



The Counting of the Omer

The 49 days between *Pesach* (the Israelites exodus from Egypt) and *Shavuot* (receiving the Ten Utterances at Mount Sinai) are known as the *Omer*. The Aramaic letters we recite, during the 49 days when we count the *Omer*, are the DNA forces we tap into to correct and prepare us for the enormous revelation of Light of Immortality on Shavuot.

Meditation from the Ari - כוונות ספירת העומר

כתיב (ויקרא כ"ג, ט"ו) "וספרתם לכם ממחרת השבת מיום הביאכם את עומר התנופה", ואמר בזהר: וספרתם לכם, לכם לעצמיכם מד"א (ויקרא ט"ו, כ"ה) "וספרה לה שבעת ימים" מה התם לה לעצמה אף הכא לכם לעצמיכם. הזהר בא לבאר סוד ספירת העומר בסוד ספירת ז' נקיים אחר שפסקה הטומאה ובגלות מצרים היו הקליפות יונקים מהקדושה והיתה הטומאה שולטת בישראל למעלה ולמטה ובני"י היו במ"ט שערי טומאה וביום א' של פסח פסקה הטומאה והיו צריכים לספור ז' נקיים ולכן אמר לכם לעצמיכם כמד"א "וספרה לה שבעת ימים" לה לעצמה וגו'. גם יציאת מצרים היתה ע"י אתערותא דלעילא והקב"ה רצה שלאחר יציאת מצרים עד מתן תורה יעבדו בני"י בכוחות עצמם במ"ט הימים באופן דאתערותא דלתתא.

We recite *LeShem Yichud* and accepting the precept: "Love thy neighbor as thyself". According to the Ari, this action creates unity and connects us to the prayers of all people on the planet.

לְשֵׁם יְחִוּד קְדוּשָׁא בְּרִיךְ הוּא וְשִׁכְנֵיתִיהּ (איהויה) בְּדוּחֵיכוֹ וְרוּחֵיכוֹ
ur'chimu bid'chilu ush'chintey hu brich kudsha yichud leshem

(איהויה), וְרוּחֵיכוֹ וְדוּחֵיכוֹ (איהויה), לְיוֹדָא שְׁמַיָּו יו"ד קַי בּוֹא"ו קַי בְּיוֹדָא
beyichuda kay b'av key yud shem leyachda ud'chilu ur'chimu

שְׁלִים (יהוה) בְּשֵׁם כָּל יִי יִשְׂרָאֵל, הִנֵּה אֲנֹחֶנּוּ בְּאִים לְקַיִם מִצְוֹת סְפִירַת
Sefirat mitzvat le'kayem ba'im anachnu hine yisrael kol beshem shelim

הָעוֹמֵר י"פ אל . לְעֵשׂוֹת נְזוּת-רוּחַ לְיוֹצְרֵנוּ וְלְעֵשׂוֹת רֵצוֹן ע"ב בריבוע + קס"א ע"ה = אל (י"א)
retzon vela'asot leyotzrenu ru'ach nachat la'asot homer

מילוי דס"ג) + עו"י ע"ה = מוהע ע"ה בּוֹרְאֵנוּ וְיֵהִי נְעֵם אֲדוֹנָי לַלֵּה אֱלֹהֵינוּ ילה עָלֵינוּ וּבְעֵשָׂה
u'ma'ase alenu Eloheynu Adonai no'am viyehi bor'enu

יְדֵינוּ כּוֹנְנָה עָלֵינוּ וּבְעֵשָׂה יְדֵינוּ כּוֹנְנָהוּ
konenehu yadenu u'ma'ase alenu konena yadenu

Surrounding Light - Or Makif

Surrounding Light is our potential Light, it is the force that pushes and motivates us to explore spirituality and the meaning of our existence. Surrounding Light also refers to the amount of Light that each of us came here to reveal. The more Surrounding Light we reveal, the more momentum we gather toward greater spiritual actions. We can also tap into Surrounding Light through reciting blessings. Each day of the *Omer*, we choose the appropriate blessing, which connect us to the Surrounding Light (followed by the Inner Light - *Or Penimi* – the actual) and will help materialize all the Light in our world.

בְּרוּךְ אַתָּה יְהוָה (אדוני איהויה) (יוד הא ואו הא) אֱלֹהֵינוּ ילה מֶלֶךְ הָעוֹלָם, אֲשֶׁר קִדְשָׁנוּ
kideshanu asher ha'olam melech eloheinu Adonai ata Baruch

בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל סְפִירַת הָעוֹמֵר עומר גימ' י"פ אל:
ha'omer sefirat al vetzivanu bemitzvotav



כ"ו בניסן הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעַי shavu'a אֶחָד echad וְאַרְבַּעַה ve'arba'a יָמִים yamim נְלַךְ:	נצח שבגבורה בכל ו שגבנו	Day 11
כ"ז בניסן הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעַי shavu'a אֶחָד echad וְזַמְשֵׁה vachamisha יָמִים yamim נְלַךְ:	הור שבגבורה גוים ל טהרנו	Day 12
כ"ח בניסן הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעַי shavu'a אֶחָד echad וְשֵׁשֶׁה shelosha עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer יָמִים yamim נְלַךְ:	יסוד שבגבורה ישועתך א נורא	Day 13
כ"ט בניסן הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אַרְבָּעַה arba'a עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot שְׁנַיִם shenei עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot:	מלכות שבגבורה יודוך מ קרע שטן	Day 14

Week 3 - Tiferet

ל' בניסן הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot שְׁנַיִם shenei עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot:	חסד שבתפארת עמים י נא	Day 15
א' באייר הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot שְׁנַיִם shenei עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot:	גבורה שבתפארת אלהים ם גבור	Day 16
ב' באייר הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot שְׁנַיִם shenei עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot:	תפארת שבתפארת יודוך כ דורשי	Day 17
ג' באייר הַיּוֹם hayom עֵינָה נִגְדָה, עֵינָה מוֹזְבוֹת, עֵינָה אֶחָד אחד עֶשֶׂר asar יוֹם yom לְעוֹמֵר la'omer עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot שְׁנַיִם shenei עֵהֶם shehem עֲבוּעוֹת shavu'ot:	נצח שבתפארת עמים י יודוך	Day 18



<p>ה' באייר הודר עובתפארת כלם ת ככבת הַיּוֹם hayom ע"ה נגד, ע"ה מזבוח, ע"ה זן תַּשְׁעֵנָה tish'a עֶשְׂרֵי asar יוֹם yom ע"ה נגד, מזבוח, זן, אל יהוה לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִי shenei עֲבוֹתָוֹת shavu'ot וְזַמְשָׁה vachamisha יָמִים yamim נֶגֶד:</p>	<p>Day 19</p>
<p>ה' באייר יסוד עובתפארת יעמוזו עי עמורם הַיּוֹם hayom ע"ה נגד, ע"ה מזבוח, ע"ה זן עֶשְׂרִים esrim יוֹם yom ע"ה נגד, מזבוח, זן, אל יהוה לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁנַיִי shenei עֲבוֹתָוֹת shavu'ot וְשֵׁשָׁה veshisha יָמִים yamim נֶגֶד:</p>	<p>Day 20</p>
<p>ו' באייר מלכות עובתפארת וירננו פ נגד יכע הַיּוֹם hayom ע"ה נגד, ע"ה מזבוח, ע"ה זן אֶחָד echad אהבה, דאגה וְעֶשְׂרִים ve'esrim יוֹם yom ע"ה נגד, מזבוח, זן, אל יהוה לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem עֲלוֹשָׁה shelosha שְׁבוֹתָוֹת shavu'ot:</p>	<p>Day 21</p>

Week 4 – Netzach

<p>ז' באייר חסד עבנצוז לאמים ו ברכם הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן שְׁנַיִם shenayim וְעֶשְׂרִים ve'esrim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁלוֹשָׁה shelosha עֲבוֹתָוֹת shavu'ot יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן אֶחָד echad אהבה, דאגה:</p>	<p>Day 22</p>
<p>ח' באייר גבורה עבנצוז כי ט טהרם הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן שְׁלוֹשָׁה shelosha וְעֶשְׂרִים ve'esrim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁלוֹשָׁה shelosha עֲבוֹתָוֹת shavu'ot וְשְׁנַיִי ushnei יָמִים yamim נֶגֶד:</p>	<p>Day 23</p>
<p>ט' באייר תפארת עבנצוז תשפוט ע רחומי הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן אַרְבָּעָה arba'a וְעֶשְׂרִים ve'esrim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁלוֹשָׁה shelosha עֲבוֹתָוֹת shavu'ot וְעֶשְׂרִים ve'arba'a יָמִים yamim נֶגֶד:</p>	<p>Day 24</p>
<p>י' באייר נצח עבנצוז עמים מ צדקתך הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן וְזַמְשָׁה chamisha וְעֶשְׂרִים ve'esrim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל עֵהֶם shehem שְׁלוֹשָׁה shelosha עֲבוֹתָוֹת shavu'ot וְאַרְבָּעָה ve'arba'a יָמִים yamim נֶגֶד:</p>	<p>Day 25</p>



<p>י"א באייר הוד שבנצחון מישור י תמיד הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים ve'esrim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shehem שְׁלֹשָׁה shelosha עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְזִמְעָה vachamisha יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 26</p>
<p>י"ב באייר יסוד שבנצחון ולאמים ם גמלם הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים yom יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shehem שְׁלֹשָׁה shelosha עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְשֵׁשָׁה veshisha יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 27</p>
<p>י"ג באייר מלכות שבנצחון בארץ מ בטר צתג הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shemona יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים ve'esrim la'omer שְׁלֹשָׁה shehem אַרְבָּעָה arba'a עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot נֶכֶד:</p>	<p>Day 28</p>

Week 5 – Hod

<p>י"ד באייר וסד שבהוד תנזם י וסין הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים tish'a יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shehem אַרְבָּעָה arba'a עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְיוֹם veyom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְאֶחָד echad אַהֲבָה, דֹאגָה:</p>	<p>Day 29</p>
<p>ט"ו באייר גבורה שבהוד סלה ע קדוע הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים sheloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shehem אַרְבָּעָה arba'a עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְשְׁנַיִם ushnei יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 30</p>
<p>ט"ז באייר תפארת שבהוד יודוך ו כרוב הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים echad יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shehem אַרְבָּעָה arba'a עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְשְׁלֹשָׁה ushlosa יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 31</p>
<p>י"ז באייר נצח שבהוד עמים ר טובך הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים shenayim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מוצבון, וְעֶשְׂרִים ועֶשְׂרִים ushlosim la'omer שְׁלֹשָׁה shehem אַרְבָּעָה arba'a עֲבוֹת שָׁבוֹת shavu'ot וְאַרְבָּעָה ve'arba'a יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 32</p>



<p>י"ז באייר הוד עברהוד אלהים ו זהל הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון שְׁלֹשָׁה shelosha וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem אַרְבָּעָה arba'a שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְזִמְשָׁה vachimisha יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 33</p>
<p>י"ט באייר יסוד עברהוד יודוך ל עדתך הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון אַרְבָּעָה arba'a וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem אַרְבָּעָה arba'a שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁשָּׁה veshisha יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 34</p>
<p>כ' באייר מלכות עברהוד עמים א וזקב טזע הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון וְזִמְשָׁה chamisha וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem וְזִמְשָׁה chamisha שְׁבוּעוֹת shavu'ot זכר:</p>	<p>Day 35</p>

Week 6 – Yesod

<p>כ"א באייר וסד עביסוד כלם מ יודיר הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון שִׁשָּׁה shisha וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem וְזִמְשָׁה chamisha שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְיוֹם veyom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון אֶחָד echad אהבה, דאגה זכר:</p>	<p>Day 36</p>
<p>כ"ב באייר גבורה עביסוד ארץ י גאה הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון שִׁבְעָה shiv'a וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem וְזִמְשָׁה chamisha שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשְׁנַיִם ushnei יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 37</p>
<p>כ"ג באייר תפארת עביסוד נתנה ם לעמך הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון שְׁמוֹנָה shemona וְשִׁלְשִׁים ushloshim יּוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem וְזִמְשָׁה chamisha שְׁבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁלְשָׁה ushlosa יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 38</p>



<p>כ"ד באייר נצחו שבסוד יבולה ב פנה הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון תְּשִׁיעָה tish'a וּשְׁלֹשִׁים ushloshim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem וְזַמְשָׁה chamisha עֲבוֹתָּת shavu'ot וְאַרְבָּעָה ve'arba'a יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 39</p>
<p>כ"ה באייר הוד שבסוד יברכנו א זוכרי הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון אַרְבָּעִים arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem וְזַמְשָׁה chamisha עֲבוֹתָּת shavu'ot וְזַמְשָׁה vachamisha יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 40</p>
<p>כ"ו באייר יסוד שבסוד אלהים ר קדושתך הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון אֶחָד echad וְאַרְבָּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem וְזַמְשָׁה chamisha עֲבוֹתָּת shavu'ot וְשִׁשָּׁה veshisha יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 41</p>
<p>כ"ז באייר מלכות שבסוד אלהינו ון יגל פזק הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון שְׁנַיִם shenayim וְאַרְבָּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem עֲבוֹתָּת shavu'ot וְשִׁשָּׁה shisha נֶכֶד:</p>	<p>Day 42</p>

Week 7 – Malchut

<p>כ"ח באייר חסד שבמלכות יברכנו ת שועתנו הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון שְׁלֹשָׁה shelosha וְאַרְבָּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem עֲבוֹתָּת shavu'ot וְשִׁשָּׁה shisha יוֹם veyom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון אֶחָד echad אהבה, דאגה:</p>	<p>Day 43</p>
<p>כ"ט באייר גבורה שבמלכות אלהים ז קבל הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון אַרְבָּעָה arba'a וְאַרְבָּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבח, ון לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שֶׁהֵם shehem עֲבוֹתָּת shavu'ot וְשִׁשָּׁה shisha וְשְׁנַיִם ushnei יָמִים yamim נֶכֶד:</p>	<p>Day 44</p>



<p>א' בסיון תפארת שבמלכות וייראו וזן ושמוע</p> <p>הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן וְזֹמַתָּה chamisha</p> <p>וְאַרְבַּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer</p> <p>י"פ אל שְׁהֵם shehem עֲשֵׂה shisha עֲבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁלְשָׁה ushlosha</p> <p>יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 45</p>
<p>ב' בסיון נצוה שבמלכות אוחו ם צעקתנו</p> <p>הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן עֲשֵׂה shisha וְאַרְבַּעִים ve'arbaim</p> <p>יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer שְׁהֵם shehem</p> <p>עֲשֵׂה shisha עֲבוּעוֹת shavu'ot וְאַרְבַּעָה ve'arba'a יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 46</p>
<p>ג' בסיון הוד שבמלכות כל ס יודע</p> <p>הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן עֲבֵבָה shiv'a וְאַרְבַּעִים ve'arbaim</p> <p>יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer שְׁהֵם shehem</p> <p>עֲשֵׂה shisha עֲבוּעוֹת shavu'ot וְזֹמַתָּה vachamisha יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 47</p>
<p>ד' בסיון יסוד שבמלכות אפסי ל תעלומות</p> <p>הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן עֲמוֹנָה shemona</p> <p>וְאַרְבַּעִים ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer</p> <p>י"פ אל שְׁהֵם shehem עֲשֵׂה shisha עֲבוּעוֹת shavu'ot וְשִׁשָּׁה veshisha יָמִים yamim זכר:</p>	<p>Day 48</p>
<p>ה' בסיון מלכות שבמלכות ארץ ה עקו צית</p> <p>הַיּוֹם hayom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן תְּשִׁעָה tish'a וְאַרְבַּעִים</p> <p>ve'arbaim יוֹם yom ע"ה = נגד = אל (י"א"י מילוי דס"ג) + יהוה = מזבוח, זן לְעוֹמֵר la'omer י"פ אל שְׁהֵם shehem עֲבֵבָה shiv'a עֲבוּעוֹת shavu'ot:</p>	<p>Day 49</p>

Inner Light - Or Penimi

Inner Light refers to the life-force that breathes us into existence. It is the fuel that sustains and animates us.

הַרְוֹמֵן הוּא יוֹזִיר עֲבוֹדַת בֵּית גִּמְו' ב"פ ראה הַמְקַדֵּשׁ לְמִקְוֵה בְּמִהְרָה בְּיָמֵינוּ אָמֵן:
Amen veyamenu bimhera limkoma hamikdash bet avodat yachazir hu harachaman



Ribono Shel Olam

These Aramaic letters are the DNA forces we tap into to correct the specific *Sefira* (Emanation or metaphysical level) of the night so that we can receive the Light of *Shavuot*.

רבונו של עולם. אתה צויתנו על ידי משה עבדך גימ' פוי לספור ספירת העומר
 עמר גימ' י"פ אל כדי לטהרנו מקלפותנו ומטומאתינו. כמו עקבת בת בתורתך: וספרתם
 לכם במנוחת העשרת מיום ע"ה נגד ע"ה מובח, ע"ה ון הביאכם את עמר גימ' י"פ אל התנופה שבע
 עבתות תבימות תהיינה: עד במנוחת העשרת העביתת תספרו וזמעים יום ע"ה נגד,
 ע"ה מובח, ע"ה ון, כדי שיטהרו נפשות עמך ישראל מזוהמתם. ובכן יהי רצון משה ע"ה מלפניך
 גימ' ס"ג + מ"ה + ב"ן יהוה אלהינו ואלהי ילה, רמב אבותינו, עבוכות ספירת העומר
 עמר גימ' י"פ אל עספרתי היום ע"ה נגד, ע"ה מובח, ע"ה ון, יתקן מה גימ' יוד הא ואו הא עפגמתי בספירה

Here it is appropriate to mention the name of the *Sefira* of tonight and meditate on it. In addition one can scan the meditations of the Ari in the charts below which correct the *Sefira* of the night before concluding *Ribono Shel Olam*.

Week 1 – Chesed

חוסד עבווסד – <i>Chesed of Chesed</i>	Day 1
גבורה עבווסד – <i>Gevurah of Chesed</i>	Day 2
תפארת עבווסד – <i>Tiferet of Chesed</i>	Day 3
נצח עבווסד – <i>Netzach of Chesed</i>	Day 4
הוד עבווסד – <i>Hod of Chesed</i>	Day 5
יסוד עבווסד – <i>Yesod of Chesed</i>	Day 6
מלכות עבווסד – <i>Malchut of Chesed</i>	Day 7

Week 2 – Gevurah

חוסד עבגבורה – <i>Chesed of Gevurah</i>	Day 8
גבורה עבגבורה – <i>Gevurah of Gevurah</i>	Day 9
תפארת עבגבורה – <i>Tiferet of Gevurah</i>	Day 10
נצח עבגבורה – <i>Netzach of Gevurah</i>	Day 11
הוד עבגבורה – <i>Hod of Gevurah</i>	Day 12
יסוד עבגבורה – <i>Yesod of Gevurah</i>	Day 13
מלכות עבגבורה – <i>Malchut of Gevurah</i>	Day 14

Week 3 – Tiferet

חוסד עבתפארת – <i>Chesed of Tiferet</i>	Day 15
גבורה עבתפארת – <i>Gevurah of Tiferet</i>	Day 16
תפארת עבתפארת – <i>Tiferet of Tiferet</i>	Day 17
נצח עבתפארת – <i>Netzach of Tiferet</i>	Day 18
הוד עבתפארת – <i>Hod of Tiferet</i>	Day 19
יסוד עבתפארת – <i>Yesod of Tiferet</i>	Day 20
מלכות עבתפארת – <i>Malchut of Tiferet</i>	Day 21

Week 4 – Netzach

חוסד עבנצח – <i>Chesed of Netzach</i>	Day 22
גבורה עבנצח – <i>Gevurah of Netzach</i>	Day 23
תפארת עבנצח – <i>Tiferet of Netzach</i>	Day 24
נצח עבנצח – <i>Netzach of Netzach</i>	Day 25

הוד עבתנצח – <i>Hod of Netzach</i>	Day 26
יסוד עבתנצח – <i>Yesod of Netzach</i>	Day 27
מלכות עבתנצח – <i>Malchut of Netzach</i>	Day 28

Week 5 – Hod

חוסד עבהוד – <i>Chesed of Hod</i>	Day 29
גבורה עבהוד – <i>Gevurah of Hod</i>	Day 30
תפארת עבהוד – <i>Tiferet of Hod</i>	Day 31
נצח עבהוד – <i>Netzach of Hod</i>	Day 32
הוד עבהוד – <i>Hod of Hod</i>	Day 33
יסוד עבהוד – <i>Yesod of Hod</i>	Day 34
מלכות עבהוד – <i>Malchut of Hod</i>	Day 35

Week 6 – Yesod

חוסד עביסוד – <i>Chesed of Yesod</i>	Day 36
גבורה עביסוד – <i>Gevurah of Yesod</i>	Day 37
תפארת עביסוד – <i>Tiferet of Yesod</i>	Day 38
נצח עביסוד – <i>Netzach of Yesod</i>	Day 39
הוד עביסוד – <i>Hod of Yesod</i>	Day 40
יסוד עביסוד – <i>Yesod of Yesod</i>	Day 41
מלכות עביסוד – <i>Malchut of Yesod</i>	Day 42

Week 7 – Malchut

חוסד עבמלכות – <i>Chesed of Malchut</i>	Day 43
גבורה עבמלכות – <i>Gevurah of Malchut</i>	Day 44
תפארת עבמלכות – <i>Tiferet of Malchut</i>	Day 45
נצח עבמלכות – <i>Netzach of Malchut</i>	Day 46
הוד עבמלכות – <i>Hod of Malchut</i>	Day 47
יסוד עבמלכות – <i>Yesod of Malchut</i>	Day 48
מלכות עבמלכות – <i>Malchut of Malchut</i>	Day 49

ואתה ריבון עולם ואתה קדוש בקדושה על בעלך אמון סלה:



Day Of the Omer	Day of the week	אהיה EHKH	מ"ה Mah	ב"ן Ban	מ"ב דמ"ה 42 of Mah	מ"ב דב"ן 42 of Ban	אנא בכח Ana Bekoach	למנצח בנגינות The Menorah	פסוק ישמחו Middle verse	ז' מלכים 7 Kings	מוחין The Mochin	המוחין באים מ: Mochin coming from:	הויה YKVK	כוונת המוחין Meditation of the Mochin	ששה ש"ך
-----------------	-----------------	-----------	---------	---------	--------------------	--------------------	---------------------	---------------------------	-------------------------	------------------	------------------	------------------------------------	-----------	---------------------------------------	---------

1st week – Mochin are entering Chochmah Of Zeir Anpin

שבוע ראשון – המוחין נכנסים לזכמה דז"א, וחסד א' לו"א וגבורה א' לנוקבא א' יהוה

1	1 st	א	יוד	יוד	י	י	אנא	אלהים	י	בלע דבלע	Gadlut A - Aba	Inner Netzach of Israel Saba	יהוה	יוד הי ויו הי	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג (2) די"ן (3) מ"ה (4) לב נתיבות (5) עדי"ן (6) אל יהוה
2	2 nd	ה	הא	הה	ה	ה	בסו	יחננו	ש	יובב דבלע	Gadlut A - Ima	Inner Netzach of Tevunah	יהוה	יוד הי ויו הי	
3	3 rd	י	ואו	וו	ו	ו	גדולה	ויברכנו	מ	זשם דבלע	Katnut B Aba & Ima	Outside Chesed of supernal Aba & Ima	יהוה	אכטד"ם	
4	4 th	ה	הא	הה	ה	ה	ימיוך	יאר	וו	הדר דבלע	Gadlut B - Ima	Inner Chesed of supernal Ima	יהוה	יוד הי ויו הי	
5	5 th	א	יוד	יוד	י	י	תתיר	פניו	ו	עמלה דבלע	Katnut A Aba & Ima	Outside Netzach of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הי יוד מם	
6	6 th	ה	הא	הה	ו	ו	צורה	אתנו	ו	עאול דבלע	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Chesed of supernal Aba	יהוהוה	יוד הי ויו הי	
7	7 th	י	ואו	וו	יהו היו	יהו היו	אבג ית"צ	סלה	י	בעל זזן דבלע	Gadlut B - Aba	Inner Chesed of supernal Aba	יהוה	יוד הי ויו הי	

2nd week - Mochin are entering Binah Of Zeir Anpin

שבוע שני – המוחין נכנסים לבנה דז"א, וחסד ב' לו"א וגבורה ב' לנוקבא ב' יהוה

8	1 st	ה	הא	הה	ד	ד	קבל	לדעת	ר	בלע דיובב	Gadlut A - Aba	Inner Hod of Israel Saba	יהוה	יוד הי ואו הי	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג (2) די"ן (3) מ"ה (4) לב נתיבות (5) עדי"ן (6) אל יהוה
9	2 nd	א	יוד	יוד	ה	ה	רנת	בארץ	ג	יובב דיובב	Gadlut A - Ima	Inner Hod of Tevunah	יהוה	יוד הי ואו הי	
10	3 rd	ה	הא	הה	א	ה	עמך	דרכך	ג	זשם דיובב	Katnut B - A&I	Outside Gevurah of supernal Aba & Ima	יהוה	א"ם ג"ל	
11	4 th	י	ואו	וו	ו	ו	שגבנו	בכל	ו	הדר דיובב	Gadlut B - Ima	Inner Gevurah of supernal Ima	יהוה	יוד הי ואו הי	
12	5 th	ה	הא	הה	א	ו	טהרנו	גוים	ל	עמלה דיובב	Katnut A - Aba & Ima	Outside Hod of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הה יוד מם	
13	6 th	א	יוד	יוד	ו	ה	זרא	ישועתך	א	עאול דיובב	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Gevurah of supernal Aba	יהוהוה	יוד הי ואו הי	
14	7 th	ה	הא	הה	דהא וא	דהה ווה	קרע שט"ץ	יודוך	מ	בעל זזן דיובב	Gadlut B - Aba	Inner Gevurah of supernal Aba	יהוה	יוד הי ואו הי	

3rd week - Mochin are entering Chasadim of Da'at Of Zeir Anpin

שבוע שלישי – המוחין נכנסים לחסד דדעת דז"א, וחסד ג' לו"א וגבורה ג' לנוקבא ג' יהוה

15	1 st	י	ואו	וו	ה	ה	נא	עמים	י	בלע דזשם	Gadlut A - Aba	Inner Yesod of Israel Saba	יהוה	יוד הא ואו הא	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג (2) די"ן (3) מ"ה (4) לב נתיבות (5) עדי"ן (6) אל יהוה
16	2 nd	ה	הא	הה	א	י	גבור	אלהים	ם	יובב דזשם	Gadlut A - Ima	Inner Yesod of Tevunah	יהוה	יוד הא ואו הא	
17	3 rd	א	יוד	יוד	י	ו	דורשי	יודוך	ט	זשם דזשם	Katnut B - A&I	Outside Tiferet of supernal Aba & Ima	יהוה	אכטד"ם (ע"ה)	
18	4 th	ה	הא	הה	ו	ד	יזודך	עמים	י	הדר דזשם	Gadlut B - Ima	Inner Tiferet of supernal Ima	יהוה	יוד הא ואו הא	
19	5 th	י	ואו	וו	ד	ו	כנבת	כלם	ת	עמלה דזשם	Katnut A - Aba & Ima	Outside Yesod of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הא (י"י) יוד מם	
20	6 th	ה	הא	הה	ו	ו	שמרם	ישמוזו	ש	עאול דזשם	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוהוה	יוד הא ואו הא	
21	7 th	א	יוד	יוד	הא רדו	היו דו	גגד יכ"ש	וירננו	פ	בעל זזן דזשם	Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוה	יוד הא ואו הא	



Day Of the Omer	Day of the week	אהיה EHKH	מ"ה Mah	ב"ן Ban	מ"ב דמ"ה 42 of Mah	מ"ב דב"ן 42 of Ban	אנא בכח Ana Bekoach	למנצח בנגינות The Menorah	פסוק ישמחו Middle verse	ז' מלכים 7 Kings	מוחין The Mochin	המוחין באים מ: Mochin coming from:	הויה YKVK	כוונת המוחין Meditation of the Mochin	ששה ש"ך
-----------------	-----------------	-----------	---------	---------	--------------------	--------------------	---------------------	---------------------------	-------------------------	------------------	------------------	------------------------------------	-----------	---------------------------------------	---------

4th week - Mochin are entering Gevurot of Da'at Of Zeir Anpin

שבוע רביעי - המווחין נכנסים לגבורה דרע"א, וחסד ה' לו"א וגבורה ד' לנוקבא - יהוה

22	1 st	ה	ה	ה	א	ד	ברכס	ו	בלע דהדר	Gadlut A - Aba	Inner Yesod of Israel Saba	יהוה	יוד הו הו הו	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג די"ן (2) מ"ה (3) ל"ב נתיבות (4) ער"י (5) א"ל יהוה (6)
23	2 nd	י	ו	ו	ו	ל	טהרם	ט	יובב דהדר	Gadlut A - Ima	Inner Yesod of Tevunah	יהוה	יוד הו הו הו	
24	3 rd	ה	ה	ה	ד	ת	רוזמי	ע	זשם דהדר	Katnut B - Aba & Ima	Outside Yesod of supernal Aba & Ima	יהוה	אכט"ם (ע"ד)	
25	4 th	א	יוד	יוד	ל	ה	צדקתך	מ	הדר דהדר	Gadlut B - Ima	Inner Tiferet of supernal Ima	יהוה	יוד הו הו הו	
26	5 th	ה	ה	ה	ת	ה	תמיד	י	שמלה דהדר	Katnut A - Aba & Ima	Outside Yesod of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הא (יוד) יוד מם	
27	6 th	י	ו	ו	ה	ה	גמלם	ם	שואל דהדר	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	
28	7 th	ה	ה	ה	אוד לתה	דלת ההה	בטר צת"ג	מ	בעל זוזן דהדר	Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	

5th week - Mochin are entering Chesed Of Zeir Anpin

שבוע חמישי - המווחין נכנסים לחסד דר"א, וחסד ה' לו"א וגבורה ה' לנוקבא - יהוה

29	1 st	א	יוד	יוד	א	ה	חוסן	י	בלע דשמלה	Gadlut A - Aba	Inner Netzach of Israel Saba	יהוה	יוד הו הו הו	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג די"ן (2) מ"ה (3) ל"ב נתיבות (4) ער"י (5) א"ל יהוה (6)
30	2 nd	ה	ה	ה	א	ו	קדושי	ש	יובב דשמלה	Gadlut A - Ima	Inner Netzach of Tevunah	יהוה	יוד הו הו הו	
31	3 rd	י	ו	ו	ל	ו	ברוב	ו	זשם דשמלה	Katnut B - Aba & Ima	Outside Chesed of supernal Aba & Ima	יהוה	אכט"ם	
32	4 th	ה	ה	ה	פ	ו	טובך	ר	הדר דשמלה	Gadlut B - Ima	Inner Chesed of supernal Ima	יהוה	יוד הו הו הו	
33	5 th	א	יוד	יוד	ו	ו	נהל	ו	שמלה דשמלה	Katnut A - Aba & Ima	Outside Netzach of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הו (יוד) יוד מם	
34	6 th	ה	ה	ה	א	ה	עדתך	ל	שואל דשמלה	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Chesed of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	
35	7 th	י	ו	ו	אאל פא	הו ווה	וקב טנ"ע	א	בעל זוזן דשמלה	Gadlut B - Aba	Inner Chesed of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	

6th week - Mochin are entering Gevurah Of Zeir Anpin

שבוע שישי - המווחין נכנסים לגבורה דר"א, כללות החסדים לו"א וכללות הגבורות לנוקבא - יהוה

36	1 st	ה	ה	ה	ו	ה	יוזר	מ	בלע דשואל	Gadlut A - Aba	Inner Hod of Israel Saba	יהוה	יוד הו הו הו	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: (1) ס"ג די"ן (2) מ"ה (3) ל"ב נתיבות (4) ער"י (5) א"ל יהוה (6)
37	2 nd	א	יוד	יוד	א	ה	גאה	י	יובב דשואל	Gadlut A - Ima	Inner Hod of Tevunah	יהוה	יוד הו הו הו	
38	3 rd	ה	ה	ה	ל	ה	לעמך	ם	זשם דשואל	Katnut B - Aba & Ima	Outside Gevurah of supernal Aba & Ima	יהוה	א"ם ג"ל	
39	4 th	י	ו	ו	פ	ו	פנה	ט	הדר דשואל	Gadlut B - Ima	Inner Gevurah of supernal Ima	יהוה	יוד הו הו הו	
40	5 th	ה	ה	ה	ו	ו	זכרו	א	שמלה דשואל	Katnut A - Aba & Ima	Outside Hod of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הו (יוד) יוד מם	
41	6 th	ה	יוד הו הו הו	יוד הו הו הו	א	ו	קדושתך	ר	שואל דשואל	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Gevurah of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	
42	7 th	ה	יוד הו הו הו	יוד הו הו הו	ואל פא	ההה וו	גל פו"ק	ץ	בעל זוזן דשואל	Gadlut B - Aba	Inner Gevurah of supernal Aba	יהוה	יוד הו הו הו	



Day Of the Omer	Day of the week	אהיה EHKH	מ"ה Mah	בין Ban	מ"ב דמ"ה 42 of Mah	מ"ב דב"ן 42 of Ban	אנא בכח Ana Bekoach	למנצח בנגינות The Menorah	פסוק ישמחו Middle verse	ז' מלכים 7 Kings	מוחין The Mochin	המוחין באים מ: Mochin coming from:	הויה YKVK	כוונת המוחין Meditation of the Mochin	ששה ש"ך
-----------------	-----------------	--------------	------------	------------	--------------------------	--------------------------	------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	---------------------	------------------------	---------------------------------------	--------------	---	---------

7th week - Mochin are entering Tiferet & Malchut Of Zeir Anpin

שבוע עליוני - המוויזן נכנסים לתפארת ומלכות דו"א, כללות הווסדים לו"א וכללות הגבורות לנוקבא - יהוה

43	1 st	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	ו	ו	עויעתו	יברכנו	ת	בלע רבעל וזן	Gadlut A - Aba	Inner Yesod of Israel Saba	יהוה	יוד הא ואו הא יוד הא וו הא	בששת הלילות מ"ה ניצוצין מכל ש"ך: 1) ס"ג 2) די"ן 3) מ"ה 4) ל"ב נתיבות 5) ער"י 6) אל" יהוה
44	2 nd	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	ה	ו	קבל	אלהים	ז	יובב רבעל וזן	Gadlut A - Ima	Inner Yesod of Tevunah	יהוה	יוד הא ואו הא יוד הא וו הא	
45	3 rd	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	א	ו	ושמע	וירא	ח	זעם רבעל וזן	Katnut B - A&I	Outside Yesod of supernal Aba & Ima	יהוה	אכטר"ם (ע"ה) אכטר"ם (ע"ד)	
46	4 th	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	א	ו	צעקתנו	אותו	ס	הדר רבעל וזן	Gadlut B - Ima	Inner Tiferet of supernal Ima	יהוה	יוד הא ואו הא יוד הא וו הא	
47	5 th	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	ט	ו	יודע	טל	ס	עומלה רבעל וזן	Katnut A - A&I	Outside Yesod of Israel Saba & Tevunah	יהוה	אלף למד הא (י"י) יוד מס אלף למד הא (י"ד) יוד מס	
48	6 th	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	פ	ו	תעלומות	אפסי	ט	עאיל רבעל וזן	Reshimo of Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוהוה	יוד הא ואו הא יוד הא וו הא	
49	7 th	אהיה	יג הא נא הא	יג הא נא הא	הא אלף	וו וו	שקו צי"ת	ארץ	ה	בעל וזן רבעל וזן	Gadlut B - Aba	Inner Tiferet of supernal Aba	יהוה	יוד הא ואו הא יוד הא וו הא	ג ניצוצין משעה ע"ך ה"ל