alla gudar. Folkens alla gudar är avgudar, men Herren har gjort himlen. Han omges av prakt och glans, av makt och härlighet i sitt tempel. Ära Herren, alla folkslag, ära Herrens majestät, ära Herrens höga namn! Kom till hans förgårdar, kom med offer, fall ner inför Herren i helig skrud! Darra inför honom, hela jorden! Förkunna bland folken: Herren är konung! Världen står fast, den kan inte rubbas. Han dömer folken med oväld. Må himlen fröjdas och jorden jubla, havet brusa och allt det rymmer, marken och allt den bär må glädja sig. Då ska alla träd i skogen jubla inför Herren – se, han kommer, se, han kommer för att råda över jorden, råda rättvist över världen, råda trofast över folken.

*Psalm 96*

Shiru ladonai shir chadash;  
shiru ladonai kol ha'arets. Shi-  
ru ladonai barchu sh<sup>e</sup>mo;  
basru mijom l<sup>e</sup>jom j<sup>e</sup>shu'ato.  
Sapru bagojim k<sup>e</sup>vodo; b<sup>e</sup>chol  
ha'amim niflotav.  
Ki gadol adonai umhulal  
m<sup>e</sup>od; nora hu al kol elohim.  
Ki kol elohei ha'amim elilim;  
vadonai shamajim asa.  
Hod v<sup>e</sup>hadar l<sup>e</sup>fanav; oz  
v<sup>e</sup>tiferet b<sup>e</sup>mikdasho. Havu  
ladonai mishp<sup>e</sup>chot amim;  
havu ladonai kavod va'oz.  
Havu ladonai k<sup>e</sup>vod sh<sup>e</sup>mo; s<sup>e</sup>u  
mincha uvo'u l<sup>e</sup>fanav.  
Hishtachavu ladonai b<sup>e</sup>hadrat  
kodesh; chilu mipanav kol  
ha'arets. Imru vagojim adonai  
malach; af tikkon tevel bal ti-  
mot; jadin amim b<sup>e</sup>mesharim.  
Jism<sup>e</sup>chu hashamajim v<sup>e</sup>tagel  
ha'arets; jir'am hajam umlo'o.  
Ja'aloz sadaj v<sup>e</sup>chol asher bo;  
az j<sup>e</sup>ran<sup>e</sup>nu kol atsei ja'ar.  
Lifnei adonai ki va; ki va  
lishpot ha'arets. Jishpot tevel  
b<sup>e</sup>tsedek; v<sup>e</sup>amim be'emunato.

יְיָ מֶלֶךְ, תִּגְלַל הָאָרֶץ; יִשְׁמְחוּ, אֵימִים  
רַבִּים. עֲנֵן וְעֶרְפֶּל סָבִיבֵיו; צֶדֶק וּמִשְׁפָּט,  
מְכוֹן כְּסָאוֹ. אֵשׁ, לְפָנָיו תִּלְדָּה; וּתְלַהֵט  
סָבִיב צָרָיו. הָאִירוּ בְּרַקְיוֹ תִּבְלָה; רָאֲתָה  
וּתְחַל הָאָרֶץ. הָרִים--כְּדוֹנָג, נִמְסוּ מִלְּפָנָי  
יְיָ: מִלְּפָנָי, אָדוֹן כָּל-הָאָרֶץ. הִגִּידוּ  
הַשָּׁמַיִם צֶדֶקוֹ; וְרָאוּ כָל-הָעַמִּים כְּבוֹדוֹ.  
יִבְשׁוּ, כָּל-עֲבָדֵי פֶסֶל הַמִּתְהַלְלִים  
בְּאֵלִילִים; הַשְׁתַּחֲוּ-לוֹ כָּל-אֱלֹהִים.  
☆ שְׁמַעְהָ וּתְשַׁמְחָ, צִיּוֹן, וּתְגַלְגְּנָה, בְּנוֹת  
יְהוּדָה לְמַעַן מִשְׁפָּטֵי יְיָ. כִּי-אֲתָה יְיָ,  
עֲלִיּוֹן עַל-כָּל-הָאָרֶץ; מְאֹד נִעְלִיתָ עַל-כָּל  
-אֱלֹהִים. אֲהַבֵּי יְיָ, שְׁנְאוּ-רָע: שֹׁמֵר,  
נַפְשׁוֹת חֹסֵדָיו מִיַּד רְשָׁעִים, יִצְיֵלֵם.  
אֹר, זֶרַע לְצַדִּיק; וּלְיִשְׂרָאֵל-לֵב שְׂמֻחָה.  
יִשְׁמְחוּ צַדִּיקִים, בְּיְיָ; וְהוֹדוּ, לְזִכָּר קִדְשׁוֹ.

תהלים צו

Psalm 97 är den första av två psalmer som beskriver Guds suveränitet. Hos kabbalisterna i Sefad så var kabbalat shabbat ögonblicket där Gud blir krönt, skapelsen är avslutad och nu är Gud härskaren över skapelsen.

Varför välsignade Gud Shabbat? Rabbi Berekiah säger: "Eftersom den har ingen partner. Första dagen i veckan har den andre dagen, tredje dagen har den fjärde, femte dagen har den sjätte, men Shabbat har ingen partner. Rabbi Shimon bar Yochai sa: Shabbat kom framför *Den Helige, Välsignade vare Han*, och sa: "Alla andra har en partner förutom jag! Gud svarade: "Folket Israel kommer att vara din partner." Och han la till: "Och när de stod framför Sinai berget, sa Gud till Israel: "Kom ihåg att hålla shabbatdagen helig." Midrash, B<sup>c</sup>reshit Rabba 11:8

Herren är konung! Må jorden jubla, de fjärran kusterna glädja sig. Moln och töcken omger honom, på rätt och rättfärdighet vilar hans tron. Eld går framför honom och förbränner alla hans fiender. Hans blixtar lyser upp hela världen, jorden ser dem och skälver. Bergen smälter som vax inför Herren, inför hela jordens härskare. Himlen förkunnar hans rättfärdighet, hans härlighet skådas av alla folk. Avgudadyrkarna står med skam, de som skryter med sina maktlösa gudar. Alla gudar faller ner inför honom.

☆ Sion hör och gläder sig, Juda städer jublar över dina domslut, Herre. Ty du, Herre, är den Högste, upphöjd över jorden, högt över alla gudar. Herren älskar dem som hatar det onda, han bevarar sina trognas liv och räddar dem ur de gudlösas våld. Ljus bryter fram för de rättfärdiga och glädje för de redbara. Ni rättfärdiga, gläd er över Herren och prisa hans heliga namn. *Psalm 97*

Adonaj malach, tagel ha'arets. Jism<sup>c</sup>chu, ijim rabim. Anan va'arafel s<sup>c</sup>vivav, tsedek umishpat, m<sup>c</sup>chon kiso. Esh, l<sup>c</sup>fanav telech, utlahet saviv tsarav. He'iru v<sup>c</sup>rakav tevel, ra'ata vatachel ha'arets. Harim-kadonag, namasu milifnej Adonaj. Milifnej, adon kol-ha'arets. Higidu hashamajim tsidko, v<sup>c</sup>ra'u kol-ha'amim k<sup>c</sup>vodo. Jevoshu, kol-ovdej fesel hamithal<sup>c</sup>lim ba'elilim, hishtavu-lo kol-elohim.

☆ Shama vatismach, tsijon, vatagelna b<sup>c</sup>not j<sup>c</sup>huda l<sup>c</sup>ma'an mishpati Adonaj. Ki ata Adonaj, eljon al kol ha'arets; m<sup>c</sup>od na'alejta al kol elohim. Ohavej Adonaj, sinu ra: shomer, nafshot chasidav mijad r<sup>c</sup>shaim jatsilem. Or zarua latsadik, ul'jishrej-lev simcha. Jism<sup>c</sup>chu tsadikim baAdonaj, v<sup>c</sup>hodu, l<sup>c</sup>zecher kodsho.

מִזְמוֹר, שִׁירוּ לַיְיָ שִׁיר חֲדָשׁ-- כִּי-נִפְלְאוֹת  
עָשָׂה; הוֹשִׁיעָה-לוֹ יְמִינוּ וּזְרוּעַ קִדְשׁוֹ.  
הוֹדִיעַ יְיָ, יְשׁוּעָתוֹ; לְעֵינֵי הַגּוֹיִם,  
גְּלָה צְדָקָתוֹ. זָכַר חֲסֵדוֹ, וְאַמוּנָתוֹ-- לְבַיִת  
יִשְׂרָאֵל: רְאוּ כָל-אַפְסֵי-אֲרֶץ- אֶת, יְשׁוּעַת  
אֱלֹהֵינוּ. הָרִיעוּ לַיְיָ, כָּל-הָאָרֶץ; פָּצְחוּ וּרְנְנוּ  
וְזָמְרוּ. זָמְרוּ לַיהוָה בְּכַנּוֹר; בְּכַנּוֹר,  
וְקוֹל זָמְרָה. בְּחֲצֻצְרוֹת, וְקוֹל שׁוֹפָר-- הָרִיעוּ,  
לִפְנֵי הַמֶּלֶךְ יְיָ. יִרְעַם הַיָּם, וּמְלֵאוֹ; תִּבְלֵ,  
וַיִּשְׁבִּי בָהּ. נְהַרֹת יִמְחָאוּ-כָף; יַחַד, הָרִים  
יִרְנְנוּ. לִפְנֵי יְיָ-- כִּי בָא, לְשֹׁפֵט הָאָרֶץ: יִשְׁפֹּט-  
תִּבְלֵ בְּצַדֵּק וְעַמִּים, בְּמִישְׁרִים. תהלים צח

En psalm. Sjung till Herrens ära, sjung en ny sång, ty han har gjort underbara ting. Han vann seger med sin starka hand, med sin heliga arm.

Herren har visat att han räddar, folken fick skåda hans seger. Med godhet och trofasthet har han tänkt på Israels folk. Hela jorden har sett att vår Gud räddar. Hylla Herren, hela världen, brist ut i jubel och sång! Sjung till lyra för Herren, låt lyrans strängar klinga! Blås i trumpeter och horn, hylla konungen, Herren! Havet skall brusa och allt det rymmer, världen och alla som bor i den. Floderna skall klappa händer, bergen skall jubla tillsammans inför Herren: se, han kommer för att råda över jorden, råda rättvist över världen, råda med oväld över folken.

*Psalm 98*

**Mizmor, shiru** ladonaj shir chadash, ki niflaot asa, hoshia lo j<sup>o</sup>mino uzroa kodsho. Hodija Adonaj j<sup>o</sup>shuato, l<sup>o</sup>enej hagojim gila tsidkato. Zachar chasdo v<sup>o</sup>emunato l<sup>o</sup>vejt Jisrael, ra'u chol-afsej arets et j<sup>o</sup>shuat elohenu. Hariu Ladonai kol--haarets, Pits'chu v<sup>o</sup>ran<sup>o</sup>nu v<sup>o</sup>zameru. Zamru ladonaj b<sup>o</sup>chinor, b<sup>o</sup>chinor v<sup>o</sup>kol zimra. Bachatsotsrot v<sup>o</sup>kol shofar hariu lifnej hamelech Adonaj. Jiram hajam umlo'o, tevel v<sup>o</sup>joshvej va. N<sup>o</sup>harot jimcha'u chaf, jachad harim j<sup>o</sup>ran<sup>o</sup>nu. Lifnei Adonaj ki va lishpot ha'arets, jishpot tevel b<sup>o</sup>tsedek, v<sup>o</sup>amim b<sup>o</sup>mesharim.

**יְיָ מֶלֶךְ, יְרַגְזוּ עַמִּים;** יֵשֶׁב כְּרוּבִים,  
תְּנוּט הָאָרֶץ. יְיָ, בְּצִיּוֹן גָּדוֹל; וְרֵם הוּא,  
עַל-כָּל-הָעַמִּים. יוֹדוּ שְׁמֶךָ, גָּדוֹל וְנוֹרָא;  
קְדוֹשׁ הוּא. וְעַז מֶלֶךְ, מִשְׁפָּט אֱהָב:  
אֲתָה, כּוֹנֵנֶת מִיִּשְׂרָאֵל מִשְׁפָּט וְצַדִּיקָה,  
בְּיַעֲקֹב אֲתָה עֹשֵׂית.

☆ רוממו, יְיָ אֱלֹהֵינוּ, וְהִשְׁתַּחֲוּוּ, לְהַדָּם  
רַגְלָיו: קְדוֹשׁ הוּא. מִשָּׁה וְאַהֲרֹן,  
בְּכֹהֲנָיו, וְשִׁמּוֹאֵל, בְּקִרְאֵי שְׁמוֹ; קִרְאִים  
אֶל-יְיָ וְהוּא יַעֲנֵם. בְּעֲמוּד עָנָן, יְדַבֵּר  
אֲלֵיהֶם; שְׁמְרוּ עֲדֹתָיו, וְחַק נִתֵּן-לָמוֹ. יְיָ  
אֱלֹהֵינוּ, אֲתָה עֹנִיתָם: אֵל נְשָׂא, הָיִיתָ  
לָהֶם וְנִקָּם, עַל-עֲלִילוֹתָם. רוממו, יְיָ  
אֱלֹהֵינוּ, וְהִשְׁתַּחֲוּוּ, לָהֶר קְדָשׁוֹ: כִּי-  
קְדוֹשׁ יְיָ אֱלֹהֵינוּ. תהלים צט

Herren är konung! Folken bävar,  
han tronar på keruberna, jorden  
skälver. Herren är stor i Sion och  
upphöjd över alla folk. De prisar ditt  
namn, det stora och fruktade. Helig  
är han. Mäktig är konungen som  
älskar det rätta: du håller rättvisan  
vid makt, du fäller rättfärdiga domar  
i Jakob.

☆ Ära Herren, vår Gud, fall ner  
inför hans fotapall. Helig är han.  
Mose och Aron var bland hans  
präster, Samuel bland dem som  
åkallade honom. De ropade till  
Herren, och han svarade. Ur  
molnpelaren talade han till dem, och  
de höll hans bud, den lag som han  
gav dem. Herre, vår Gud, du svarade  
dem, du var en Gud som förlät dem  
men också hämnades deras  
gärningar. Ära Herren, vår Gud, fall  
ner inför hans heliga berg. Helig är  
Herren, vår Gud. *Psalm 99*

Adonaj malach, jirg<sup>°</sup>zu amim,  
joshev k<sup>°</sup>ruvim tanut ha'arets.  
Adonaj b<sup>°</sup>tsion gadol, v<sup>°</sup>ram hu,  
al-kol-ha'amim. Jordu shimcha,  
gadol v<sup>°</sup>nora, kadosh hu. V<sup>°</sup>oz  
Melech mishpat ahev, ata  
konanta mejsharim mishpat  
utsdaka b<sup>°</sup>ja'akov ata asita.  
☆ Rom'mu Adonaj elohenu,  
v<sup>°</sup>hishtachavu lahadam raglav,  
kadosh hu. Moshe v<sup>°</sup>aharon  
b<sup>°</sup>chohanav ushmuel b<sup>°</sup>korej  
sh<sup>°</sup>mo, korim el Adonaj v<sup>°</sup>hu  
ja'anem. B<sup>°</sup>amud anan j<sup>°</sup>daber  
alejhem, shamru edotav v<sup>°</sup>chok  
natan lamo. Adonaj elohenu ata  
anitam, el nose hajita lahem,  
v<sup>°</sup>nokem al alilotam. Romemu  
Adonaj elohenu v<sup>°</sup>hishtachavu  
l<sup>°</sup>har kodsho, ki kadosh Adonaj  
elohenu.

**מְזִמּוֹר, לְדוֹד: הָבוּ לַיְי, בְּנֵי אֱלִים; הָבוּ**  
לַיְי, כְּבוֹד וְעֹז. הָבוּ לַיְי, כְּבוֹד שְׁמוֹ;  
הַשְׁתַּחֲוּוּ לַיְי, בְּהַדְרַת-קִדְשׁ. קוֹל יְי, עַל-  
הַמַּיִם: אֶל-הַכְּבוֹד הַרְעִים יְי, עַל-מַיִם  
רַבִּים. קוֹל-יְי בַּפֶּה; קוֹל יְי, בְּהַדְרָה. קוֹל יְי,  
שֹׁבֵר אֲרָזִים; וַיִּשְׁפֹּר יְי, אֶת-אֲרָזֵי הַלְּבָנוֹן.  
וַיִּרְקִידֵם כָּמוֹ-עֵגֶל; לְכַנּוֹן וְשֹׁרֵיץ, כָּמוֹ בֶן-  
רְאֵמִים. קוֹל-יְי חֹצֵב; לַהֲבוֹת אֵשׁ. קוֹל יְי,  
יַחֲזִיל מְדַבֵּר; יַחֲזִיל יְי, מְדַבֵּר קִדְשׁ. קוֹל יְי,  
יַחֲזִיל אֵילוֹת-- וַיִּתְּשֵׁף יַעֲרוֹת: וּבְהִיכָלוֹ-  
כָּלוּ, אִמֵּר כְּבוֹד. יְי, לַמְּבוֹל יִשָּׁב; וַיִּשָּׁב יְי,  
מִלֶּךָ לְעוֹלָם. יְי--עֹז, לְעַמּוֹ יִתֵּן; יְי, יִבְרָךְ  
אֶת-עַמּוֹ בְּשָׁלוֹם. *תהלים כט*

**אֲנִי בָכַח גְּדַלְתִּי יְמִינְךָ תַתִּיר צְרוּרָה.**  
קִבַּל רַבַּת עֲמֻךָ, שִׁגְבְּנוּ טַהֲרֵנוּ גּוֹרָא.  
נָא גְבוּר, דּוֹרְשֵׁי יַחֲזִיקְךָ, כְּכַבַּת שְׁמֵרִם. בְּרַכְסֵם,  
טַהֲרֵם, רַחֲמֵם, צְדָקָתְךָ תְּמִיד גְּמֵלֵם. חֲסִין קְדוֹשׁ,  
בְּרוּב טוֹבָךָ, נִהַל עֲדָתְךָ. יַחֲזִיד גְּאָה, לְעַמְּךָ פְּנֵה,  
זוֹכְרֵי קִדְשֶׁתְךָ. שׁוֹנְעֵתְנוּ קִבַּל, וַיִּשְׁמַע צַעֲקֹתֵנוּ, יוֹדֵעַ  
תַּעֲלֵמוֹת.



### **Mizmor l<sup>e</sup>david: havu**

**ladonaj:** En psalm av David. Ära Herren, ni gudasöner, ära Herrens majestät, ära Herrens höga namn, fall ner inför Herren i helig skrud! Herrens röst över vattnen! Ärans Gud dundrar, Herren hörs över de stora vattnen. Herrens röst i sin kraft, Herrens röst i sin prakt, Herrens röst knäcker cedrarna, Herren knäcker Libanons cedrar. Han får Libanon att hoppa som en kalv, Sirjons berg som en vildoxe. Herrens röst slår blixtar, Herrens röst får öknen att skälva, Herren får Kadesh-öknen att skälva. Herrens röst skrämmer hindarna att kalva, lämnar träden nakna. Allt i hans tempel ropar: "Ära!" Herren tronar ovan himmelshavet, Herren tronar som konung för evigt. Herren ger styrka åt sitt folk. Herren välsignar sitt folk med fred. *Psalms 29*

**Ana b<sup>e</sup>choach:** Må du med din mäktiga högra hand lossa knuten som håller oss bundna. Ta emot ditt folks böner, du som är vördad, lyft oss upp, rena oss.

Mizmor l<sup>e</sup>david. Havu ladonaj, b<sup>e</sup>nej elim, havu ladonaj kavod vaoz. Havu ladonaj k<sup>e</sup>vod sh<sup>e</sup>mo, hishtachavu ladonaj b<sup>e</sup>hadrat kodesh. Kol Adonaj al hamajim, el hakavod hirim, Adonaj al majim rabim. Kol Adonaj bakoach, kol Adonaj b<sup>e</sup>hadar. Kol Adonaj shover arazim vajshaber Adonaj et arzej hal<sup>e</sup>vanon. Vajarkidem k<sup>e</sup>mo egel, l<sup>e</sup>vanon v<sup>e</sup>sirjion k<sup>e</sup>mo ven r<sup>e</sup>emin. Kol Adonaj chotsev lahavot esh. Kol Adonaj jachil midbar, jachil Adonaj midbar kadesh Kol Adonaj j<sup>e</sup>cholel ajalot. Vajechesof j<sup>e</sup>arot, uv<sup>e</sup>hejchalo kulo omer kavod. Adonaj lamabul jashav, vajeshev Adonaj melech leolam. Adonaj oz l<sup>e</sup>amo jiten, Adonaj j<sup>e</sup>varech et amo vashalom.

**Ana b<sup>e</sup>choach g<sup>e</sup>dulat j<sup>e</sup>mincha** tatir ts<sup>e</sup>rura. Kabel rinat amcha, sagvenu taharenu nora.

**לְכֵה דוּדֵי לְקִרְאֵת כְּלָהּ.**  
**פְּנֵי שַׁבַּת נִקְבְּלָהּ:**  
**שְׁמֹר וְזָכוֹר בְּדַבּוֹר אֶחָד,**  
**הַשְּׁמִיעֵנוּ אֵל הַמְּיַחֵד.**  
**יְיָ אֶחָד וְשְׁמוֹ אֶחָד.**  
**לְשֵׁם וּלְתַפְאֵרַת וּלְתִהְלָהּ:**  
**לְקִרְאֵת שַׁבַּת לְכוּ וְנִלְכֵה.**  
**כִּי הִיא מְקוֹר הַבְּרָכָה.**  
**מֵרֵאשׁ מִקְדָּם נְסוּכָה.**  
**סוּף מַעֲשֵׂה בְּמַחְשָׁבָה תַּחֲלָה:**  
**מִקְדָּשׁ מְלֻדָּ עִיר מְלוּכָה.**  
**קוּמֵי צְאֵי מִתּוֹךְ הַהִפְכָּה.**  
**רַב לָךְ נְשִׁבַת בְּעֵמֶק הַבְּכָא.**  
**וְהוּא יַחְמוֹל עָלֶיךָ תַּמְלָה:**  
**הִתְנַעְרֵי מֵעַפָּר קוּמֵי.**  
**לְבָשֵׁי בְגָדֵי תַפְאֵרֶתָּה עָמִי:**  
**עַל יָד בֶּן יִשְׂרָאֵל הַלְחָמִי.**  
**קִרְבָּה אֶל נַפְשֵׁי גְאֻלָּהּ:**  
**הִתְעוֹרְרֵי הִתְעוֹרְרֵי.**  
**כִּי בָּא אֲוִרָךְ קוּמֵי אֲוִרֵי.**  
**עוֹרֵי עוֹרֵי שִׁיר דְּבָרֵי.**  
**כְּבוֹד יְיָ עָלֶיךָ נִגְלָה.**

L<sup>o</sup>cha Dodi är kanske den mest kända av alla hymner som ingår i kabbalat shabbat, förutom Jedid Nefesh. Den skrevs av Shlomo Halevi Alkabetz (cirka 1500-1576) som tillhörde gruppen av mystikerna i Safed under Rabbin Moses Cordovero. I L<sup>o</sup>cha Dodi vävs ihop shabbat, Gud och folket Israel—där shabbat välkomnas som en brud och drottning: "likrat kala". Första bokstaven i varje vers bildar en akrostikon med författarens namn ו.י.ש.ל.מ.ה...ה.ל.ו.י, ett vanligt sätt för författare att "signera" sina verk under medeltiden.

"Bevara" och "kom ihåg" - De tio budorden återkommer två gånger i toran med små avvikelser: en av de är det fjärde budordet där det står "kom ihåg" i 2 Mos 20:8 men "bevara" i 5 Mos 5:12. I en midrash lär vi oss att Gud yttrade både "i ett enda ord" (Mekhilta, Bakhodesh 7).

Fortsätter på nästa sida...

## L<sup>°</sup>cha Dodi

Kom, min älskade, bruden tillmötes,  
låt oss hälsa shabbat välkommen.

”Bevara” och ”kom ihåg” i ett enda  
ord: det lät den ende Guden oss höra.  
Herren är en och hans namn ett enda,  
han skall äras, förhärligas och prisas.

Kom, låt oss gå shabbat tillmötes, den  
är välsignelsens källa, från början be-  
stämd som det sista i skapelsen, fast-  
ställd i begynnelsen.

Konungens helgedom, konungens  
stad, res dig, träd fram ur förstörelsen.  
Länge nog har du suttit i tårarnas dal,  
han skall förbarma sig över dig.

Skaka stoftet av dig, res dig, kläd dig i  
din härlighetens kläder, mitt folk. Ge-  
nom betlehemiten Jishais son nalkas  
min själs befrielse.

Vak upp, vak upp, ty ditt ljus kommer;  
res dig, lys. Vakna, vakna, stäm upp  
en sång. Herrens härlighet uppenbarar  
sig över dig.

L<sup>°</sup>cha dodi likrat kala,  
p<sup>°</sup>ne shabbat n<sup>°</sup>kabela.

Shamor v<sup>°</sup>zachor b<sup>°</sup>dibur echad,  
hishmianu El hamjuchad,  
Adonaj echad ush<sup>°</sup>mo echad.  
L<sup>°</sup>shem ul<sup>°</sup>tiferet v<sup>°</sup>lithila.

Likrat shabbat l<sup>°</sup>chu v<sup>°</sup>nelcha,  
ki hi m<sup>°</sup>kor hab<sup>°</sup>racha,  
merosh mikedem n<sup>°</sup>sucha,  
sof ma'ase b<sup>°</sup>machshava t<sup>°</sup>chila.

Mikdash melech ir m<sup>°</sup>lucha,  
kumi tse'i mitoch hahafecha,  
rav lach shevet b<sup>°</sup>emek habacha,  
v<sup>°</sup>hu jachamol alajich chemla.

Hitna'ari me'afar kumi,  
livshi bigdej tifartech ami,  
al jad ben Jishai halachmi,  
korva el nafshi g<sup>°</sup>ala.

Hitorari hitorari,  
ki va orech kumi ori,  
uri uri shir daberi,  
k<sup>°</sup>vod Adonaj alajich nigla.

Fortsätter på nästa sida...

**לֹא תְבוּשִׁי וְלֹא תִכְלָמִי.** Shabbat framställs som drottning eller brud i sången:  
**מָה תִשְׁתַּחֲוִי וּמָה תִתְהַמְּי.** shabbat kommer in genom  
**כָּךְ יִחַסוּ עֲנֵי עַמִּי,** dörren , vi vänder oss om för att  
**וְנִבְנְתָה עֵיר עַל תְּלָהּ:** hälsa henne välkommen. Hon  
**וְהָיוּ לְמִשְׁפָּה שְׂאֵסִיד.** går fram och sätter sig på *biman*,  
**וְרַחֲקוּ כָּל מִבְלָעָיִךְ.** bredvid *aron kodesh*, toraskåpet.  
**יִשִּׁישׁ עָלֶיךָ אֱלֹהֶיךָ.** Vi vänder oss fram och bugar  
**כְּמִשׁוֹשׁ חֲתָן עַל כְּלָה:** igen. Shabbat har kommit och vi  
fortsätter med psalm 92 på nästa sida.  
**יָמִין וְשְׂמֹאל תִּפְרֹצֵי.**  
**וְאֶת־יְיָ תַעֲרִיצֵי.**  
**עַל יַד אִישׁ בֶּן פְּרָצֵי.**  
**וְנִשְׁמָחָה וְנִגְיָלָה:**

Läses ståendes vänd mot ingången:

**בּוֹאֵי בְשָׁלוֹם עֲטֹרַת בְּעֻלָּה.**  
**גַּם בְּשִׂמְחָה וּבְצִדְקָה.**  
**תּוֹךְ אֲמוּנֵי עַם סִגְלָה.**  
**בּוֹאֵי כְלָה, בּוֹאֵי כְלָה:**

## **נְחִימֵ אֲבֵלִים**

Sörjande under shiva-veckan kommer nu in i synagogan och hälsas av de närvarande med följande:

**הַמָּקוֹם יִנְחֶם אֶתְכֶם בְּתוֹךְ שְׂאֵר אֲבֵלֵי צִיּוֹן**  
**וִירוּשָׁלַיִם.**

S<sup>c</sup>faradim använder denna hälsning:

**מִן הַשָּׁמַיִם תִּנְחַמּוּ.**

De som har förlorat en anhörig "sitter shiva", dvs stannar hemma i en vecka för att ge tid för sorgen. På shabbat är det ändå brukligt att komma till synagogan men eftersom kabbalat shabbat är en glädjefylld inledning så brukar de sörjande avstå från att delta under denna del och väntar utanför. Efter L<sup>c</sup>ha Dodi kommer de in och vi hälsar de välkomna med denna hälsning.

Inte skall du skämmas, inte skall du blygas, varför böjer du dig ned, varför gråter du? Hos dig finner de skydd, mitt folks ödmjuka, staden återuppbygges på sina ruiner.

Lo tevoshi v<sup>o</sup>lo tikalmi,  
ma tishtochachi uma te-  
hemi, bach jechesu anije  
ami, v<sup>e</sup>nivneta ir al tila.

De som plundrade dig skall utsättas för plundring; de som vill uppsluka dig skall vara fjärran. Din Gud skall glädja sig över dig, som brudgummen över bruden.

V<sup>e</sup>haju limshisa shosajich,  
v<sup>e</sup>rachaku kol m<sup>e</sup>valajich,  
jasis alajich elohajich,  
kimsos chatan al kala.

Genom Perets' ättling skall du utbreda dig till höger och vänster och förhärliga Herren. Genom honom skall vi glädja oss och fröjda oss.

Jamin usmol tifrotsi,  
v<sup>e</sup>et Adonaj taaritsi,  
al jad ish ben partsi,  
v<sup>e</sup>nismecha v<sup>e</sup>nagila.

Läses ståendes vänd mot ingången:

Kom med frid, du makens krona,  
i glädje och jubel till  
egendomsfolkets trogna.  
Kom, brud. Kom, brud.

Boi v<sup>e</sup>shalom ateret bala,  
gam b<sup>e</sup>simcha uv<sup>e</sup>tsohola,  
toch emune am s<sup>e</sup>gula,  
boi chala, boi chala.

## Att trösta de sörjande

Må den Allsmäktige skänker tröst för er och alla som sörjer bland Sion och Jerusalem.

Hamakom jinachem et-  
chem b<sup>e</sup>toch sh<sup>e</sup>ar avelej  
tsijon v<sup>e</sup>rushalajim.

S<sup>e</sup>faradim säger följande hälsning:

Må ni finna tröst från himlen.

Min hashamajim  
t<sup>e</sup>nuchamu.

På jom tov och shabbat chol hamoed börjar vi här:

## מְזֻמָּר שִׁיר לְיוֹם הַשַּׁבָּת

טוֹב לְהַדוֹת לַיְי וּלְזַמֵּר לְשִׁמְךָ עָלֵינוּ.  
לְהַגִּיד בְּבִקְרָה חֲסִדֶךָ וְאַמוּנָתְךָ בְּלֵילוֹת.  
עָלֵי-עֲשׂוֹר וְעָלֵי-נֶבֶל עָלֵי הַגִּיּוֹן בְּכַנּוֹר.  
כִּי שָׁמַחְתָּנִי יְי בְּפַעֲלֶךָ בְּמַעֲשֵׂי יְדֶיךָ אֲרַנֶּן.  
מֵה-גָדְלוֹ מַעֲשֵׂיךָ יְי מֵאֵד עֲמָקוֹ מִחֻשְׁבְּתֶיךָ.  
☆ צְדִיק כְּתָמַר יִפְרַח כְּאֶרֶז בְּלִבְנוֹן יִשְׁגָה.  
שְׁתוּלִים בְּבֵית יְי בְּחֻצְרוֹת אֱלֹהֵינוּ יִפְרִיחוּ.  
עוֹד יְנוּבוֹן בְּשִׁיבָה דְשָׁנִים וְרַעֲנָנִים יִהְיוּ.  
לְהַגִּיד כִּי-יִשָּׁר יְי צוּרֵי וְלֹא-עוֹלָתָהּ בּוֹ.

תהילים צב

Rabbi Levi sa: Människan skapades på den sjätte dagen vid första timmen...vid tolfte timmen straffade Gud henne, drev ut och dömde människan till döden. Men då kom anlände Shabbat och blev människans advokat, Shabbat sa till Den Helige: "Under skapelstens sex dagar blev ingen straffad, ska du nu börja när jag kommer?" Människan förskonades då pga Shabbats önskan. När människan såg vilken makt Shabbat har så ville hon sjunga en sång till Shabbats ära. Men Shabbat sa till människan: "Ska du sjunga en hymn till mig? Låt oss—du och jag, sjunga en hymn till den Heliga".  
Därför: מְזֻמָּר שִׁיר לְיוֹם הַשַּׁבָּת-טוֹב לְהַדוֹת לַיְי  
En psalm: Sängen av Shabbatdagen." *Midrash T'hillim 92:2*

På jom tov och shabbat chol hamoed börjar vi här:

En psalm, sången av sabbatsdagen. Det är gott att tacka Herren och att lovsjunga ditt namn, du den Högste, att var morgon förkunna din nåd och på natten din trofasthet, med tiosträngad harpa, till lyrans klang. Dina gärningar, Herre, ger mig glädje, jag jublar över dina händers verk. Herre, vilken storhet i ditt verk, vilket djup i dina planer! Den enfaldige kan inte förstå det, en dåre fattar inte detta: om än de gudlösa växer som gräs och ogärningsmännen blomstrar, ska de ändå förgöras för alltid. Men du, Herre, är upphöjd i evighet. Ja, dina fiender, Herre, dina fiender ska gå under och ogärningsmännen skingras. Du gör mig lik vildoxen med lyfta horn, du svalkar mig med uppfriskande olja. Jag får se hur mina fiender går under, höra hur de onda angriparna förgås. De rättfärdiga grönskar som palmer, växer höga som cedrar på Libanon. De är planterade i Herrens hus och grönskar på vår Guds förgårdar. Ännu i hög ålder skjuter de skott, de är fulla av sav och kraft och vittnar om att Herren är rättvis, min klippa – i honom finns ingen orätt. *Psalm 92*

**Mizmor shir l'jom hashabbat.** Tov l'hodot ladonaj ul'zamer l'shimcha eljon. L'hagid baboker chasdecha v'emunatcha balajlot. Alejasor va'lej-navel alej higajon b'chinor. Ki simachatani Adonaj b'fa'alecha Adonaj m'od amku machsh'votecha.

☆ Tsadik katamar jifrach k'erez balvanon jisge. Sh'tulim b'vejt Adonaj b'chatsrot elohenu jafirichu. Od j'nuvun b'sejva d'shenim v'ra'anim jihju. L'hagid ki jashar Adonaj tsuri v'lo avlata bo.

יִי מְלֹךְ גְּאוֹת לְבַשׁ לְבַשׁ  
יִי עֵז הַתְּאֵזֶר אֶף־תְּכוּן תְּכַל בְּל־תְּמוֹט:  
נְכוּן כְּסָאָה מְאֹז מְעוֹלָם אֶתָּה:  
נְשְׂאוּ נְהָרוֹת יִי נְשְׂאוּ נְהָרוֹת קוֹלָם  
יִשְׂאוּ נְהָרוֹת דְּכָיִים:  
✡ מְקוֹלוֹת מַיִם רַבִּים אֲדִירִים מְשַׁבְּרֵי־יָם  
אֲדִיר בְּמָרוֹם יִי: עֲדֹתֶיךָ נְאֻמָּנוּ מְאֹד  
לְבֵיתֶיךָ נְאֻה־קֹדֶשׁ יִי לְאֶרֶץ יָמִים:  
תהילים צג

Här slutar kabbalat shabbat.



På jom tov och shabbat chol hamoed börjar vi här:

**Adonaj malach:** Herren är konung! Han har klätt sig i höghet. Herren har klätt sig i makt, spänt om sig sitt bälte. Världen står fast, den kan inte rubbas. Din tron står fast sedan urminnes tid, du är till från evighet. Floderna höjde, o Herre, floderna höjde sin röst, höjde sin dånande röst. Våldigare än de stora vattnens brus, våldigare än havets bränningar, ja, våldig är Herren i höjden. Dina bud ska bestå, ditt hus ska vara heligt, Herre, för alltid. *Psalm*

93

Adonaj malach ge'ut lavesh  
lavesh Adonaj oz hitazar af  
tikon tevel bal timot. Nachon  
kisacha me'az me'olam ata.  
Nasu n<sup>e</sup>harot Adonaj, nasu  
n<sup>e</sup>harot kolam jisu n<sup>e</sup>harot  
dochjam.

☆ Mikolot majim rabim,  
adirim mishb<sup>e</sup>rej jam, adir  
bamarom Adonaj. Edotecho  
ne'emnu m<sup>e</sup>od l<sup>e</sup>vejtecha  
nava kodesh, Adonaj l<sup>e</sup>orech  
jamim.

בְּמָה מְדַלִּיקִין וּבְמָה אֵין מְדַלִּיקִין? אֵין מְדַלִּיקִין לֹא בְּלֶכֶשׁ, וְלֹא בְּחֶסֶן, וְלֹא בְּכֶלֶף, וְלֹא בְּפִתִילַת הָאֵידֹן, וְלֹא בְּפִתִילַת הַמִּדְבָּר, וְלֹא בִירוּקָה שְׁעַל פְּנֵי הַמַּיִם; וְלֹא בְזֹפֶת, וְלֹא בְשֶׁנָּה, וְלֹא בְשֶׁמֶן קִיק, וְלֹא

בְּשֶׁמֶן שְׂרָפָה, וְלֹא בְּאַלְיָה, וְלֹא בְּחֶלֶב. נַחֲוּם הַמְּדִי אֹמֵר: מְדַלִּיקִין בְּחֶלֶב מִבְּשָׁל; וְנַחֲמִים אֹמְרִים: אֶחָד מִבְּשָׁל אֶחָד שְׁאֵינוֹ מִבְּשָׁל, אֵין מְדַלִּיקִין בּוֹ.

משנה שבת ב:א

הַמְּכַבֵּה אֶת הַנֵּר מִפְּנֵי שֶׁהוּא מְתִירָא מִפְּנֵי גֹזִים, מִפְּנֵי לְסֻטִים, מִפְּנֵי רִיחַ רָעָה, וְאֵם בְּשֶׁבִיל הַחוּלָה שְׁיִישֵׁן פְּטוּר; פָּחַס עַל הַנֵּר, פָּחַס עַל הַשֶּׁמֶן, פָּחַס עַל הַפִּתִילָה חֲזִיב. וְרַבִּי יוֹסִי - פּוֹטֵר בְּכֶלֶן, חוּץ מִן הַפִּתִילָה, מִפְּנֵי שֶׁהוּא עוֹשֶׂה פָּחַס. משנה שבת ב:ה

שְׁלֹשָׁה דְּבָרִים צָרִיף אָדָם לֹאמַר בְּתוֹךְ בֵּיתוֹ, עֵרֵב שֶׁבֶת עִם חֲשֻׁקָה. עֲשֶׂרְתֶּם? עֲרַבְתֶּם? הַדְּלִיקוּ אֶת הַנֵּר! משנה שבת ב:ז

כָּל כְּתָבִי הַקֹּדֶשׁ מִצִּילִין אוֹתָן מִפְּנֵי הַדְּלָקָה, בֵּין שְׁקוֹרִין בְּהֵן וּבֵין שְׁאֵין קוֹרִין בְּהֵן. וְאֵף עַל פִּי שְׁפָתוֹבַיִם בְּכָל לְשׁוֹן, טְעוּנִים גְּנִיזָה. וּמִפְּנֵי מָה אֵין קוֹרִין בְּהֵם? מִפְּנֵי בִטּוּל בֵּית הַמְּדַרְשׁ. מִצִּילִין תֵּיךְ הַסֶּפֶר עִם הַסֶּפֶר, וְתֵיךְ הַתְּפִלִּין עִם הַתְּפִלִּין, וְאֵף עַל פִּי שְׁיֵשׁ בְּתוֹכָן מְעוֹת. וְלֹהִיכֵן מִצִּילִין אוֹתָן? לְמַבּוּי שְׁאֵינוֹ מִפְּלֵשׁ. בֵּן בְּתִירָא אֹמֵר: אֵף לְמִפְּלֵשׁ.

משנה שבת טז:א

Sedan talmudisk tid så har textstudier varit del av förberedelsen för maariv på Shabbat.

Ett av de mest betydelsefulla orden i Bibeln är *kadosh*, helig, ett ord som ingen annan representerar mysteriet och majestät av det gudomliga. Vad var det första heliga objekt i Bibeln? Var det ett berg? En altare? Det är faktiskt ett speciellt tillfälle där detta ord, *kadosh*, används för första gången: i Första Moseboken vid slutet av skapelsen. Hur meningsfullt är inte det att ordet användes i samband med en tidpunkt:

”Gud välsignade den sjunde dagen och gjorde den helig...” 1 Mos 2:3. Inget annat i skapelsen fick attributet ”helig”. När historia börjar, fanns endast en helighet i värden, tidens helighet. När vid Sinai Guds ord förkunnades, så förkunnades även människans helighet: ”Ni skall vara ett heligt folk” 2 Mos 19:6.

Först efter att folket hade gått efter för frestelsen och tillbett en sak, den gyllene kalven, befalldes byggandet av tabernaklet, en helig plats.

Abraham Joshua Heschel, *The Sabbath*

### Texter för studier och eftertanke

Vad får användas som ljus (shabbatljus) och vad får man inte tända? Man får inte tända med mossa eller flax, eller råside, eller pilbark eller ökensilke eller tång. Heller inte med tjära, vax eller ricinolja, eller olja som åsidosattes för att brännas, eller fettet från fårens svansar eller talg. Nachum haMadi säger: Man får tända med talg om den kokades men våra lärda säger: man får inte tända med talg oavsett om den kokades eller ej.

*Mishna Shabbat 2:1*

Den som släcker shabbatljusen av rädsla för rövare eller tjuvar eller onda krafter, eller så att en sjuk människa kan sova, har inte vanhelgat shabbat. Den som gör så däremot för att spara på lampan, oljan eller veken är har vanhelgat shabbat. Rabbi Josi undantar en som gör något av dessa, förutom för att spara på veken, eftersom genom att släcka veken uppstår kol.

*Mishna Shabbat 2:5*

När mörkret faller på fredag kväll bör man fråga följande tre saker: ”Har tionden tagits av maten?” ”Har en *eruv* upprättats?” ”Är shabbatljusen tända?”.

*Mishna Shabbat 2:7*

Alla skrifter från Toran må räddas ur elden oavsett om texterna läses offentligt eller inte. Även om dem skrevs på andra språk måste de bevaras. Varför läser vi inte ur dem på shabbat? För att inte försumma beit midrash studier. Man får rädda en toramantel med en torarulle, en tefillinväska med tefillin även om den innehåller pengar. Var ska dom flyttas? Till en omgärdad väg. Ben Beteira säger: även till en öppen väg. *Mishna Shabbat 16:1*

אין מִלְדִּין אֶת הַבְּהֵמָה בְּיוֹם טוֹב, אֲכַל מִסְעָדִין.  
וּמִלְדִּין אֶת הָאִשָּׁה בַשַּׁבָּת, וְקוֹרִין לָהּ חֲכָמָה  
מִמָּקוֹם לְמָקוֹם, וּמַחֲלִילִין עָלֶיהָ אֶת הַשַּׁבָּת,  
וְקוֹשְׁרִין אֶת הַטְּבוּר. רַבִּי יוֹסִי אוֹמֵר: אַף חוֹתְכִין.  
וְכָל צָרְכֵי מִילָה עוֹשִׂין בַּשַּׁבָּת.

משנה שבת יח:א

אָמַר רַבִּי אֶלְעָזָר אָמַר רַבִּי חֲנִינָא פְּלִמְיָדִי חֲכָמִים  
מְרַבִּים שְׁלוֹם בְּעוֹלָם שְׁנֵאמַר (ישעיהו נד, יג) וְכָל  
בְּנֵיךָ לְמוֹדֵי יְיָ וְרַב שְׁלוֹם בְּנֵיךָ. אֵל תִּקְרֵי בְּנֵיךָ  
אֶלָּא בּוֹנֵיךָ. (תהלים קיט, קסה) שְׁלוֹם רַב לְאוֹהֲבֵי  
תוֹרָתְךָ, וְאִין לְמוֹ מְכַשׁוֹל. (תהלים קכב, ז)  
☆ יְהִי שְׁלוֹם בְּחִילְךָ, שְׁלוֹנָה בְּאַרְמְנוֹתֶיךָ. (תהלים  
קכב, ח) לְמַעַן אֲסִי וְרַעֲי אֲדַבְּרָה נָא שְׁלוֹם בְּךָ.  
(תהלים קכב, ט) לְמַעַן בֵּית יְיָ אֶלְהֵינוּ אֲבַקֶּשָׁה  
טוֹב לְךָ. (תהלים כט, יא) יְיָ עוֹז לְעַמּוֹ יִתֵּן, יְיָ  
יְבָרֵךְ אֶת עַמּוֹ בְּשְׁלוֹם:

בבלי ברכות סד:א

Med vad får man tända: Dessa texterna från den rabbiniska traditionen lades till i liturgin för att förlänga den för att vänta in dem som anlände sen till gudstjänsten. Syften var att dra ut ögonblicket innan maariv börjar för att säkerställa att så många som möjligt hade hunnit komma till synagogan.

Våra lärda valde olika stycken från den muntliga toran har att göra med den gamla motsättningen mellan de judar som följde den muntliga toran och de som inte gjorde det, dvs Saduceerna och Karaiterna. Karaiterna tog budordet i 2 Mos 35:3 ”Ni skall inte göra upp eld på sabbatsdagen, var ni än bor.” bokstavligen. Våra lärda däremot interpreterade förbudet på så sätt att det var förbjudet att tända eller släcka eld under shabbat, men att det däremot gick bra att tända eld (och därmed ljus) innan shabbat började och låter det brinna.

Rabbi Shimon ben Lakish sa: Den Helige ger oss en extra själ när shabbat börjar och ta ifrån oss den när shabbat slutar. *Talmud Bavli, Bejtsa 16a*

Man får inte utlösa födseln av ett djur på Jom Tov men man får bistå ett djur som föder. Man får föda barn på shabbat och tillkalla en barnmorska utifrån åt mamman och bryter shabbat för hennes skull och binda upp navelsträngen. Rabbi Josi säger: Man får även klippa navelsträngen. Och alla nödvändiga handlingar för en omskärelse får göras på shabbat. *Mishna Shabbat 18:1*

Rabbi Elazar säger i Rabbi Chaninas namn: De lärdes studenter föröka fred *Jesaja 54:13*: Alla dina barn skall fostras av Herren, i fred och välgång skall dina barn leva. Läs inte ”barn” utan ”byggare”. Må de som älskar dig leva i trygghet *Ps 122:6*, låt dem inte mötas av hinder.

Må välgång råda inom dina murar, trygghet i dina palats. *Ps 122:7* För mina bröders och vänners skull vill jag önska dig välgång. *Ps 122:8* För templets kull, Herrens, vår Guds, tempel, vill jag söka ditt bästa.

*Ps 122:9* Herren ger styrka åt sitt folk. Herren välsignar sitt folk med fred. *Ps 29:11*.

*Talmud Bavli, B<sup>e</sup>rachot 64a*

✧ J<sup>e</sup>hi shalom b<sup>e</sup>chejlech, shalva b<sup>e</sup>armenotajich. L<sup>e</sup>ma'an achaj v<sup>e</sup>re'aj, adabra na shalom bach. L<sup>e</sup>ma'an bet Adonaj elohenu, avaksha tov lach. Adonaj oz l<sup>e</sup>amo jiten, Adonaj j<sup>e</sup>varech et amo vashalom.

El elohej haruchot, asher  
b<sup>e</sup>jadecha nafshot hachajim  
v<sup>e</sup>hametim, p<sup>e</sup>neh hajom  
b<sup>e</sup>chesed uv<sup>e</sup>rachamim el  
t<sup>e</sup>filati l<sup>e</sup>zecher jakirati.  
Z<sup>e</sup>char-na et kol hachesed  
v<sup>e</sup>hatov she'asta b<sup>e</sup>olam  
hachajim.  
Ten la m<sup>e</sup>nucha n<sup>e</sup>chona  
tachat kanfej hash<sup>e</sup>china,  
uts<sup>e</sup>ror bitsror hachajim et  
nishmata.  
Jitgadal v<sup>e</sup>jitkadash shme  
rabba. Ose shalom  
bimromav hu ja'ase shalom  
alenu v<sup>e</sup>al kol Jisrael,  
v<sup>e</sup>imru: amen.

## För en kvinna

אל אלהי הרוחות, אשר בידך  
נפשות חיים ונמותים, פנה היום  
בחסד וברחמים אל תפילתי לזכר  
יקירתי.  
זכרנא את כל החסד והטוב  
שעשתה בעולם החיים.  
מן לה מנוחה נכונה תחת כנפי  
השכינה, וצור בצרור החיים את  
נשמתה.  
תגדל ויתקדש שמה רבא.  
עשה שלום במרומו  
הוא יעשה שלום עלינו  
ועל כל ישראל, ואמרו: אמן.

## Kaddish-alternativ som kan sägas i frånvaro av en minjan

### För en man

El elohej haruchot, asher  
b<sup>e</sup>jadecha nafshot hachajim  
v<sup>e</sup>hametim, p<sup>e</sup>neh hajom  
b<sup>e</sup>chesed uv<sup>e</sup>rachamim el t<sup>e</sup>filati  
l<sup>e</sup>zecher jakiri.  
Z<sup>e</sup>char-na et kol hachesed  
v<sup>e</sup>hatov she'asa b<sup>e</sup>olam  
hachajim.  
Ten lo m<sup>e</sup>nucha n<sup>e</sup>chona tachat  
kanfej hash<sup>e</sup>china, uts<sup>e</sup>ror bitsror  
hachajim et nishmato.  
Jitgadal v<sup>e</sup>jitkadash shme rabba.  
Ose shalom bimromav hu ja'ase  
shalom alenu v<sup>e</sup>al kol Jisrael,  
v<sup>e</sup>imru: amen.

אל אלהי הרוחות, אשר בידך  
נפשות החיים והמתים, פנה  
היום בקסד וברחמים אל  
תפילתי לזכר יקירי.  
זכרנא את כל הקסד והטוב  
שעשה בעולם החיים.  
מן לו מנוחה נכונה תחת כנפי  
השכינה, וצור בצרור החיים  
את נשמתו.  
יתגדל ויתקדש שמה רבא.  
עשה שלום במרומו  
הוא יעשה שלום עלינו ועל  
כל ישראל, ואמרו: אמן.

Hela skapelsens Gud i vars händer de levandes och de dödas själar är, vänd dig i nåd och ting är, vänd dig idag i godhet och barmhärtighet till min bön till minnet av min kära hädangångna. Kom ihåg all den kärlek och godhet och goda gärningar som hon/han gjorde här de levandes värld. Bevilja henne/honom evig frid i under dina vingar och knyt henne/honom till det eviga livet.

Upphöjt och helgat vare hans stora namn. Den som stiftar frid i sina himmelska höjder han stiftar frid bland oss och hela Israel. Låt oss säga: Amen.

**Rabbinen:**

Låt oss i innerlig bön minnas våra kära hädangångna och finna tröst i tacksam hågkomst av all den kärlek och godhet de visat oss. Som bekännare av den evige och ende Guden bevarar vi deras minne då vi i kadish-bönen helgar Guds, den eviges, namn.

## קדיש יתום

*Församlingen reser sig*

*De sörjande och de som har johrtseyt läser gemensamt:*

תגידל ויתקדש שמה רבא.  
בעלמא די ברא כרעותה, וימליך מלכותה,  
בחיכון וביומיכון ובחי די כול בית ישראל,  
בעגלא ובזמן קריב. ואמרו: אמן.

*De sörjande och församlingen tillsammans:*

יהא שמה רבא מברך לעלם ולעלמי עלמיא.

*De sörjande fortsätter:*

תברך וישפח ויתפאר ויתרום ויתנשא  
ויתחדר ויתעלה ויתקלל שמה דקדשא בריך הוא

*Församlingen svarar:*

ברוך הוא

*De sörjande fortsätter:*

לעלא מן כל (\*לעלא לעלא מכל)  
ברכתא ושירתא תשפחתא ונתמתא, דאמירן בעלמא.  
ואמרו: אמן.

יהא שלמא רבא מן שמאי, וחיים עלינו ועל כל  
ישראל. ואמרו: אמן.

עשה שלום במרומו, הוא יעשה שלום עלינו, ועל כל  
ישראל. ואמרו: אמן.

*\*mellan rosh hashana och jom kipur*



**Jitgadal:** Upphöjt och helgat varde hans stora namn i världen som han skapat efter sin vilja. Må hans rike uppstå under er livstid och i era dagar, Och hela huset Israels livstid, Snart och i en nära tid. Och låt oss säga: Amen.

**J<sup>e</sup>he sheme:** Hans stora namn vare välsignat i evighet och i evigheternas evighet.

**Jitbarach:** Lovat och välsignat, förhärligat och prisat och upphöjt, dyrkat och uppbyggt och lovsjunget vare den Heliges namn! Lovad vare Han!

**L<sup>e</sup>ela:** Upphöjd över all välsignelse hymn, pris och tröst som uttalas i världen, och låt oss säga: Amen.

**J<sup>e</sup>he Shlama:** Måtte stor frid komma från himlen och liv över oss och över hela Israel, och låt oss säga: Amen.

**Ose:** Den som stiftar frid i sina himmelska höjder han stiftar frid bland oss och hela Israel, och låt oss säga: Amen.

## Sörjandes Kadish

*Församlingen reser sig*

*De sörjande och de som har jahrtseyt läser gemensamt:*

Jitgadal v<sup>e</sup>jitkadash sh<sup>e</sup>me raba. B<sup>e</sup>alma divra chirute, v<sup>e</sup>jamlich malchute b<sup>e</sup>chajechon uv<sup>e</sup>jomechon, uv<sup>e</sup>chaje d<sup>e</sup>chol bet jisrael, ba'agala uvizman kariv v<sup>e</sup>imru: amen.

De sörjande och församlingen tillsammans:

J<sup>e</sup>he sh<sup>e</sup>me raba m<sup>e</sup>varach l<sup>e</sup>alam ulalmej almaja.

De sörjande fortsätter:

Jitbarach v<sup>e</sup>jishtabach v<sup>e</sup>jitpa'ar v<sup>e</sup>jitromam v<sup>e</sup>jitnase v<sup>e</sup>jithadar v<sup>e</sup>jithale v<sup>e</sup>jithalal sh<sup>e</sup>me d<sup>e</sup>kudsha b<sup>e</sup>rich hu.

Församlingen svarar: B<sup>e</sup>rich hu

De sörjande fortsätter:

L<sup>e</sup>ela min kol (\*l<sup>e</sup>ela l<sup>e</sup>ela mikol) birchata v<sup>e</sup>shirata, tushb<sup>e</sup>chata v<sup>e</sup>nechemata da'amiran b<sup>e</sup>alma v<sup>e</sup>imru: amen.

J<sup>e</sup>he shlama raba min sh<sup>e</sup>maja v<sup>e</sup>chajim, alenu v<sup>e</sup>al kol jisrael v<sup>e</sup>imru: amen.

Ose shalom bimromav, hu ja'ase shalom, alenu v<sup>e</sup>al kol jisrael v<sup>e</sup>imru: amen.

\* mellan rosh hashana och jom kipur

## קדוש לליל שבת

סבְּרִי!

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, אֱלֹהֵינוּ מְלֶכֶּךְ הָעוֹלָם, בּוֹרֵא פְּרֵי הַגֶּפֶן.  
בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, אֱלֹהֵינוּ מְלֶכֶּךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְרָצָה בָּנוּ.  
וְשַׁבַּת קִדְּשׁוֹ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן הִנְחִילָנוּ,  
זָכוֹר לְמַעֲשֵׂה בְּרֵאשִׁית. כִּי הוּא יוֹם תְּחִלָּה לְמַקְרָאֵי  
קִדְּשׁ זָכָר לִיצִיאַת מִצְרַיִם. כִּי בָנוּ בְּחֶרֶת וְאוֹתָנוּ  
קִדְּשָׁתָּ מִכָּל הָעַמִּים וְשַׁבַּת קִדְּשָׁךְ בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן  
הִנְחַלְתָּנוּ. בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ, מְקַדְּשׁ הַשַּׁבָּת.

## Kidush för Shabbat på fredagkväll

Med er tillåtelse!

Vi tackar dig Herre, vår Gud, världens konung, som skapat vinrankans frukt. Vi tackar dig Herre, vår Gud, världens konung som helgat oss med dina bud och utvalt oss i kärlek och välbehag och givit oss shabbat till vila, till minne av dittskapelseverk – en helig dag då vi samlas och minns uttåget från Egypten. Ja, du Du har utvalt oss och helgat oss bland alla folk och i kärlek och välbehag givit oss shabbat. Vi tackar dig, Herre, som helgar shabbat.

Baruch ata Adonaj, elohenu melech ha'olam bore p<sup>e</sup>ri hagefen.

Baruch ata Adonaj, elohenu melech ha'olam, asher kid<sup>e</sup>shanu b<sup>e</sup>mitsvotav v<sup>e</sup>ratsa vanu, v<sup>e</sup>shabbat kodsho b<sup>e</sup>ahava uv<sup>e</sup>ratson hinchilanu, zikaron l<sup>e</sup>ma'ase b<sup>e</sup>reshit. Ki hu jom t<sup>e</sup>chila l<sup>e</sup>mikra'ej kodesh, zecher litsiat mitsrajim. Ki vanu vacharta v<sup>e</sup>otanu kidashta mikol ha'amim. V<sup>e</sup>shabbat kodshecha b<sup>e</sup>ahava uv<sup>e</sup>ratson hinchaltanu. Baruch ata Adonaj, m<sup>e</sup>kadesh hashabbat.

## אָדוֹן עוֹלָם

אָדוֹן עוֹלָם אֲשֶׁר מְלֹדָה,  
בְּטָרָם כָּל יְצִיר נִבְרָא:  
לַעֲת נַעֲשֶׂה בְּחַפְצוֹ כֹּל,  
אֲזֵי מְלֹדָה שְׁמוֹ נִקְרָא:  
וְאַחֲרֵי כִּכְלוֹת הַכֹּל.  
לְבַדּוֹ יְמַלֵּךְ נוֹרָא:  
וְהוּא הָיָה. וְהוּא הָיָה.  
וְהוּא יְהִיָּה בְּתַפְאֲרָה:  
וְהוּא אֶחָד וְאֵין שְׁנֵי.  
לְהַמְשִׁיל לוֹ לְהַחֲבִירָה:  
בְּלִי רְאִשִׁית בְּלִי תַּכְלִית.  
וְלוֹ הֵעֵז וְהַמְשַׁרָה:  
וְהוּא אֵלֵי וְחֵי גּוֹאֲלֵי.  
וְצוּר חֲבִלֵי בְּעַת צָרָה:  
וְהוּא נָסִי וּמְנוּס לִי.  
מִנֵּת כּוֹסֵי בַּיּוֹם אֶקְרָא:  
בְּיָדוֹ אֶפְקִיד רוּחֵי.  
בְּעַת אִישׁוֹן וְאַעִירָה:  
וְעַם רוּחֵי גְּוִיָּתִי.  
יְיָ לִי וְלֹא אֵירָא:

Det är inte säkert vem som skrev Adon Olam men vi vet att den är över 1000 år gammal. Den tillskrivs ibland den store filosofen och poeten rabbi Salomon ibn Gabirol (1021-1058) andra tillskriver den Rav Hai Gaon (939-1038). Den börjar med filosofiska utläggningar över Gud och de sista två verser skiftar till en personlig trosförklaring. Den sjungs traditionellt vid slutet av morgongudstjänsten (efter musaf) på shabbat och jom tov. Det finns Församlingar, även i Sverige, som även sjunger den på fredag kväll istället för Jigdal (s. )

## Adon Olam

Världens Herre vår konung,  
innan någöt skapades.  
Vid den tid då allt blev till efter hans  
vilja, blev hans namn Konung.

Och när allt i sinom tid skall upphöra,  
ska han ensam härskas i upphöjt  
majestät. Han var, han är  
och kommer att vara i härlighet.

Han är Den Ende, ingen annan finns  
som kan liknas vid honom.  
Han är utan början och utan slut,  
hans är makten och herraväldet.

Han är min Gud, min räddare lever;  
han är min arvedels klippa i nödens  
stund. Han är mitt baner, min tillflykt,  
min del i bågaren den dag jag ropar.

I hans hand anbefaller jag min ande,  
när jag sover och när jag vaknar upp,  
och tillika med min ande, min kropp.  
Herren är med mig, jag fruktar ej.

Adon olam asher malach,  
b<sup>e</sup>terem kol j<sup>e</sup>tsir nivra.  
L<sup>e</sup>et na'asa v<sup>e</sup>cheftso kol,  
azaj melech sh<sup>e</sup>mo nikra.

V<sup>e</sup>acharej kichlot hakol,  
l<sup>e</sup>vado jimloch nora.  
V<sup>e</sup>hu haja, v<sup>e</sup>hu hove,  
v<sup>e</sup>hu jije b<sup>e</sup>tifara.

V<sup>e</sup>hu echad v<sup>e</sup>ejn sheni,  
l<sup>e</sup>hamshil lo l<sup>e</sup>hachbira.  
B<sup>e</sup>li reshit b<sup>e</sup>li tachlit,  
v<sup>e</sup>lo haoz v<sup>e</sup>hamisra.

V<sup>e</sup>hu eli v<sup>e</sup>chaj goali,  
v<sup>e</sup>tsur chevli b<sup>e</sup>et tsara.  
V<sup>e</sup>hu nisi umanos li,  
m<sup>e</sup>nat kosi b<sup>e</sup>jom ekra.

B<sup>e</sup>jado afkid ruchi,  
b<sup>e</sup>et ishan v<sup>e</sup>a'ira.  
V<sup>e</sup>im ruchi g<sup>e</sup>vijati,  
Adonaj li v<sup>e</sup>lo ira.

Adon Olam är skrivet i en form för allsång, dvs den var avsett att sjungas tillsammans av hela församlingen, kanske växelvis mellan förbedjaren och församlingen. Det finns olika variationer på Adon Olam med fler verser eller varierande text och otaliga melodier för Adon Olam, några riktig gamla, andra nya. En annan tradition är att ibland sjunga Adon Olam till melodin av en uppkommande högtid, som t ex Maoz Tsur eller liknande.

*Jigdal* elohim chai v<sup>e</sup>jishtabach,  
nimtsa v<sup>e</sup>ejn et el m<sup>e</sup>tsiuto.

יגדל אלהים חי וישתבח,  
נמצא, ואין עת אל מציאותו:

*Echad* v<sup>e</sup>ejn jachid k<sup>e</sup>jichudo,  
ne<sup>e</sup>lam v<sup>e</sup>gam ein sof l<sup>e</sup>achduto.

אחד ואין יחיד כִּיחודו,  
נעלם, וגם אין סוף לאחדותו:

*Ein lo* d<sup>e</sup>mut haguf v<sup>e</sup>ejno guf,  
lo na'aroch elav k<sup>e</sup>dushato.

אין לו דמות הגוף ואינו גוף,  
לא נערוף אליו קדשותו:

*Kadmon* l<sup>e</sup>chol davar asher nivra,  
rishon v<sup>e</sup>ejn reshit l<sup>e</sup>reshito.

קדמון לכל דבר אשר נברא,  
ראשון ואין ראשית לראשיתו:

*Hino* adon olam l<sup>e</sup>chol notsar,  
jore g<sup>e</sup>dulato umalchuto.

הנו אדון עולם, לכל נוצר,  
יורה גדלותו ומלכותו:

*Shefa* n<sup>e</sup>vuato n<sup>e</sup>tano,  
el anshei s<sup>e</sup>gulato v<sup>e</sup>tifarto.

שפע נבואתו נתנו,  
אל אנשי סגולתו ותפארתו:

*Lo kam* b<sup>e</sup>jisrael k<sup>e</sup>Moshe od navi  
umabit et t<sup>e</sup>munato.

לא קם כִּישראל כְּמֹשֶׁה עוד נביא,  
ומביט את תמונתו:

*Torat* emet natan l<sup>e</sup>amo el,  
al jad n<sup>e</sup>vio ne'eman bejto.

תורת אמת נתן לעמו, אל,  
על יד נביאו נאמן ביתו:

*Lo jachalif* ha'el v<sup>e</sup>lo jamir dato,  
l<sup>e</sup>olamim, l<sup>e</sup>zulato.

לא יחליף האל ולא ימיר דתו,  
לעולמים, לזולתו:

*Tsofe* v<sup>e</sup>jodea s<sup>e</sup>tarenu,  
mabit l<sup>e</sup>sof davar b<sup>e</sup>kadmato.

צופה ויודע סתרינו,  
מביט לסוף דבר בקדמתו:

*Gomel* l<sup>e</sup>ish chesed k<sup>e</sup>mifalo,  
noten l<sup>e</sup>rasha ra k<sup>e</sup>rishato.

גומל לאיש חסד כמפעלו,  
נותן לרשע רע כרשעתו:

*Jishlach* l<sup>e</sup>kets jamin m<sup>e</sup>shichenu,  
lifdot m<sup>e</sup>chakej kets j<sup>e</sup>shuato.

ישלח לקץ ימין משיחנו,  
לקדות מחכי קץ ישועתו:

*Metim* j<sup>e</sup>chaje El b<sup>e</sup>rov chasdo,  
baruch adei ad shem t<sup>e</sup>hilato.

מתים יחיה אל ברוב חסדו,  
ברוך עדי עד שם תהלתו:

## Jigdal

Jigdal tros vara skriven av Daniel ben Jehuda från Rom (1500-talet) och baserar på Maimonides (1134-1204) 13 trosprinciper som han skrev i sin kommentar till mishnan Sanhedrin. Idag är den mycket populär men ansågs på sin tid som kontroversiell då många tyckte att det inte går att sammanfatta judendomen till 13 trosprinciper. Även den sista raden, som ger förhoppning att de döda en dag ska återuppstå har gett upphov till mycket diskussion och ibland har denna rad t o m ändrats. I Ungern fanns det en chevra kadisha som på den 7:e i Adar (som anses vara Moshes födelsdag och hans dödsdag, jartsejt) gick runt bland judiska hem och sjöng just sista versen.

Må den levande Guden upphöjas och prisas,  
han är och ingen tid begränsar honom.

Han är en, såsom ingen annan är,  
hans väsen är fördolt och hans enhet utan gräns.

Han har ingen kroppslig gestalt och är ingen kropp,  
vi kan inte fatta hans helighet.

Han fanns före allt som skapats,  
han var den förste och har ingen begynnelse.

Han är världens Herre; allt skapat  
visar hans storhet och hans kungamakt.

Sin profetiska ande har han givit  
åt sin egendoms- och härlighetens folk.

Ingen annan profet har uppstått i Israel såsom Moses,  
som så har skådat hans bild.

Sanningens tora har Gud givit åt sitt folk genom sin profet,  
den i hans hus betrodde.

Gud skall aldrig i evighet förändra sin lära eller utbyta  
den mot en annan.

Han ser och känner våra hemligheter; han skådar  
tingens slut redan i deras begynnelse.

Han belönar den fromme enligt dennes goda gärningar  
och straffar den onde för hans ondska.

Han skall vid dagars slut sända vår Messias för att  
befria dem som väntar på hans hjälp.

Gud skall väcka de döda till liv genom sin stora nåd.  
Välsignat vare evinnerligen hans prisade namn.

## ספירת העמר

לָשֵׁם יְחִיד קִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא וְשִׁכְנִיתִיה בְּדַחֲלוֹ וְרַחֲמֵמוּ, וְרַחֲמֵמוּ וְדַחֲלוֹ,  
לְיַחַד שֵׁם יו"ד ה"א בְּנֹא"ו ה"א בְּיַחְדָּא שְׁלִים בְּשֵׁם כָּל יִשְׂרָאֵל.

הַגְּנִי מוֹכֵן וּמְזוּמָן לַגְּנִים מְצַנֵּת עֲשֵׂה שֶׁל סְפִירַת הָעוֹמֵר, כְּמוֹ שֶׁכָּתוּב בַּתּוֹרָה:  
וּסְפַרְתֶּם לָכֶם מִמִּתְחַרַּת הַשַּׁבָּת מִיּוֹם הִבִּיאָכֶם אֶת־עוֹמֵר הַתְּנוּפֵה  
שָׁבַע שַׁבְּתוֹת תְּמִימֹת תִּהְיֶינָה:  
עַד מִמִּתְחַרַּת הַשַּׁבָּת הַשְּׁבִיעִית תִּסְפְּרוּ חֲמִשִּׁים יוֹם וְהִקְרַבְתֶּם מִנְחָה קִדְשָׁה  
לַיהוָה:

וְיֵהי נֵעֵם אֲדָנִי אֱלֹהֵינוּ עָלֵינוּ וּמַעֲשֵׂה יַדֵּינוּ כּוֹנְנָה עָלֵינוּ  
וּמַעֲשֵׂה יַדֵּינוּ כּוֹנְנָהוּ:

בְּרוּךְ אַתָּה יְיָ אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצָנְנוּ עַל  
סְפִירַת הָעוֹמֵר. הַיּוֹם...

- 1 יוֹם אֶחָד לְעוֹמֵר.
- 2 שְׁנַי יָמִים לְעוֹמֵר.
- 3 שְׁלֹשָׁה יָמִים לְעוֹמֵר.
- 4 אַרְבָּעָה יָמִים לְעוֹמֵר.
- 5 חֲמִשָּׁה יָמִים לְעוֹמֵר.
- 6 שֵׁשָׁה יָמִים לְעוֹמֵר.
- 7 שִׁבְעָה יָמִים, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד לְעוֹמֵר.
- 8 שְׁמוֹנֶה יָמִים, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וַיּוֹם אֶחָד לְעוֹמֵר.
- 9 תְּשֻׁעָה יָמִים, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁנַי יָמִים לְעוֹמֵר.
- 10 עֶשְׂרֵה יָמִים, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וּשְׁלֹשָׁה יָמִים לְעוֹמֵר.
- 11 אַחַד עָשָׂר יוֹם, שְׁהֵם שְׁבוּעַ אֶחָד וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעוֹמֵר.



## Räkning av Omerdagarna

Lovad vare Du, Herre, vår Gud, världens konung, som helgat oss genom sina bud och befallt oss att räkna omer: Idag är den...

Baruch ata Adonaj elohenu melech ha'olam asher  
kid<sup>c</sup>shanu b<sup>c</sup>mitsvotav v<sup>c</sup>tsivanu al sefirat ha'omer. Hajom...

- 12 .שְׁנַיִם עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שָׁבוּעַ אֶחָד וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר.
- 13 .שְׁלֹשָׁה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שָׁבוּעַ אֶחָד וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר.
- 14 אַרְבָּעָה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת לְעֹמֶר.
- 15 חֲמִשָּׁה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד לְעֹמֶר.
- 16 .שִׁשָּׁה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת וְשְׁנַיִ יָמִים לְעֹמֶר.
- 17 .שִׁבְעָה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת וְשְׁלֹשָׁה יָמִים לְעֹמֶר.
- 18 שְׁמוֹנֶה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים  
לְעֹמֶר.
- 19 .תְּשַׁעָה עָשָׂר יוֹם, שָׁהֵם שְׁנַיִ שָׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֶר.

- 20                   עֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁנֵי שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 21                   אֶחָד וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת לְעֹמֵר.
- 22                   שְׁנָיִם וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד לְעֹמֵר.
- 23                   שְׁלֹשָׁה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְשְׁנֵי יָמִים לְעֹמֵר.
- 24                   אַרְבָּעָה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 25                   חֲמִשָּׁה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר.
- 26                   שִׁשָּׁה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 27                   שִׁבְעָה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם שְׁלֹשָׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 28                   שְׁמוֹנָה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת לְעֹמֵר.
- 29                   תְּשֻׁעָה וְעֲשָׂרִים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְיוֹם אֶחָד לְעֹמֵר.
- 30                   שְׁלֹשִׁים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְשְׁנֵי יָמִים לְעֹמֵר.
- 31                   אֶחָד וְשְׁלֹשִׁים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 32                   שְׁנָיִם וְשְׁלֹשִׁים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר.
- 33                   שְׁלֹשָׁה וְשְׁלֹשִׁים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְחֲמִשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 34                   אַרְבָּעָה וְשְׁלֹשִׁים יוֹם, שָׁהֵם אַרְבָּעָה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.

- 35 חַמְשָׁה וְשִׁלְשִׁים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת לְעֹמֵר.
- 36 שִׁשָּׁה וְשִׁלְשִׁים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וַיּוֹם אֶחָד לְעֹמֵר.
- 37 שִׁבְעָה וְשִׁלְשִׁים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁנַיִם יָמִים לְעֹמֵר.
- 38 שְׁמוֹנֶה וְשִׁלְשִׁים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁלְשָׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 39 תְּשַׁעָה וְשִׁלְשִׁים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר.
- 40 אַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וְחַמְשָׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 41 אֶחָד וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם חַמְשָׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 42 שְׁנַיִם וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת לְעֹמֵר.
- 43 שְׁלֹשָׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וַיּוֹם אֶחָד לְעֹמֵר.
- 44 אַרְבָּעָה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וּשְׁנַיִם יָמִים לְעֹמֵר.
- 45 חַמְשָׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁלְשָׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 46 שִׁשָּׁה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְאַרְבָּעָה יָמִים לְעֹמֵר.
- 47 שִׁבְעָה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְחַמְשָׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 48 שְׁמוֹנֶה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁשָּׁה שָׁבוּעוֹת וְשִׁשָּׁה יָמִים לְעֹמֵר.
- 49 תְּשַׁעָה וְאַרְבָּעִים יוֹם, שָׁהֵם שִׁבְעָה שָׁבוּעוֹת לְעֹמֵר.