



הזֹהַר הַקִּדוּשׁ

זֹהַר עֵקֶב

The Holy Zohar

Zohar Ekev

With English commentary by Zion Nefesh

Based on Zohar Hasulam, and the teachings of Rabbi Yehuda Halevi Ashlag

DailyZohar 2020 edition

** This is the first and an unedited edition. Please forgive any mistakes and share your comments by email to zion@dailyzohar.com

Future editions may include additional commentaries published on DailyZohar.com.

Copyright © 2020 DailyZohar.com, Zion Nefesh. All rights reserved.

You may share this file with your friends exactly AS IS. No change is allowed. You may print one copy for personal use and study. Reproduction and distribution beyond personal use of this file or parts of it without written permission is prohibited.



1. רעיא מוהימנא והיה עקב תשמעון את המושפטים האלה וגו', ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך וגו'. מצוה (י"ח) זו לברך את הקדוש ברוך הוא על כל מה שאוכל ושותה ונהנה בעולם הזה. ואם לא ברוך, נקרא גזלן לקדוש-ברוך-הוא, שבתוב (משלי כח) גזל אביו ואמו. והרי פרשה החברים. משום שהברכות שמברך אדם את הקדוש ברוך הוא באות להמשיך חיים ממקור החיים לשמו של הקדוש ברוך הוא הקדוש, ולהריק עליו מאותו השמן העליון, ובה להמשיך משם לכל העולם.

1. רעיא מוהימנא והיה עקב תשמעון את המושפטים האלה וגו', ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך וגו'. פקודא (י"ח) דא לברכא ליה לקודשא בריך הוא על כל מה דאכיל ושתה, ואתהני בהאי עלמא. ואי לא בריך, אקרי גזלן לגבי קודשא בריך הוא. דכתוב, (משלי כח) גזל אביו ואמו. והא אוקמוה זובריא. בגין דברכאן דבריה בר נש לקודשא בריך הוא, אתי לאמשכא זיין במקורא דזיין, לשמיה (קדישא) דקודשא בריך הוא קדישא, ולארקא עליה מההוא משווא עכאה, ואתי לאתמשכא מתמן לכל עלמא.

2. וכתוב ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך. ואתן הברכות מוריק אדם באותם הדברים מאותו המקור העליון, ומתברכים כל אותן הדדגות והמקורות, ומתמלאים להריק על כל העולמות, וכלם מתברכים באחד.

2. וכתוב ואכלת ושבעת וברכת את ה' אלהיך (דף רע"א ע"א) ואינן ברכאן, אריק בר נש באינן מלין מההוא מקורא עכאה, ואתברכאן כל אינן דרגין ומקורין, ואתמליין לארקא על כל עלמין. ואתברכאן כלהו כוודא.

“ואכלת, ושבעת--וברכת את-יהוה אלהיך, על-הארץ הטבה אשר נתן-לך” Deuteronomy 8:10
 “And you shall eat and be full, and you shall bless YHVH your God for the good land he has given you.” Eating food can be a high spiritual connection. The blessing of “המוציא”, “Hamotzie” over the bread connects the first H and the last H of the YHVH name.

The blessing over the food connects the food to the three columns, Abraham (Chessed, Right), Isaac (Gevurah, Left) and Jacob (Tiferet, Central). They are mentioned in the blessing because they provide the access to the level of Binah. In the words of the blessings we use the words that God used to bless them; “Bakol, Mikol, Kol...”. These words connect to the Torah where the blessings of God to Abraham, Isaac and Jacob are mentioned. With their support we draw the Light from Binah through Yessod to Malchut.

There are four main blessings that we recite after eating the food. The first one created by Moses to give thanks for the Mana that came down from heaven. The Second was made by Joshua when the Israelites entered the Promised Land and ate from it. The third one was added after the destruction of the Holy Temple and it asks for the building of Jerusalem. The sages added the fourth blessing to acknowledge that everything comes from God.

The Holy Ari gave great importance to the blessing of the food because it has immediate effect, by transforming the physical food we just ate into Light. Remember that the body processes the food to get the energy from it. If we treat it only on the basic level, we may sustain the physical body and produce waste while some of it stays in the body. The blessings ‘wrap’ the food we ate in a spiritual envelope and add light to our vessel.

3. ועל זה צריך אדם לשים רצונו בסוד הברכות, כדי שיתברכו אבות ובנים, הכל באחד. ומי שמברך את הקדוש ברוך הוא – מתברך, ולוקח חלקו מאותן הברכות, בתחלה של כל העולם שלמה. בין ששמו של הקדוש ברוך הוא מתברך משם, יורד ושוה על ראשו החלק הראשון. והרי בארנו שכתוב, (שמות כ) בכל המקום אשר אזכיר את שמי אבא אליך וברכתך. (אזכיר, כמו שנאמר (תהלים כ) יזכר כל מנחותיך) בין שאותה ברכה באה ושוה על ראשו, משם מתפשטת בכל העולם.

4. בשעה שאותן הברכות יורדות, מתעטרות בתוך שדה התפוחים הקדושים, ופוגשות בהן כמה דרגות של ממנים בעולם, ויורדות עמן, ואומרות ומכריזות: זהו הדורון ששלח פלוני לקדוש-ברוך-הוא. מאיזה מקום יורדות? לאחר שיורדות ממקום ראש אחד של הצדיק, שם עולות, מתעוררות להוריד אחרות מלמעלה, ומתמלא מלמעלה ומלמטה. זהו שכתוב (משלי י) ברכות לראש צדיק. בין שדרגה זו מתמלאת, מוריקה לפלה הזו, ומשם שופעות ונמשכות למטה.

3. ועל זה אצטרך בר נש, לשואה רעותיה ברוא דברכאן, בגין דיתברכון אבהן ובנין, כלא כוודא. ומאן דמברך לקודשא בריך הוא, אתברך, ונטיל זולקיה מאינון ברכאן בקדמיתא דכל עלמא לתתא. כיון דשמו דקודשא בריך הוא מתברך מתפון, נזיית ושרא על רישיה זולקא קדמאה. והא אוקימנא דכתיב, (שמות כ) בכל המקום אשר אזכיר את שמי אבא אליך וברכתך. (אזכיר כמה דאת אמר (תהלים כ) יזכר כל מנחותיך) כיון דההיא ברכה אתייה ושרייה על רישיה, מתפון אתפשט בכל עלמא.

4. בשעתא דאינון ברכאן נזייתין, מתעטרין גו זוקל תפוזין קדישין, ופגעי בהו כמה דרגין דממנן בעלמא, ונזייתין בהו, ואמרי ומכריזי דא איהו דורונא דשדר פלוני לקודשא בריך הוא. מאן אתר נזייתין, לבתר דנזייתין מאתר רישא זודא דצדיק. תפון סלקין, מתערי לנזייתא אזורין מלעילא, ואתמלייא מלעילא ומתתא, הדא הוא דכתיב (משלי י) ברכות לראש צדיק. כיון דהאי דרגא אתמלייא, אריק להאי כלה, ומתפון נגדין ואתמשכן לתתא.

In Vaetchanan we have the first sentence and first paragraph on the prayer of “Shema Israel” “שמע ישראל”. It has 42 words, connecting us to the force of Creation that is the name of 42 letters, Ana B’Koach. In Ekev we have the next two paragraphs of this prayer. One has 72 words to connect us to the 72 names of God and the higher name of the world of Emanation, Atziluth “ויד-הי-ויו-הי” with

a numerical value of 72. The other 50 words of the Shema prayer connect us to the level of Binah.

The last paragraph is found in Numbers 15:37 and it also has 72 words.

As we already know, the Shema prayer has 248 words (" רמח ") as in the number of body parts, to indicate completion and a close relation to us. It is also the number of precepts of actions" עשה ". (The other 365 are of what not to do " לא- תעשה ")

248 precepts for Body and 365 for days of the year but about the reason for that in another article B"H)

The essence of the cause and effect system described in this prayer and in this parashah.

It starts with positive directions, (11:13) " וְהָיָה, אִם-שָׁמַעַתְּ אֶל-מִצְוֹתַי, אֲשֶׁר אֲנִי " "מִצְוַת אֲתָכֶם, הַיּוֹם-לְאַהֲבָה אֶת-יְיָ אֱלֹהֵיכֶם, וְלַעֲבֹדוֹ, בְּכֹל-לִבְבְּכֶם, וּבְכֹל-נַפְשְׁכֶם

" And it shall come to pass, if you shall hear diligently unto My commandments which I command you this day, to love God your God, and to serve Him with all your heart and with all your soul, "

Then heaven and earth will respond (11:14)

" וְנָתַתִּי מִטֶּר-אֶרְצְכֶם בְּעִתּוֹ, יוֹרֵה וּמִלְקוֹשׁ; וְאֶסַּפְתָּ דְגָנְךָ, וְתִירְשָׁךָ וַיִּצְהַרְךָ "

" וְנָתַתִּי עֶשְׂב בְּשָׂדֶךָ, לְבַהֲמֹתֶיךָ; וְאָכַלְתָּ, וְשָׂבַעְתָּ "

" that I will give the rain of your land in its season, the former rain and the latter rain, that you may gather in your corn, and your wine, and your oil "

and again (11:22): " כִּי אִם-שָׁמַרְתָּ אֶת-כָּל-הַמִּצְוָה הַזֹּאת, אֲשֶׁר אֲנִי מִצְוֶה אֲתָכֶם-לַעֲשׂוֹתָהּ: " "לְאַהֲבָה אֶת-יְיָ אֱלֹהֵיכֶם, לְלַקֵּת בְּכֹל-דַּרְכָיו-וּלְדַבְּקָה-בּוֹ "

" For if you shall diligently keep the whole commandment which I command you, to do it, to love YHVH your God, to walk in all His ways, and to cleave unto Him, "

The lesson is simple. If we follow the ways of God, we enjoy a world of harmony with nature. If not then nature will be in chaos and out of order.

The current state of the world is chaotic because we lack the proper connection to the Light of the Creator. Most of us are 'locked' in our four walls of my health, my money, my relationship, my comfort. We are stuck at 'Home' (selfish desires and agenda). It barely helps us and it does not help the world we live in. It actually creates an opening for negativity and chaos.

It is important now more than ever to pray and meditate, to draw the light to the world. Not for us but for the entire world. We are in the same pool, if someone 'stinks' the other end of the pool eventually it will come to us. Leaving the pool means death. We can only ask for more water (Light) to balance and remove the negativity.

5. כֹּד סִלְקִין אֵינֹן בְּרַכָּאן בִּתְתָא, לִית פְּתוּזָא וּפְתוּזָא לְעִילָא, וְלִית בְּמִנְזָא לְעִילָא, דְּלָא פְּתוּזָא כָּל אֵינֹן פְּתוּזִין. וּבְכָרִוּי וְאִמְרֵי בְּכָל אֵינֹן רְקִיעִין, דָּא אִיהוּ דוּרוּנָא דְּמִלְכָא דְּשִׁדְר פְּלוּנִי, דָּא הוּא דוּרוּנָא בְּקִיּוּבָא פְּדָקָא יָאוּת. וּבִמָּאן אִיהוּ. בְּרַכָּה

5. בְּשַׁעוּלוֹת אוֹתָן הַבְּרָכוֹת מִלְמַטָּה, אֵין פֶּתַח וּפְתַח לְמַעְלָה, וְאֵין מְמִנָּה לְמַעְלָה שְׁלֵא פוֹתַח אֶת כָּל אוֹתָם הַפְּתָחִים. וּמְכַרְיִים וְאוֹמְרִים בְּכָל אוֹתָם הַרְקִיעִים: זְהוּ דוּרוּן שֶׁל הַמַּלְאָךְ שֶׁשָּׁלַח פְּלוּנִי, זְהוּ

דורון בקיים פראוי. ומי הוא? הברכה שהשיבו עליה אמן. שכל ברכה שהשיבו עליה אמן, זוהי בקיים פראוי.

דאָתיבו עליה אמן. דכל ברכה דאָתיבו עליה אמן, דא איהו בקיומא כדקא יאות.

6. וכיון שהברכה הזו עולה, כל הדרגות שלמעלה מזמנות לאותו האור שלא מאיר כדי להאיר לה. וכל שכן אם היא ברכה שרבים מברכים אותה ומעטרים אותה בעטרות קדושות בסוד של אמן. אמן הוא סוד הקשרים של כל יחוד וקדשה בסוד של רבוננו, ומעטר אותה הברכה בעטרות עליונות פראוי.

6. וכיון דהאי ברכתא סלקא, כל דרגין דלעילא, פלהו זמינן לגבי ההוא נהורא דלא נהיר, בגין לאנהרא לגבה. וכל שכן אי היא ברכתא דסגיאין מברכן לה, ומעטרין לה בעטרין קדישין, (עיין לקמן סוד אמן רפ"ה ע"א) ברוא דאמן. אמן הוא רוא דקשרי, דכל יזוודא וקדושה ברוא דמאריה. ומעטר לה היא ברכתא בעטרין עלאין כדקא יאות.

7. והקדוש ברוך הוא מתרצה בהם, באותם שמברכים אותו, ותשוקתו בברכה שלמטה, שאותה ברכה עולה, ומאיר המאור שלא מאיר, ומחזק אותה בתקוף חזק לעלות למעלה. ועל הסוד הזה כתוב, (שמואל א ב) כי מכבדי אכבד – אלה אותם שמברכים את הקדוש ברוך הוא. ובזי יקלו – אלה אותם שלא מברכים את הקדוש ברוך הוא, ומנעים ברכה מפייהם.

7. וקודשא בריך הוא אתרעי בהו, באינן דמברכין ליה, ותיאובתיה בברכתא דלתתא, דהיא ברכתא סלקא, ואנהיר בושינא דלא נהיר, ואתקוף לה בתוקפא תקיפא, לסלקא לעילא. ועל רוא דא פתיב, (שמואל א ב) כי מכבדי אכבד, אלן אינן דמברכין ליה לקודשא בריך הוא. ובזוי יקלו, אלן אינן דלא מברכין ליה לקודשא בריך הוא, ומנעין ברכתא מפומיהו.

The Zohar describes the spiritual process that happens when a blessing below ascends up the spiritual levels. The blessing is announced and considered as a gift to the King (YHVH). If the blessing is answered with 'Amen', then it receives a special crown. When many recite the blessing and answer 'Amen' then more holy crowns decorate the blessing on its way up.

The Holy One Bless Be He wants these blessings and desires the connection from below that brings an opportunity for the unification of the upper light with the vessel in Malchut.

1 Samuel 2:30 "...for those who honor Me I will honor, and those who despise Me will be lightly esteemed."

The Zohar quotes this verse to teach us that we are the ones that control the Light we receive from the blessings we do. Those who don't say blessings or answer 'Amen' prevent the light from being revealed in their lives.

When we participate in a service we should take the opportunity to expand our vessel and receive light. We should not miss any opportunity to recite a blessing or answer 'Amen'. More people go to Shabbat Services and that's the best

weekly opportunity to get some light. Many enjoy the weekly gathering and catch up with some light and friendly social updates (aka gossip). When you're inside the synagogue focus and encourage your friends to answer Amen for every blessing, especially Kadish and Torah blessings. Invite your friend to meet before or after the service for social time.

The desire of women for the Light is stronger than that of men. They should get organized and show the men's side in the synagogue how to answer Amen. The sages tell us that the third Amen of the Kadish ('Amen Yehe Shemeh Rabah...') should be said aloud and from deep inside. It can remove a lot of judgments from the person who puts his energy into it.

8. רָזָא דְרַזְיִין, לְאִינּוֹן דְיִדְעֵי זִזְכְּמוּתָא דְבַמְאֲרִיהוֹן, לְמַנְדַּע רָזָא דְבִרְכָאן, בְּפִקּוּדֵי אֲוִרִייתָא, וּבְכָל הַנְּאִין וְכִסּוּפִין דְהָאֵי עֲלָמָא, לְאַרְקָא בִרְכָאן מֵעֵילָא לְתַתָּא.

8. סוד הסודות לאותם שיוֹדעים חכמת רבונם, לדעת את סוד הברכות במצוות התורה ובכל ההנאות והכסופים של העולם הזה, להוריק ברכות מלמעלה למטה.

9. כַּד (ס"א בר) בִּרְכָאן דְעֻלוּתָא, דְאִינּוֹן תְּקוּנָא דְבַמְאֲרִיהוֹן, מִתַּתָּא לְעֵילָא וּמֵעֵילָא לְתַתָּא. בִּרְכָאן דְלֹא אִינּוֹן בְּעֻלוּתָא, סִלְקִין מִתַּתָּא לְעֵילָא, עַד דְּמִטּוּ עָוֹ זְהוּרָא דְלֹא זְהִיר, וּבִתְעָרֵי (לעילא) בְּתוּקְפָא, לְהֵהוּא זְהוּרָא דְלֹא זְהִיר, בְּהֵהוּא בִרְכָה, וְסִלְקָא אֲתַעְרוּ לְעֵילָא, עַד דְּמִטּוּ לְכַרְסֵיָא עֲלָאָה, מְקוּרָא דְכָל זִיזִין. כַּדִּין נְפָקוּ מִהֵהוּא מְקוּרָא עֲלָאָה, בִּרְכָאן אֲזוּרְנִין, וְאַעְרֵוּ אֲלִין בְּאֲלִין, וְנִשְׁקִי אֲלִין לְאֲלִין, וְאַתְתָּאן וְשְׂרִיין לְרִישׁ צַדִּיק, לְאַרְקָא לְתַתָּא. וְכַד נְזוּתִין, אֲתַבְּרִין אֲבָהִין וּבְנִין, וְכָל שְׂרָעִין דְלֵהוֹן.

9. באשר (פרט) ברכות התפלה, שהן תקון של רבונם מלמטה למעלה ומלמעלה למטה. הברכות שאינן בתפלה עולות מלמטה למעלה, עד שמגיעות לתוף האור שלא מאיר, ומתעוררים (למעלה) בתקף לאותו האור שלא מאיר באותה הברכה, ועולה התעוררות למעלה, עד שמגיעים לפסא העליון, מקור כל החיים. ואז יוצאות מאותו המקור העליון ברכות אחרות, ופוגשות אלה באלה, ונושקות אלה לאלה, ובאות ושורות על ראש הצדיק להריק למטה. ובשיוֹרדות, מתברכים האבות והבנים וכל נרותיהם.

At the beginning of the portion of Ekev we read that if we follow and keep the laws of the Torah God will bless us:

Deuteronomy 7:13 “ואהבך, וברכך והרבה; וברך פרי-בטנך ופרי-אדמתך דגנך ותירשך ויצהרך, “He will love you and bless you and multiply you; He will also bless the fruit of your womb and the fruit of your ground, your grain and your new wine and your oil, the increase of your herd and the young of your flock, in the land which He swore to your forefathers to give you.”

The “Baal Haturim” (Rabbi Jacob ben Asher) points to us that the first four words of the blessings (against the four letters name) begin with the letter י and

end with ה, together they are יהוה = 26 = כו. God created the system of cause and effect for us and all good and blessings come from him. All the negativity we experience is due to the lack of Light. These are the rules of the game. We can harness the system God created for us to our benefits but that requires deep desire and spiritual connection in truth.

Psalms 145:18 “קרוֹב יְהוָה, לְכָל-קֹרְאיוֹ לְכָל אֲשֶׁר יִקְרָאוּהוּ בִּאֱמֶת.” “YHVH is near to all who call on him, to all who call on him in truth.”

Truth is an important ingredient in calling on God. The Zohar describes the people who pray to God asking to fulfill their selfish desires as barking dogs, looking for food from their owner.

The rise of negativity in the world is due to the lack of Light. We can no longer sit numb in our comfortable TV chairs and see the news as if it is happening on a different planet. We are all in the same pool and we should all work together to purify it from all negative elements. Fighting the evil in this world will only add more evil. God has all the solutions and all we need to do is to call on him in truth and from the heart.

Even if you are isolated on a remote island or a small apartment in a big city, you can make a big difference in the world. Go to UnityZohar.com, read the Zohar and ask God to come to us, reveal his Light, love and bless us all.

Use Rabbi Shimon as a chariot for your/our prayers. <http://UnityZohar.com>

10. וְרוֹא דְאֵלֵין בְּרַכְאן לְאַתְעָרָא מִעֵיכָא לְתַתָּא, בְּרוּא דָא, בְּרוּה: דָּא רָא דְמִקּוּרָא עֲלָאָה מִכְּלָא, לְאַרְקָא וּלְאַמְשָׁכָא וּלְאַנְהָרָא כָּל בּוֹצֵינֵין. וְאִיהוּ בְּרוּה (נ"א בְּרוּה) תְּדִיר, דְּלָא פְּסֻקִין מִיּוּמֵי. וּבִתְמֵן שִׁירוּתָא דְאַקְרִי עֲלֵמָא דְאַתִּי, וְאִיהוּ קִצָּה הַשְּׂמִימ, דְּהֵהוּא קִצָּה, קִצָּה עֲלָאָה אִיהוּ. בְּגִין דְּאִית קִצָּה פְּגוּוּנָא דָּא לְתַתָּא, וְאִיהוּ עֲלֵמָא תַתָּאָה. וְאַקְרִי אוּף הָכִי בְּרוּה, לְקַבֵּל תַּתָּאִי, לְאַרְקָא לְתַתָּא, וּלְאַתְעָרָא מִתַּתָּא לְעֵיכָא בְּבִרְכְּאן דְּעֲלוּתָא. וּבְרוּה (קדמאה) דָּא אַקְרִי הָכָא, בְּרוּא דְּזוֹכְמֵתָא עֲלָאָה, דְּאַבְלִי לְהֵהוּא אַתָּר, בְּזוּד עֲבִיל דְּקִיק דְּאַעִיל בֵּיתָא.

10. וְסוּד הַבְּרֻכּוֹת הַלְלוּ לְעוֹרֵר מִלְמַעְלָה לְמַטָּה בְּסוּד זֶה: בְּרוּה: זֶה הַסוּד שֶׁל הַמְּקוֹר הָעֲלִיּוֹן מִהַכֵּל, לְהַרְיֵק וּלְהַמְשִׁיךְ וּלְהַאִיר אֶת כָּל הַמְּאוֹרוֹת. וְהוּא תְּמִיד בְּרוּה (מְבֻרָה), שְׁלֵא פּוֹסְקִים מִיּוּמֵי. וּמִשָּׁם הָרֵאשִׁית שֶׁנִּקְרָאת הָעוֹלָם הַבָּא, וְהוּא קִצָּה הַשְּׂמִימ, שְׁאוֹתוֹ קִצָּה הוּא קִצָּה עֲלִיּוֹן. מִשּׁוּם שֶׁיֵּשׁ קִצָּה כְּמוֹ זֶה לְמַטָּה, וְהוּא הָעוֹלָם הַתַּתְּחוֹן. וְגַם הוּא נִקְרָא בְּרוּה, כְּנֶגֶד הַתַּתְּחוֹנִים, לְהַרְיֵק לְמַטָּה, וּלְהַתְּעוֹרֵר מִלְמַטָּה לְמַעְלָה בְּבִרְכּוֹת הַתַּפְּלָה. וְהַבְּרוּה (הַרְאֵשׁוֹן) הַזֶּה נִקְרָא כְּאֵן, בְּסוּד הַחֲכֵמָה הָעֲלִיּוֹנָה, שֶׁמְמַלֵּא אוֹתוֹ הַמְּקוֹם, בְּשִׁבִיל אֶחָד דְּקִיק שֶׁנִּכְנָס בּוֹ.

11. אַתָּה: לְבַתֵּר שְׂאִרִי לְאַתְנַלְיָא, דְּהָא הָאִי בְּרוּה סְתִימ אִיהוּ, וּבְגִין כֶּף אַקְרִי בְּאַרְזוֹ סְתִימ בְּרוּה, מִקּוּרָא עֲלָאָה דְּלָא אַתְנַלְיָא. אַתָּה, שִׁירוּתָא לְאַתְנַלְיָא לְבַר, וּבְגִין כֶּף אַקְרִי אַתָּה.

11. אַתָּה: אַחַר כֶּף מִתְחִיל לְהַתְּגַלּוֹת, שְׁהַרִי הַבְּרוּה הַזֶּה הוּא נִסְתָּר, וְלִבְנֵי נִקְרָא בְּדֶרֶךְ נִסְתָּר בְּרוּה, הַמְּקוֹר הָעֲלִיּוֹן שְׁלֵא הַתְּגַלָּה. אַתָּה: הָרֵאשִׁית לְהַתְּגַלּוֹת

ובמאן איהו. דא רזא דיבינא, ואקרי כהן לגבי
ההוא אתר. ורזא דא (תהלים קי) אתה כהן
לעולם, מאן כהן לכהוא עולם, אתה. ודא איהו
בינא עלאה, דהא אשתכחז לאתגליא.
בחיון, ולכן נקרא אתה. ומיהו? זה סוד
הזמין, ונקרא כהן אצל אותו מקום. וזה
סוד (תהלים קי) אתה כהן לעולם. מי
כהן לאותו עולם? אתה. וזהו הזמין
העליון, שהרי נמצא להתגלות.

Most of the blessings we say to begin with six words “ברוך אתה יהוה אלהינו מלך” “העולם”. The six words bring the aspect of the act of Creation. It is the aspect of the upper of lower triangles of the Shield of David.

ברוך

The Zohar explains that the word ברוך ‘Baruch’ is connected to the root of the Light that flows from Chokma and Binah. The first letter ב is like the root of the entire Torah in the word “בראשית” “In the Beginning...”.

אתה

אתה – ‘Atah’ - This word begins with the first letter of the Hebrew Alef-Bet, the second letter is the last letter and the third letter is the letter of Malchut from the יהוה YHVH name. The Holy Ari explains that this word creates the path from the Root, which is represented by the letter א. The path continues through all the Hebrew letters to ת. ת is also the last letter of the word Malchut, מלכות, the Sefirah that defines our material world.

יהוה

יהוה : YHVH – Is the upper name that brings Light of Chassadim to the world and is the aspect of the Right Column.

אלהינו

אלהינו – Eloheinu – The name of God that is the aspect of the Left Column. The first four words establish a connection to the upper Light and are considered as external/potential Light. The next two words meet our level and define the vessel that is ready to receive and reveal the Light.

מלך העולם

מלך העולם – Melech Ha’Olam – Means ‘King of the world’. The world is Malchut and the King is the force that ‘governs’ the world of Malchut.

With the first four words, we meditate on drawing the Light and with these two we want to reveal this Light by ‘submitting’ it to the ‘King’. We meditate to nullify our self and be ready to accept the four types of death. This meditation creates affinity with the Light and allows us to benefit from the revealed Light.

The words that follow the first six are the aspect of the seventh element, Malchut, which is the purpose of using the first six.

God created the world in six days for having the Shabbat that is all about rest and out of the correction process. The world goes through the Tikkun process

of six millennia and the seventh one is all about the end of the Tikkun, complete peace and rest.

The seventh part of the blessing defines the type of Light we will receive so every blessing is unique and benefits different parts of our soul.

12. יהוה: דא רוא דאמצעיתא. רוא דבמהימנותא. בכל סטריין. (דף רע"א ע"ב) אלהינו: דא סטרא דשמאלא, דכליל בימינא, וימינא ביה, ואתפליכו דא ברא, למהוי זוד. ועד הכא, אתקשרו ברכאן, דכיון דאלין אתברכאן, כלהון דלתתא אתברכאן.

13. לבתר דאינון אתברכאן, ונטלי ברכאן לגרבייהו, אתהדרו כלין כווד ליהוא מקורא, דאינון לא יכלין לאתהדרא לגבי יהוא אתר, עד דאתברכין. כיון דאתברכין בקדמיתא, אתהדרו ועאלין לגבי יהוא אתר, לנטלא ברכאן יתירין אוזריין, לארקא לתתא. ועד דאינון אתברכאן, לא עאלין ולא תאבין לגבייהו. ורוא דא (שמות כג) ולא יראו פני ריקם.

Exodus 23:15 “None shall appear before me empty-handed.” God tells us that when we come to see the Holy Temple, we should not come empty-handed. For us it applies to all that connects us to the Light.

The Zohar quotes these words from the portion of Mishpatim, teaching us an important principle related to prayers. In order to receive the Light that we need or wish to have, we must build a proper vessel for it.

On the sixth day (Yessod) of Creation, we sinned and because of that, we lost the state of immortality. We had a free and continuous flow of Light coming to our lives. Now we have to earn every bit of Light.

Genesis 3:19

”בזעת אפיק, תאכל לחם, עד שובך אל-האדמה, כי ממנה לקחת: כי-עפר אתה, ואל-עפר תשוב.”
 “By the sweat of your face You will eat bread, Till you return to the ground, Because from it you were taken; For you are dust, And to dust you shall return.”
 This verse is the key to this understanding. As long as we live in this world, Malchut, we have to work for the Light. The ‘Bread’ is the aspect of Light and the ‘sweat’ is the aspect and process of earning. “Bread of Shame” happens when we receive Light without earning it.

When we make a spiritual connection that benefits us we have to remove the ‘Bread of Shame’ by ‘earning’ it. The first thing is to include others in our prayers. Our prayer books were written in the plural form to include all

Israelites. When we do for others, we expand ourselves. Our personal meditation should include others to build a greater vessel.

We should pay for every spiritual study that brings us closer to the Light. We need to support the channels that ‘feed’ us Light. That applies to every channel we use. One cannot pay for a meal in one restaurant and expect free meals in another one. It does not work in this world and it does not work spiritually.

Jacob, that is the aspect of the Central column, saw the great Light that God revealed to him and he promised: Genesis 28:22 “וְכָל אֲשֶׁר תִּתֶּן-לִי, עֲשֶׂה אֲנִי לְךָ” “And of all that you give me I will give a full tenth to you.”

The first sin was on the sixth day, that is the aspect of Yessod, and therefore, the sustenance to the world and to each one of us was blocked. Share your tithe with all that gives you access to the Light. It connects your vessel in Malchut (the seventh) with Yessod (the sixth) and lets the Light flow down to the vessel.

The best time to make donations is on Friday (Thursday night until before Shabbat starts). With that action, we ‘repair’ the fault created on the level of Yessod. It better prepares us for the Light of Shabbat. It would be even more beneficial to split the tithe into weekly parts and enter every Shabbat with a bigger vessel. The act of giving frequently empowers our soul on a regular basis and pushes away negativity from our lives.

If a person has a busy schedule and cannot always make donations on Fridays then he can make a quick note with the exact amount he wishes to donate. The note you write serves as a promise and the vessel is created even before you make the donation.

Repair your channels of Light and don’t come empty-handed when you want to receive the Light.

14. וּכְשֶׁשָׁבִים לְאוֹתוֹ מְקוֹם וְנִכְנָסִים לְשֵׁם, אִזּוֹ אוֹתוֹ מְקוֹם נִקְרָא מְלֶדֶת. וּמְלֶדֶת לֹא נִקְרָא, רַק בְּשֵׁהֶם מִתְקַרְבִּים אֵלָיו, וּמִתְבָּרְכִים. וּמְלֶדֶת מְתִי נִקְרָא מְלֶדֶת? בְּשִׁגְדוּלָיו בָּאִים אֵלָיו עֲשִׁירִים, מְסַפְּקִים בְּכָל מַה שֶׁהֶצְטָרְכוּ, בְּלֹא חֶסְרוֹן, וְאִזּוֹ הוּא מְלֶדֶת. מְלֶדֶת לְמַטָּה, בְּשִׂאלוֹ מְעַטְרִים אוֹתוֹ בְּסַפּוֹק בְּעַטְרוֹת קְדוּשׁוֹת. וְכֵאן נִקְרָא מְלֶדֶת. וּמִיָּהוּ? הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ וְצִוָּנוּ. וּמִשׁוֹם שֶׁהוּא עוֹלָם שְׂלֵא הִתְגַּלָּה בְּחוּץ, וְהוּא נִסְתָּר, קוֹרָא לוֹ כֵּן בְּדֶרֶךְ נִסְתָּר. וְעַל זֶה לֹא נִקְרָא, אֲלֵא בְּדֶרֶךְ נִסְתָּר.

14. וְכֹד תִּבְיִן לְגַבִּי הַהוּא אֶתֶר, וְעֵאֱלִין תַּמְיוֹן, כְּדִין אֶקְרִי הַהוּא אֶתֶר מְלֶדֶת. וּמְלֶדֶת לֹא אֶתְקַרִּי, בַּר כֹּד אֵינֹן מִתְקַרְבִּין לְגַבִּיָּה, וּמִתְבָּרְכוּ. וּמְלֶכָא אֵימֹתִי אֶקְרִי מְלֶדֶת. כֹּד רַבְרַבְנוּי אֶתִּינִן לְגַבִּיָּה עֲתִירִין, מִסְתַּפְקֵן בְּכָל בִּמָה דְאֶצְטְרִיכוּ, בְּלֹא זִוְסָרוּנָא, כְּדִין אֵיִהוּ מְלֶדֶת. מְלֶדֶת לְתַתָּא, כֹּד אֱלִין מְעַטְרֵן לִיה בְּסַפּוֹקָא, בְּעַטְרִין קְדִישִׁין. וְהֵכָא אֶקְרִי מְלֶדֶת. וּבִמָן אֵיִהוּ. הָעוֹלָם אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ וְצִוָּנוּ. וּבְגִין דְאֵיִהוּ עֲלֵמָא דְלֹא אֶתְגַּלִּיָּא לְבַר, וְאֵיִהוּ סְתִיָּם, קְרִי לִיה הֵכִי בְּאַרוּז סְתִיָּם. וְעַל דָּא לֹא אֶקְרִי, אֲלֵא בְּאַרוּז סְתִיָּם.

15. וְלְעוֹלָם אֶתֶה זֶה יְמִין, כְּמוֹ שְׁנַתְבָּאָר. וְעַל זֶה כְּהֵן כְּפוּף לְאוֹתוֹ מְקוֹם בְּרֵאשׁ

15. וְלְעוֹלָם יְמִינָא אֶתֶה, כְּמוֹהַ דְאֶתְבֹּר. וְעַל דָּא כְּהֵן, כְּפוּף לְגַבִּי הַהוּא אֶתֶר, בְּרִישָׁא וּבְסוּפָא.

ובסוף. והעולם התחתון, בשוקשור לימין ונדבק בו, קורא מלמטה למעלה ברוך, ולא נקרא ברוך, רק בסוד המקור שדבק בו ונכנס בו וממלא אותו. אתה, הסוד של אותו הכהן להדבק אתו, ועל זה בתפלה האדם בורע בברוך, שהוא העולם שבפוף אל מעלה, וזהו השנוי בין ברוך של התפלה ובין ברוך של שאר ברכות. והכל הוא בסוד עליון, להריק ברכות לכל העולמות.

ועלמא תתאה, כד אתקשר לימינא, ואתדבק ביה, קרי בותתא לעילא ברוך, ולא אקרי ברוך, בר ברוך המקורא דאתדבק בהדיה (ביה), ועייל ביה, ואמלי ליה. אתה, רזא דההוא כהן, לאתדבקה בהדיה, ועל דא, בעלותא בר נש כורע בברוך, דאיהו עלמא כפוף לגבי עילא, ודא איהו שנוי בין ברוך דעלותא, ובין ברוך דשאר ברכאן. וכלא ברוך עלאה איהו, לארקה ברכאן לכל עלמין.

The commentary of Ekev this week will focus on the spiritual significance of blessings and the blessing of the food (Birkat Hamazon). I recommend the important study of previous commentaries on Ekev paragraphs 1 through 13. DZ 1587 (<http://dailyzohar.com/daily-zohar-1587-2/>) through DZ 1592.

Please read DZ 1591, 1592 to understand the following study.

When the words of the blessings from below ascend, they return to Binah. The six Sefirot of Zeir Anpin below use the words of the blessings to come close to Binah, which is then called 'King'.

Because the 'king' is concealed (upper three sefirot), the words of the blessings that follow are in the 'third person' form and not in the 'second person' form as in the first words of "Baruch Atah", "Blessed you...".

ex: Baruch atah, Adonai Eloheinu, Melech haolam, asher kidshanu b'mitzvotav, v'tzivanu ...

"Blessed are You, Adonai our God, King of the world, who hallows us with mitzvot, commanding us to..."

The word of the blessing אתה 'Atah' is the aspect of the Right and Chessed. The word Adonai יהוה is the Center and the word Eloheinu אלהינו is to the Left.

When Malchut connects to the Right, which is Chessed then the blessing, 'ברכה' comes and Malchut is called 'ברוך' (Baruch) 'Blessed'.

'Baruch' that is part of the prayers is in Malchut and in other blessings it's in Chokmah and Binah.

16. בברוך של התפלה אדם בורע בברכיו, וגוחן ראשו באתה, משום שאתה נקרא ראש. ועל זה כהן לוקח בראש, והוא תמיד ראש. ולכן פריעה בברוך, וגחינת הראש באתה. והכהן בכל מקום שנקרא אתה, גוחן בתפלה. המלך אחר שגוחן, שוב לא זוקף, מה הטעם? הקדוש ברוך הוא אמר ללבנה, לכי והקטיני את עצמך, ושוב לא זקפה.

16. ברוך דעלותא, בר נש כורע ביה בברכוי, וגזוזין רישא באתה, בגין דאתה אקרי ראש. ועל דא כהן נטיל בראש, ואיהו ראש תדיר. ובגין כך פריעה בברוך. וגזוזינו דרישא באתה. וכהן בכל אתר דאקרי אתה, גזוזין בעלותא. מלך בתר דגזוזין, תו לא זקיף, מאי טעמא. קודשא בריך הוא אמר לה לסיהרא, זילי אזעירי גרמירא,

ולכן הברכה של אדם לקדוש-ברוך-
הוא מתעוררת להוריק ברכות מלמעלה
לעולמות כלם, כמו שנאמר. אשריהם
ישראל בעולם הזה ובעולם הבא.

ותו לא זקפא. ובגין דא, ברכתא דבר נש בריך
לקודשא בריך הוא, אתער לארקא ברכאן
מלעילא לעלמין פלהו, כמה דאתמר. זכאין
אינון ישראל בעלמא דיין, ובעלמא דאתי.

17. כתוב (ישעיה 30) כי אתה אבינו כי
אברהם וגו'. שנינו, לעתיד לבא אומרים
ליצחק וכו', משום שהשםאל נכלל
בימין. אבל הימין מנין לנו שנקרא אב?
שכתוב וישמהו לו לאב ולכהן. ואף על
גב שלמעלה נקרא אב, ואפלו לאור
שלא מאיר בשעה שנדבק בימין נקרא
אתה, כמו שנאמר אתה ה' אבינו גואלנו
וגו'.

17. כתיב, (ישעיה 30) כי אתה אבינו כי אברהם
וגו'. תנינן, לזמנא דאתי אמרין ליה ליצחק וכו',
בגין דשמאלא אתכליל בימינא, אבל ימינא
מנלן דאקרי אב. דכתיב וישמהו לו לאב ולכהן,
ואף על גב דלעילא אקרי אב, ואפילו לנהורא
דלא נהיר בשעתא דאתדבק בימינא אקרי
אתה, כמה דאת אמר (שם) אתה יי' אבינו
גואלנו וגו'.

כי-אתה אבינו--כי אברהם לא ידענו, וישראל לא יכירנו: אתה יהוה אבינו, גאלנו מעולם “ For You are our Father, though Abraham does not know us And Israel does not recognize us. You, O YHVH, are our Father, Our Redeemer from of old is Your name.”

When we pray the silent prayer (Amida) we have four special blessings of “Baruch Atah”. We squat in the word ‘Baruch’, bend in the word ‘Atah’ and raise up at the name YHVH.

Abraham is Right, Isaac is Left and Jacob (Israel) is Central. We open the prayer of Amida with the patriarchs to unify the left with the right to draw Chassadim that helps us connect the central column and elevate our prayers.

Please read more important studies related to silent prayer (Amida)

<http://dailyzohar.com/daily-zohar-920/> 18 blessings of life

<http://dailyzohar.com/daily-zohar-1177/> The secret of bowing for the name

<http://dailyzohar.com/daily-zohar-1190/> The sound of angels’ wings

18. בין כף הודמן אליו זקן ואמר, רועה
הנאמן, תקן שלחן לרבונך, לו ולמלכה,
מכל מיני עדונים, לקים בו (יחזקאל
מא) זה השלחן אשר לפני ה', והרי עד
עתה כלם מתענגים משלחן המלך, זהו
שכתוב (משלי ט) לכו לחמו בלחמי. וזה
לחם התורה שבכתב, ויין התורה שבעל
פה. ושם כמה מטעמים, מיני טעמי תורה,
שמתוקים מכל המאכלים והעדונים של
העולם ושל המלך.

18. אדהכי, סבא אודמן לנביה, ואמר, רעיא
מהיבנא, תקין פתורא למארך, ליה
ולמטרוניתא. מכל מיני עדונים, לקיימא
ביה (יחזקאל מא) זה השלחן אשר לפני יי'. והא
עד כען פלהו מתענגי מפתורא דמלכא. הדא
הוא דכתיב, (משלי ט) לכו לזבמו בלזומי. ודא
נהמא דאורייתא דבכתב, וינא דאורייתא
דבעל פה. ותמן כמה מטעמים מיני טעמי תורה,

דְּבִיתִיקִין, מִכָּל מֵאֲכָלִין וְעִדְוֵינִין דְּעֵלְמָא,
וְדַמְלָכָא.

19. קָם הָרוּעָה הַנְּאֻמָּן, פָּתַח וְאָמַר, אֲהֵרִן כִּהְנֵא
הַכְּהֵן קוּם מִשְׁנַתְּךָ לְזַבַּח שְׁוֹרִים וְצֹאן
וּכְבָּשִׁים וְעוֹפוֹת, וְכָל הַמִּינִים שְׁצָרִיכִים
לְסַעֲוֹדַת הַמֶּלֶךְ. וְלַחֵם הַפָּנִים, שֶׁהֵם בְּנִגְד
שְׁנֵי לוחות התורה, שְׁמֹזָה וּמֹזָה הֵם
כְּתָבִים (שְׁמוֹת לֵב). זֶה – שְׁתֵּים עֶשְׂרֵה
פָּנִים, שֶׁהֵם: (בַּמְדַּבֵּר ו) יְבָרְכֵךָ ה', יֵאָר ה',
יִשָּׂא ה'. זֶה שְׁנֵי – אֲדַנְיִי אֲדַנְיִי אֲדַנְיִי.
שֶׁהֵם שְׁתֵּים עֶשְׂרֵה חִיּוֹת, שְׁבָהֵן
נֹאמַר (יִחְזַקְאֵל א) וּפְנֵי אַרְיָה אֵל הַיָּמִין
לְאַרְבַּעַתָּם וּפְנֵי שׁוֹר מִהַשְּׂמֹאל
לְאַרְבַּעַתָּן וּפְנֵי נֶשֶׁר לְאַרְבַּעַתָּן. וְעֲלֵיהֶם
נֹאמַר אַרְבַּעָה פָּנִים לְאַחַת (לָהֶם).
וְזֵהוּ (יִשְׁעִיה ו) וְקָרָא זֶה אֵל זֶה וְאָמַר, בְּנִגְד
עֲשָׂרִים וְאַרְבַּעָה סְפָרֵי תוֹרָה. וְזֵהוּ זֶה
הַשְּׁלַחַן אֲשֶׁר לִפְנֵי ה'. הַכְּלִים שֶׁל שְׁלַחַן
הַמֶּלֶךְ הֵם בְּעֲלֵי הַמִּשְׁנָה, בְּעֲלֵי הַתְּפִלוֹת,
שֶׁתְּקַנּוּם בְּנִגְד הַקְּרִבָּנוֹת.

19. קָם רַעֲיָא מְהִימְנָא פְּתוּז וְאָמַר, אֲהֵרִן כִּהְנֵא
קוּם מִשְׁנַתְּךָ, לְמַדְבֹּז תוֹרִין וְעֵאֲנִין וְאִמְרִין
וְעוֹפִין, וְכָל מִינִין דְּצָרִיכִין לְסַעֲוֹדַתָּא דְּמִלְכָּא.
וְלָזוּם הַפָּנִים, דְּאִינֹן לְקַבֵּל תְּרִין לוּזֵי
דְּאוּרִייתָא, (שְׁמוֹת לֵב) דְּבִמְזָה וּבְמֹזָה הֵם כְּתוּבִים.
זֶה: תְּרִיסַר אַנְפִּין. דְּאִינֹן: (בַּמְדַּבֵּר ו) יְבָרְכֵךָ יי,
יֵאָר יי, יִשָּׂא יי. זֶה תְּנִינָא, אֲדַנְיִי אֲדַנְיִי אֲדַנְיִי.
דְּאִינֹן תְּרִיסַר זִיּוֹן, דְּאֲתַמַּר בְּהוֹן, (יִחְזַקְאֵל
א) וּפְנֵי אַרְיָה אֵל הַיָּמִין לְאַרְבַּעַתָּן, וּפְנֵי שׁוֹר
מִהַשְּׂמֹאל לְאַרְבַּעַתָּן, וּפְנֵי נֶשֶׁר לְאַרְבַּעַתָּן.
וְאֲתַמַּר עֲלֵיהֶוּ, (שֵׁם) אַרְבַּעָה פָּנִים
לְאוֹת (לָהֶם). וְהֵאֵי אִיהוּ, (יִשְׁעִיה ו) וְקָרָא זֶה אֵל
זֶה וְאָמַר, לְקַבֵּל עֲשָׂרִים וְאַרְבַּע סְפָרֵי תוֹרָה.
וְהֵאֵי אִיהוּ זֶה הַשְּׁלַחַן אֲשֶׁר לִפְנֵי יי. מֵאֲנִין
דְּפִתוּרָא דְּמִלְכָּא, אִינֹן מְאִרֵי בִּתְנִיתִין, מְאִרֵי
עֲלוֹתֵינִין, דְּתַקִּינוּ לֹן לְקַבֵּל קְרִבָּנִין.

While The Faithful Shepherd, who is Moses, was teaching Rabbi Shimon about the energy flow of the blessings, an elder came and told Moses to prepare a 'table' with different delicate foods to his master, the Holy One Blessed be He, and the Shechina.

'Elder' or 'Old man' in the Zohar relates to the mysterious appearance of a hidden tzadik that comes often to support the studies of Rabbi Shimon and the Zohar. Moses and Elijah were regular teachers of Rabbi Shimon and the 'Old man' appears when there's a need for additional support.

Ezekiel 41:22 " המזבח עץ שלוש אמות גבה וארכו שתיים-אמות, ומקצועותיו לו, וארכו וקירתי, עץ; " "The altar was of wood, three cubits high and its length two cubits; its corners, its base and its sides were of wood. And he said to me, "This is the table that is before YHVH"

Proverbs 9:5 "Come, eat of my food And drink of the wine I have mixed."

The elder quotes the above verses to teach us the great significance of food following a spiritual connection.

The Altar in the Holy Temple was described as 'This is the table before YHVH'.

The 'bread' that God gives us is the written Torah and the wine is the aspect of the oral Torah that is Malchut. The Torah is our delicate food and the deeper study of its secrets is the 'beverages'.

Moses rose and called Aaron the priest to rise from his 'sleep' and bring sacrifices of pure animals for the feast of the King. (Righteous people are considered sleeping after passing from this world.)

The bread for this feast is the 12 loaves of bread that are called 'לחם הפנים', 'Lechem Hapanim'. It translates to 'inner bread' because the 12 (6x2) connect us to 12 borders of Zeir Anpin.

It also connects 12 letters of the three YHVH names that appear in the blessings of the priests when they bless the Israelites.

Numbers 6:24 "יְבָרְכֶךָ יְהוָה, וַיִּשְׁמְרֶךָ" "YHVH bless you and keep you" Connects to Right and the name of Chokmah יוד-הי-ויו-הי numerical value 72=סוד=Chessed. An aspect of Lion of the Holy Throne.

6:25 "יָאֵר יְהוָה פְּנֵי אֱלֹהֶיךָ, וַיִּחַנְךָ" "YHVH make his face shine on you and be gracious to you" Connects to the Central column and the name of Zeir Anpin יוד-הא-ואו-הא. The aspect of Eagle of the Holy Throne.

6:26 "יִשָּׂא יְהוָה פְּנֵי אֱלֹהֶיךָ, וַיִּשֶׂם לְךָ שְׁלוֹם" "YHVH turn his face toward you and give you peace" Connects to the Left the name of Binah יוד-הי-ואו-הי. The aspect of Ox of the Holy Throne.

Verse 27: "וַיִּשְׂמוּ אֶת-שְׁמִי, עַל-בְּנֵי יִשְׂרָאֵל; וְאֲנִי, אֲבָרְכֶם" "And they will put my name on the Israelites, and I will bless them" Connects to the name of Malchut יוד-הה-ו-הה. The aspect of Man of the Holy Throne.

Our prayers and studies of the Torah and its secrets through the Zohar replace the sacrifices that the priests made in the Holy Temple.

The Kiddush and meals that we make after spiritual connection are a significant part of the process because they allow us to draw the Light of the connection to our level of Malchut.

Even after a personal session of Zohar's study, it's would be beneficial to make a blessing over a cookie (mezonot) or a drink (Shehakol) with the consciousness of thanking God for the 'food' (Torah) he gave us to benefit our lives.

Check this link for different food blessings:

http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/278538/jewish/Basic-Blessings-on-Food-Guide.htm

I strongly recommend the self-study of Zohar Terumah from paragraphs 485 through 535. It contains many secrets related to the energy of food and the blessings of the food.

20. פְּתוּזוּ וְאָמְרוּ, (שמות כה) וְעִשִׂיתָ שְׁלֹחַן עֲצֵי שְׂטִיִּים וְגו'. בַּא רְאָה, מִנְהֵגִים טוֹבִים וְיָפִים הָיוּ נוֹהֲגִים בְּעֵלֵי הַסְּעוּדָה שֶׁל הַמֶּלֶךְ לְהִרְאוֹת שֶׁהֵם מִבְּנֵי שְׁלֹחַן הַמֶּלֶךְ. גְּדוֹל אֶחָד מִבְּנֵי הַסְּעוּדָה נוֹטֵל יָדָיו בְּזִמְנֵן שִׁיבְנָסוּ לַסְּעוּדָה לְהִסְב. הַגְּדוֹל מִסָּב

20. פְּתוּזוּ וְאָמְרוּ, (שמות כה) וְעִשִׂיתָ שְׁלֹחַן עֲצֵי שְׂטִיִּים וְגו'. תָּא זְוִי, מִנְהֵגִין טָבִין וְשִׁפְיָרִן הֵוּ זְהֵגִי מֵאֲרֵי דְסְעוּדָתָא דְמַלְכָּא, לְאַזְוָאָה דְאֵינוּן מִבְּנֵי פְתוּרָה דְמַלְכָּא. זוּד (חדא), רְבִרְבָּא מִבְּנֵי סְעוּדָתָא, זְטִיל יְדוּי בְּזִמְנָא

בְּרֵאשִׁי, הַשְּׁנַי תַּחֲתָיו, וְהַשְּׁלִישִׁי תַּחַת
הַשְּׁנִי. וְאֵלֶּה נִקְרְאוּ שְׁלֹשָׁה מִטּוֹת, בְּנֶגֶד
שְׁלֹשָׁה אַבּוֹת, וּבְנֶגֶד כַּהֲנִים לְיוֹם
וַיִּשְׂרְאֵלִים. מִכָּאן וְאֵילָף אֵין לָהֶם סֵדֶר,
אֲלֵא כָּל הַקּוֹדֵם זֹכֵה.

דִּייעֵלוֹן (דייעול) לְסַעוּדָתָא לְהַסֵּב, גְּדוֹל מִסֵּב
בְּרֵאשִׁי, תַּנְיִינָא תַּזְוּתִיה, וְתַלִּיתָא תַּזְוּת תַּנְיִינָא.
וְאֵלֵין אַתְקֵרִיאוּ ג' מִטּוֹת, לְקַבֵּל תַּלְתָּא אַבְהוֹן,
וְלְקַבֵּל (דף ע"ב ע"א) כַּהֲנִים לְיוֹם וַיִּשְׂרְאֵלִים.
מִכָּאן וְאֵילָף, לִית לֹון סֵדֶר, אֲלֵא כָּל הַקּוֹדֵם
זֹכֵה.

21. שְׁנִית, בַּעַל הַבַּיִת בּוֹצֵעַ, כְּדִי שִׁיבְצַע
בְּעִין יָפֵה, וּמִשְׁלִים הַבְּרָכָה, וְאַחַר כֵּן
בּוֹצֵעַ. וּפְרָשׁוּהָ רַבּוֹתֵינוּ שֶׁל הַמִּשְׁנָה,
שֶׁאֵין הַמְּסַבִּים רִשָּׁאִים לְטַעַם עַד שִׁיטְעִים
הַמְּבָרֵךְ, וְאֵין הַבּוֹצֵעַ רִשָּׁאִי לְטַעַם עַד
שִׁיבְצֵה אֲמֵן מִפִּי הַמְּסַבִּים. וְאִם רְצוֹנוֹ
לְחַלֵּק כְּבוֹד, הִרְשׁוּת בִּידוֹ. וְעוֹד פְּרָשׁוּהָ
שֶׁהָאֹרַח מְבָרֵךְ, בְּשִׁבִיל שִׁיבְרֵךְ אֶת בַּעַל
הַבַּיִת.

21. תַּנְיִינָא, בַּעַל הַבַּיִת בּוֹצֵעַ, כְּדִי שִׁיבְצַע בְּעִין
יָפֵה. וּמִשְׁלִים בְּרַכְתָּא, וּלְבַתֵּר בּוֹצֵעַ. וְאֹקְמוּהָ
רַבּוֹן דְּמִתְנִיתִין, דְּאֵין הַמְּסוּבִין רִשָּׁאִין לְטַעוֹם,
עַד שִׁיטְעוֹם הַמְּבָרֵךְ. וְלִית הַבּוֹצֵעַ רִשָּׁאִי
לְטַעוֹם, עַד שִׁיבְצֵה אֲמֵן מִפִּי הַמְּסוּבִין. וְאִם
רְעוּתִיהָ לְזוּלָּקָה כְּבוֹד, הִרְשׁוּת בִּידִיהָ. וְעוֹד
אֹקְמוּהָ, דְּאֹרַח מְבָרֵךְ, בְּגִין דִּיבְרֵךְ לְבַעַל
הַבַּיִת.

”וְעָשִׂיתָ שֻׁלְחָן, עֲצֵי שִׁטִּים: אַמְתִּים אָרְפוּ וְאִמָּה רַחְבוֹ, וְאִמָּה וְחֲצִי קַמְתוֹ” Exodus 25:23

“You shall make a table of acacia wood, two cubits long and one cubit wide and one and a half cubits high.”

Everything related to the table is significant because it's a spiritual connection and every action is a vessel to draw the proper Light to Malchut.

There are ways to honor the meal table. At the head of the table sits the most honorable person then the second and the third. They represent the three columns as parallel to Kohen, Levite, and Israelite. After the first three, there is no significance in the order of the seating.

Then the person that organized the meal (is called the owner of the house, ‘בעל הבית’) makes the blessings of ‘Hamotzi’, breaks the bread, and gives portions from the bread to those around the table.

He should wait to eat the bread until he hears Amen from those who sit around his table. The Amen activates the Light of the blessing and the bread. The others can not eat until he takes the first bite, drawing this Light to the table.

The guests of the meal lead the blessing after the meal (Birkat Hamazon) so they can have the opportunity to bless the owner of the house.

We should treat every food item we eat as a spiritual connection. After all, we want the food to transform itself into pure energy in our body to provide strength and health to the body and soul. Without blessings, we nourish the body consciousness and the desire for the self alone.

I suggest making proper blessings, looking at the food and having the consciousness of drawing the Light it contains.

Kosher food was supervised to make sure the process of its preparation followed the spiritual laws to provide spiritually pure and balanced energy.

22. ודרוך סוד, בעל הבית בוצע – זה העמוד האמצעי, שהוא קו האמצעי. ובשבת צריך לבצע משתי כפרות, שהן ה' ה'. בעל הבית – זה ו' של האמצע. (ובצורה זו. ומשום זה) וכדי שלא יראה כרעבתנות, יכול לבצע בה לכל אחד ואחד כפיצה. מה זה כפיצה? וי. והן הנקודות של השם הקדוש, נקראים פרורים שבכזית. ואלו בנגד טפות הדרע. ומי שמזלזל בהן וזורקן במקום שלא צריך, העניות רודפת אחריו, והולך נע ונד. זהו שכתוב (איוב 10) נודד הוא ללחם איה. ואין לחם אלא תורה, והוא צוות: איה מי שמרחם עליו? ולא מוצא.

23. ופרורים בכזית, הם בצדיק, והוא כותש כתישות מאותם הזיתים. והאורח מברך, (משלי ד) וארח צדיקים כאור נגה. ברכות לראש צדיק חי העולמים, ולכן האורח מברך.

22. וארוז רזא, בעל הבית בוצע, דא עמודא דאמצעיתא, דאיהו קו האמצעי. ובשבת צריך לבצע משני כפרות, דאיעון ה' ה'. בעל הבית, דא ו' דאמצעיתא. (וכגוונא דא ובגין דא) ובגין דלא לאתזוזאה כרעבתנותא, יכיל למבצע בה לכל זוד וזוד כפיצה. מאי כפיצה. וי. איעון נקודין דשמא קדישא, אתקרי פרורי בכזית. ואלין לקבל טפין דירע, ומאן דמוכזל בהון, וזריק לון באתר דלא אצטריק, עניותא קא רדיף אצתריה, ואיל נע ונד. הדא הוא דכתיב, (איוב 10) נודד הוא ללחם איה. ולית לזום אלא תורה, והוא צווזו איה מאן דמרוזם עליה, ולא ישכוז.

23. ופרורים בכזית, איעון בצדיק, דאיהו כתיש כתישו מאיעון זיתים. וארוז מברך, (משלי ד) וארוז צדיקים כאור נגה. (משלי י) ברכות לראש צדיק זוי עלמין, ובגין דא ארוז מברך.

The Zohar reveals that the 'owner of the house', who blesses the table first, is the aspect of the Central Column, Zeir Anpin and the letter Vav of the YHVH name. He uses two Challahs, that represent the two letters H of the name for Binah and Malchut. He breaks the bread and gives portions in the size of an egg, that represent the letter Yod of the name. The smaller pieces of the bread, like olives in size, have the aspect of the letter Y of the name ADNY (Malchut).

According to the Zohar, throwing away or disregarding pieces of blessed bread is like spilling seeds and wasting Light. Those who don't respect it suffer lacks in their lives and they have no mercy, as it says in Job 15:23

”נודד הוא ללחם איה; ידע, כי-נכון בידו יום-חשך”

“He wanders about for food, saying, 'Where is it?' He knows that a day of darkness is at hand.”

These pieces of bread have the aspects of the Sefirot and the righteous one extracts from them Light of abundance. If there is a righteous among the guests then he is chosen to make the final blessing of the food.

Proverbs 10:6

”ברכות, לראש צדיק; ופי רשעים, יכסה חמס”

“Blessings are on the head of the righteous, But the mouth of the wicked conceals violence.”

24. אֲדַהְכִי, הָא בּוֹעִינָא קְדִישָׁא אֲתָא לְגַבִּיתָּ. וְאָמַר, רַעִיא מְהִימְנָא, יוֹמָא זוּד אֲזִילְנָא אֲנָא וְזוּבְרִיא לְאַכְסְנִיא זוּדָא, וְהוּהוּ תַמְן יְנוּקָא זוּדָא. קָם וְתַקִּין לָן מִנְרֵתָא וּפְתוּרָא אִיהוּ מִנְרַמִּיחָ, כָּאִלוּ הָוָה מַעֲשֵׂרִין שְׁנִין, וְלֹא הָוָה אֲכָל מִבְּן זוּמֵשׁ שְׁנִין. וְתַקִּין פְּתוּרָא מִכָּל מִינֵי מֵאֲכָל וּבִשְׁתָּהּ. אָמַר, הָא אוּקְמוּהָ רַבְּנָן דְּבַעַל הַבַּיִת בּוֹעֵצַ וְאוֹרִיז מִבְּרַח, אֲכָל (אִיּוֹב לֵב) צָעִיר אֲנִי לְיָמִים וְאַתֶּם יְשִׁישִׁים עַל כֵּן זוּזְלִתִי וְאִירָא מִזוּזוּת דְּעֵי אֲתָכֶם. עַד דְּאֲטוּל רְשׁוּת מִכֶּם. אָמַר לִיה, אִימָא בְּרִי מִלְּאָכָא דִּיִּי.

24. בין כִּף הָרִי בָּא אֲלִיו הַמְּנוּרָה הַקְּדוּשָׁה וְאָמַר, רוּעָה הַנְּאֻמָּן, יוֹם אֶחָד הִלְכְּתִי אֲנִי וְהַחֲבָרִים לְאַכְסְנִיָּה אַחַת, וְהָיָה שֵׁם תִּינוּק אֶחָד, קָם וְהִתְקִין לָנוּ מְנוּרָה וְשִׁלְחָן, הוּא מַעֲצָמוּ כָּאִלוּ הָיָה מַעֲשֵׂרִים שְׁנָה, וְלֹא הָיָה אֲלֵא מִבְּן חֲמִשׁ שָׁנִים, וְהִתְקִין שִׁלְחָן מִכָּל מִינֵי מֵאֲכָל וּמִשְׁתָּהּ. אָמַר, הָרִי פְּרִשׁוּהָ רַבּוּתֵינוּ שְׁבַעַל הַבַּיִת בּוֹעֵצַ וְאוֹרִיז מִבְּרַח, אֲכָל (אִיּוֹב לֵב) צָעִיר אֲנִי לְיָמִים וְאַתֶּם יְשִׁישִׁים עַל כֵּן זוּזְלִתִי וְאִירָא מִחַוּת דְּעֵי אֲתָכֶם, עַד שְׁאֲטַל רְשׁוּת מִכֶּם. אָמַרְתִּי לוֹ, אָמַר בְּנֵי מִלְּאָךְ הִי.

25. אָמַר לָן, אַתּוּן בְּעִיתוּן לְזוּם תַּפְנוּקֵי בְּלָא קְרָבָא, אוּ לְזוּם בְּקְרָבָא. דְּהִכִּי אוּקְמוּהָ רַבְּנָן דְּבוֹתְנִיתִין, שְׁעַת אֲכִילָה שְׁעַת מוֹלְזוּמָה. וְאִי בְּעִיתוּ לְמַהוּי קְרָבָא עֲלֵיהּ, לִית זוּד אֲכִיל, אֲכָלָא מֵאֵן דְּנִצְזוּ קְרָבָא, אִיהוּ אֲכִיל וּבּוֹעֵצַ לְכַפְּלוּ. אָמְרוּ לִיה זוּבְרִיא, בְּרִי אַנְתָּ וְעִיר, וְעַדִּין לָא יִדְעַת אִיךְ מִיִּזוּי זְבָרִין רַבְּרִין בְּזוּרְבָא, בְּנַעֲנוּעַ דְּזוּרְבָא. בְּרוּמוּזָא, בְּקִשְׁתָּא, בְּגִירִין דְּקִשְׁתָּא, בְּקִירְטָא, בְּאַבְנֵין דְּקִירְטָא.

25. אָמַר לָנוּ, אַתֶּם רְצִיתֶם לְחַם תַּפְנוּקִים בְּלֵי קְרָב, אוּ לְחַם עִם קְרָב. שְׁכַף פְּרִשׁוּהָ רַבּוּתֵינוּ שֶׁל הַמְּשֻׁנָּה, שְׁעַת אֲכִילָה שְׁעַת מִלְּחָמָה. וְאִם רְצִיתֶם שִׁיְהִיָּה עֲלִיו קְרָב, אִין אֶחָד אוֹכֵל. אֲלֵא מִי שְׁיִנְצַח בְּקְרָב, הוּא אוֹכֵל וּבּוֹעֵצַ לְכָלֶם. אָמְרוּ לוֹ הַחֲבָרִים, בְּנֵי, אַתָּה קָטָן, וְעַדִּין לֹא יִדְעַתִּי אִיךְ נִלְחָמִים גְּבָרִים גְּדוּלִים בְּחָרָב, בְּנַעֲנוּעַ הַחָרָב, בְּרַמַּת, בְּקִשְׁתָּא, בְּחֲצֵי הַקִּשְׁתָּא, בְּמִקְלַע וּבְאַבְנֵי מִקְלַע.

Rabbi Shimon tells Moses that one time he and his friends went to a hotel and a small boy (Yenuka) prepared for them a table with light and all kind of food and drinks as if he was an adult. The boy, who was only five years old, told them that the sages established that the one who prepares the meal (owner) makes the blessing of Hamotzi and the guest make the last blessings but since he is young and they are elders he could not speak his opinion until they gave him permission.

They gave him permission and looked at him as to an angel of God. He told them that they could not have a delicate bread and food without a ‘war’ because the sages stated that the time of eating was a time of war. No one should go to war unless he can win it, then he can break the bread and give it to all.

The war that the ‘Yenuka’ was talking about is the fight between the consciousness of Light and body. The food is the most physical thing that we

consume several times a day. It can feed the physical body that is governed by the other side or feed the body and soul with properly balanced spiritual energy. Most people who bless the food before they eat don't have the proper consciousness and meditation. They do it 'robotically' and eat. They bless the food so they can eat it. The righteous see the food as an opportunity to make the connection to the Light that's in the food to make a correction and elevate sparks of Light.

We studied that the dining table is like God's altar and should be treated as such in order to get the needed Light. Speaking words of the Torah is the way to elevate the meal and draw the Light.

"Rabbi Shimon says, three that ate on one table and didn't say words of Torah as if they ate from an offering of the dead, as it says in Isaiah 28:8 "For all tables are full of vomit and filthiness, so that there is no place clean."

But three who ate on one table and shared Torah study, as if they are from the table of the Holy One, as it said (Ezekiel 41:22) "This is the table that is before YHVH."

רבי שמעון אומר, שלשה שאכלו על שלחן אחד ולא אמרו עליו דברי תורה, כאלו אכלו מזבחי מתים, שנאמר (ישעיה, כח), כי כל שלחנות מלאו קיא צאה בלי מקום.

אבל שלשה שאכלו על שלחן אחד ואמרו עליו דברי תורה, כאלו אכלו משלחנו של מקום ברוך הוא, שנאמר (יחזקאל מא), וידבר אלי זה השלחן אשר לפני ה'.

Many people participate in meals after their Shabbat or holiday service. It is critically important to share the study of Torah at the table, otherwise, there is a great loss of energy.

If the head of the table doesn't share a study from the Zohar then I suggest keeping a small Zohar book close to you. Pull it and read/share it with the people at your table. You can use your smartphone to connect to the Daily Zohar and Unity Zohar to read and share the study. Don't lose the war!

26. אמר להו, (מלכים א כ) אל יתהלל חוגר במפתחו. שהרי ודאי בקריאת שמע פרשה, כל הקורא קריאת שמע על מטתו, כאלו אוחו חרב פיפיות, שבתוב (תהלים קמט) רוממות אל בגרונם וחרב פיפיות בידם. ונענוע החרב צריך לנענעה לששה צדדים, כמו שבארנו, כדי שתמליכנהו על השמים ועל הארץ ועל ארבע רוחות העולם. וזו ו', גוף החרב. י ראש החרב. ה"ה, שתי פיפיות. נרתיק החרב, אדני.

26. אמר להו, (מלכים א כ) אל יתהלל חוגר כמפתחו. דהא ודאי בקריאת שמע אוקמוה, כל הקורא קריאת שמע על מטתו, כאילו אוחו חרב פיפיות, דכתיב, (תהלים קמט) רוממות אל בגרונם וחרב פיפיות בידם. ונענועא דחרבא, צריך לנענעא ליה לשית סטרין, כמה דאוקמוה, כדי שתמליכנהו על השמים ועל הארץ, ועל ד' רווחות העולם. ודא ו', גוף החרב. י, ראש החרב. ה"ה, שתי פיפיות. נרתיקא דחרבא, אדני.

The 'sword' is the aspect of the letter Vav ם that represents Zeir Anpin. The Yod ם is the tip of the sword and the two HH הה are the two sides of the sword. The Scabbard is the ADNY name, Malchut. The meditation on the unification of

heaven and earth, upper and lower names is the aspect of waving the sword that kills the negative forces around us.

27. רומָזא, רמ"זו בְּקִרְיַאת שְׁמַע, עִם שְׁוֵית תִּיבִין דִּיזוּדָא, הָא רומ"זו. מְגִזָּן עִם זִרְבָּא, מִיכָאֵל גְּבַרְיָאֵל נִוְרִיָּאֵל שְׁמוֹשִׁים דְּג' אַבְהָן. קָשַׁת דְּזַרְיָק וּזְצִים, וְכָל זְרַע דְּאֵינוּ יוֹרָה כּוּזָן אֵינוּ מוּלִיד. קִירְטָא, דָּא קִרְיַאת שְׁמַע. ה' אַבְנֵין דְּקִירְטָא, (דברים ו) שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְיָ אֱלֹהֵינוּ יְיָ. לְקַבְּלֵיהוּ, (שמואל א יז) וַיִּקְחוּ דָּוִד זְבֻשֶׁה זֹלֹקִי אַבְנִים מִן הַנָּחַל. וְכַד שְׁוִי לְהוֹן בְּקִירְטָא, דְּאִיהִי שְׁפָה, וְאִיהִי שְׁכִינְתָא, אֲתַעְבִּירוּ זֹד כְּלָהוּ ה', וְקָטִיל לְפִלְשְׁתָּא.

27. רמח, רמ"ח בְּקִרְיַאת שְׁמַע, עִם שְׁשׁ תְּבוֹת הַיְחִיד, הָרִי רומ"ח. מְגִזָּן עִם חֶרֶב, מִיכָאֵל גְּבַרְיָאֵל נִוְרִיָּאֵל, הַשְּׁמָשִׁים שֶׁל שְׁלֹשֶׁת הָאֲבוֹת. קָשַׁת שִׁירָה חֲצִים, וְכָל זְרַע שְׁאֵינוּ יוֹרָה כַּחַץ אֵינוּ מוּלִיד. מְקַלַּע, זֶה קִרְיַאת שְׁמַע. חֲמִשָּׁה אַבְנֵי מְקַלַּע, (דברים ו) שְׁמַע יִשְׂרָאֵל ה' אֱלֹהֵינוּ ה'. בְּנִגְדָם, וַיִּקַּח דָּוִד (שמואל א יז) חֲמִשָּׁה חֲלָקֵי אַבְנִים מִן הַנָּחַל. וְכִשְׁשָׁם אוֹתָם בְּמְקַלַּע, שְׁהִיא שְׁפָה, וְהִיא שְׁכִינָה, נַעֲשׂוּ אַחַד כָּל הַחֲמִשָּׁה, וְהָרַג אֶת הַפְּלִשְׁתִּי.

The 248 words רמח with the Vav ו, representing the 6 letters of the Shema. They spell 'רומח', 'spear' that is another weapon against the 'enemies'.

The 'Shield' is the three angels, Michael, Gabriel, and Nuriel. The initials of their names, מן, literally mean 'Shield'. We receive this protection by the merits of the patriarchs that represent Chessed, Gevurah and Tiferet for the Right, Left, and Central column.

The sling is another weapon that we activate with the first five words of the Shema.

1 Samuel 17:40 "He took his stick in his hand and chose for himself five smooth stones from the brook, and put them in the shepherd's bag which he had, even in his pouch, and his sling was in his hand; and he approached the Philistine."

The five words are the aspect of the five Sefirot, Chessed to Hod. They become one in Yessod and come out of the mouth that is the aspect of Yessod. They shoot out and kill the enemy.

The Zohar reveals that the five stones that King David picked from the brook became one in his sling to create a joint force that could kill Goliath, the Philistine.

28. וְעַד כְּעָן זְרִיקָנָא הָאֵי אַבְנָא לְסַמְאֵל, דְּאִיהוּ אַבְן מְצוֹר, וְהָרְסָנָא מְצוֹר דִּילִיָּה, וְאַשְׁפֹּלְנָא לִיָּה לְתַתָּא. וּבְגִין דָּא אַמִּינָא לְכוּן, אֵל יִתְהַלֵּל זִוְגָר כַּמְפַתְחוּ. כְּעָן יִתְבַּרַר לְכוּן, דְּאֵנָּה יִדְעָנָא אִיךָ מְגִיזוּן גְּבַרִין רַבְרַבִּין בְּסִיפִין, בְּרוּמוּזָא, בְּקָשְׁתָא, בְּקִירְטָא. תְּוֹהֲנָא וְכָא יְכִילָנָא לְמַכְלָא

28. ועד עכשיו זרקתי אבן זו לסמאל, שהוא אבן מצור, והרסנא מצור דילייה, ואשפולנא ליה לתתא. ובגין דא אמינא לכון, אל יתהלל זוגר כמפתחו. כען יתברר לכון, דאנא ידענא איך מגיזון גברין רברבין בסיפין, ברומוזא, בקשתא, בקירטא. תוהנא וכלא יכילנא למכלא

קביוה, אָמרו ליה רבֵּן, כְּעַן נִזְוִי מֵאֵן יְהֵא מְרוּוּז מְרוֹיִת אֶת הַלְחָם, שְׁהוּא לְחָם הַמוֹצִיא.
נְהַמָּא, דְּאִיהוּ לְוֹם הַמוֹצִיא.

The Yenuka connects the previous study about the five words/stones as a weapon. He used it against the head of the negative-side, Sam-el. He tells his guests, sages of the Zohar, that with his ‘stone’ that is the aspect of the Torah study, he broke the ‘siege’ of Sam-el and lowered him (more in #29 below). Now they know that he is capable of using ‘weapons’ during the mealtime. The sages were amazed by the Yenuka. He didn’t tell them earlier of his intention to fight the negative side and now after they saw the outcome, they were speechless. To avoid the undesired outcome, he didn’t declare his plans to win over the other-side before completing the job.

29. פְּתוּז וְאָמַר, (במדבר טו) וְהָיָה בְּאֶכְלֶכֶם מִלֶּחֶם הָאָרֶץ תְּרִימוּ תְרוּמָה לַיהוָה. בְּמֵאֵי (נ"א) אֶתְרִימוֹת שְׂכִינְתָא, דְּאִיהוּ ה' דְּהַמוֹצִיא, דְּאוֹקִימוּ עָלֶיהָ מְאָרִי מִתְנִיתִין, כָּל הַבּוֹצֵעַ, צְרִיף לְדִקְדֹק בְּה'. אֶלָּא וְדָאֵי הָא אוֹקִימוּ רַבֵּן דְּמִתְנִיתִין, מוּץ וְתִבְן פְּטוּרִין מִן הַמַּעֲשֵׂר. וְכֹד הִיא בְּמוּץ וְתִבְן, אִיהִי בְּבֵית אֶסוּרִין, וְלִית לָהּ רְשׁוֹ לְאַרְמָא לְגַבִּי מו', לְמַעַבְדַּ עֲמֹת מו"ה. וְהָאֵי אִיהוּ תְרוּמָה, תוֹרָה דְּאִיהִי ה' זוּמְשֵׁי תוֹרָה, דְּבָהּ (שמות כד) וְהָיָה מִשֶּׁה בְּהָר אֲרֻבָּעִים יוֹם וָגו'.

The Yenuka continued and quoted (Numbers 15:19)

“וְהָיָה, בְּאֶכְלֶכֶם הָאָרֶץ--תְּרִימוּ תְרוּמָה, לַיהוָה”

“then it shall be, that when you eat of the food of the land, you shall lift up an offering (Terumah) to YHVH.”

He asked them; what helps the elevation of the Shechina in the blessing of the bread called the blessing of ‘Hamotzi’. He explains that the ‘H’ ה of הַמוֹצִיא, Hamotzie does that. The Yenuka explains that the person who blesses the bread should express the H ה properly to elevate it to the following letter מ M. The M מ is the aspect of Zeir Anpin and together with the ה H, it becomes מה that is numerically 45 and represents the name of Zeir Anpin יוֹד-הָא-וָאוּ-הָא, with the same numerical value. This is the aspect of Teruma תְרוּמָה that also connects to the Torah. It has the same letters מ תוֹרָה as תְרוּמָה. The letter ה H (numerically 5) is for the five books of the Torah. The letter מ numerically 40 is for the number of days Moses went up the mountain to receive the Torah.

The Chaff and straw are separated during the process of collecting the wheat for making bread. They have not valued for tithing. The negative side draws their support from it and when they do, the Shechina is under ‘siege’ and can’t elevate to the ‘מ’, Zeir Anpin. The Yenuka with his Torah study could break the

siege of the other-side to allow the Shechina to ascend to Zeir Anpin, connecting the ה and the נ of Hamotzi and elevate the entire meal.

Lesson: When we study and read Zohar during our meals we break the hold of the negative side from ‘sucking’ the energy of the food. Eating times are good and easy channels to connect and draw important spiritual light into our vessels. All we need is to make the proper blessings and read some Zohar, otherwise, we have uninvited hidden partners that eat the best part of the meal.

30. ובמוץ ותבן של חטה, עליה אוקמוה רבנו, (קפ"ח ע"ב) איכן שאכל אדם הראשון זוטה הנה. קריב זו"ט, דאיהו מוץ ותבן, לאת ה. ואסתליק במינה י, דאיהו עשור דילה. ובגין דא כד איהו במוץ ותבן (שלה), דאינון לקבל ערלה ופריעה, פטור מן המעשר. וליית רשו לאת י, לזברא באת ה, דאינון איש ואשה. ובגין דא כל הבוצע צריך (דף ע"ב ע"ב) לדקדק בה. וצריך למבצע מאתר דבשולו יפה, בגין דבשול איהו גמר פרי, ודא ו'.

30. ובמוץ ותבן של חטה, עליה אוקמוה רבותינו, איכן שאכל אדם הראשון חטה הנה. קרב ח"ט, שהוא מוץ ותבן, לאות ה', והסתלקה ממנו י', שהוא עשור שלה. ולכן בשהוא במוץ ותבן (שלה), שם בנגד ערלה ופריעה, פטור מן המעשר. ואין רשות לאות י' לחבר באות ה', שהם איש ואשה. ולכן כל הבוצע צריך לדקדק בה. וצריך לבצע מהמקום שבשולו יפה, משום שבשול הוא גמר הפרי, וזה ו'.

The sages say that the Tree of Knowledge that Adam ate from was of wheat, 'חטה'. He brought the ה and ט that are the aspects of chaff and straw to the ה that is Malchut and 'contaminate' her because of the ה and ט spell 'sin'. The two Klipot represented by the chaff and straw are like the two Klipot covering the penis (Yessod) of the child before circumcision. They are removed to reveal the Y ' of Yessod to have a pure channel of light and life. These Klipot shouldn't be allowed to connect to the H ה of Malchut, which is the vessel/female aspect. Man is 'איש' and woman 'אשה'. The man has the Y ' and the woman has H ה. A connection between man and woman should be pure in order to channel pure light to create life.

The bread that is brought for the blessings of Hamotzi should be looking good and properly baked. The blessings should also be proper to make a higher-level connection of the Y ' and the H ה. The process of baking and blessings is the aspect of VI, Zeir Anpin that connects the Y ' and the H ה of the YHVH name for the complete revelation of light.

31. ועשרה דברים צריך אדם למעבד בסעודתא. זוד, נטילת ידים. תניינא לתקנא שתי כפרות לשבת. תליתאה, למיכל תלת סעודתין, ולאוספא מזוול על הקדש. רביעאה, לאנהרא פתורא בשרגא. כמה דאוקמוה, שליון בצפון.

31. ועשרה דברים צריך אדם לעשות בסעודה: אחד – נטילת ידים. שני – לתקן שתי כפרות לשבת. שלישי – לאכל שלש סעודות, ולהוסיף מחל על הקדש. רביעי – להאיר את השלחן בנר, כמו שבאררה, שלחן בצפון ומנורה

ובמנוחה בדרום. וצריך הסבה, כמה האוקמוה בדרום. וצריך הסבה, כמו שבארנו,
הסבו אזור מברך לכלם. הסבו – אחד מברך לכלם.

Ten things to do during a meal.

The Zohar begins here to teach us about 10 things that we should do to make our meals complete. (This subject will be discussed over the following few DZs).

1. Prepare a table that gives honor to the 'King'. It means that it should be special and better than the one we prepare during the weekdays.

2. Washing our hands before the meal. The two hands have ten fingers for the Ten Sefirot and the ten sayings of the action of Creation. "And God said let there be..."

The fingers have 14 joints each and together 28 as the number of letters in the first verse of the Torah and the numerical value of the for כח 'force'.

During the blessing of the hand washing, that is called "Netilat Yadayim", we raise our hands above the level of the eyes to connect to the upper realm and draw from that special 'force'.

3. Make three meals on Shabbat to add holiness that is above the weekdays.

4. Light candles on the table. The sages taught us that in the Holy Temple, the table was in the north and the Menorah in the south. The north is Gevurah and the south is Chesed. The light on the table is the aspect of connecting the Light to food, Chesed to Gevurah. We bring the light to the table by doing the blessings and studying. The table should be by people around it to remove the selfish aspect that exists while eating. A poor guest is very important especially when there's a holiday or special event to celebrate.

32. ובשבת, בכל מלוי, צריך לאתוספא מזוזול
על הקדש, בין במאכליו, ומשתיו, בין בלבושיו,
בין בהסבתיה. וצריך לתקנא ליה מסבה
שפירא, בכמה כרים וכסתות מרקמן, מכל
דאית בביתיה, כמאן דתקין זוופה לכלה.
דשבתא איהי מלכתא, ואיהי כלה. ובגין דא הוו
נפקי מארי מתניתין ערב שבת לאקדמותי
לארזא, והוו אמרי באי כלה באי כלה. וצריכין
לאתערא שירה וזודה לפתורה לגבה.

32. ובשבת, בכל דבריו צריך להוסיף
מחל על קדש, בין במאכליו ומשתיו, בין
בלבושיו, בין בהסבתו, שצריך להתקין
לו מסבה יפה, בכמה כרים וכסתות
מרקמים מכל שיש בביתו, כמו שמתקין
חפה לבלה, ששבת היא מלכה, והיא
בלה. ולכן היו יוצאים בעלי המשנה ערב
שבת לקדם את האורחת, והיו אומרים:
באי כלה, באי כלה. וצריכים לעורר
שירה וזודה לשלחן אליה.

On Shabbat, we need to add holiness by making everything better. Better food and drinks, better clothes, better table settings and everything else as if we prepare it for a bride. Shabbat is a queen and a bride because she is elevated on Shabbat with Zeir Anpin to Binah.

We welcome the Shabbat by saying three times 'בואי כלה', 'Welcome bride' with joy and singing that should continue during the meal.

33. ולא עוד, אלא שיש סוד אחר. כמו שצריך לקבל את גברתה בכמה אורות של נרות שבת, ובכמה ענוגים ולבושים יפים, ובית מתקן בכמה כלים של תקון, בהסבה יפה לכל אחד ואחד, ובזאת החדה והתקון גורמים שנשארת שפחה רעה בחשך, ברעבון, בבכיה, בהספד, בלבושים שחדים כאלמנה. שאם מלאה זו – חרבה זו.

33. ולא עוד, אלא דאית רוא אזורא. כגוןא דצריך לקבלא גבירתה, בכמה נהורין דשרגין בשבת, ובכמה ענוגין, ולבושין שפירין, וביתא מתקנא, בכמה מאני דתקונא, בהסבה יפה לכל זוד וזוד. ובהאי זודה ותקונא, גרמין דאשתארת שפחה בישא בושוכא, ברעבון, בבכיה, בהספד. בלבושין אוכמין פארמלתא. דאי מלאה זו, זורבה זו.

The secret is that when we light candles to welcome the Shabbat and treat her like a queen, the bride of the King, we make the Klipa stay in the dark, without nourishments. Holiness revealed when the Klipa is destroyed and the opposite is true for the Klipa. It is fulfilled only when holiness is broken or destroyed.

34. יצר טוב גבירה קדושה, מלכות הקדש שיורדת בשבת, כלולה מעשר ספירות, מעשרות בשבעה שמות שאינם נמחקים, בכמה מרכבות של חיות ובכמה חילות ומחנות. והמלך יוצא לקבלה בכמה מחנות, ונשאר יצר הרע, השפחה הרעה בחשך, כאלמנה בלי בעלה, בלי מרכבות.

34. יצר טוב, מטרוניתא קדישא. מלכות הקדש דנזותא בשבת. כלילא מעשר ספירין. מעטרא בשבע שמותן שאינן נמוזקין. בכמה מרכבות דזיוון. ובכמה זויילין ובשריין. ומלכא נפיק לקבלא בכמה משריין. ואשתארת יצר הרע שפחה בישא בושוכא, פארמלתא בלא בעלה בלא מרכבות.

The Holy queen that is the upper Shechinah, Binah, and the aspect of the good inclination come down on Shabbat. She is included from Ten Sefirot and decorated by seven holy names. She comes with camps of angels to meet the King that welcomes her with more camps of angels.

The evil side is like a maidservant that is the aspect of the evil inclination. She stays in the dark, like a widow without a husband or support of angels.

35. ואלה שנאמר עליהם, למזבחים ולמקטרים למלאכת השמים ולמגלות אשר לא צויתי, היא עבודה של השפחה הרעה, ששולטת בערבי שבתות וערבי לילות רביעי, מה היו עושים אלה? היו לוקחים לבושים שחרים, ומחשיכים את האורות, ועושים הספד בלילי שבתות להשתתף עמה כמו שהיא שרויה,

35. ואלין דאתמר עליהו, למזבזיין ולמקטריין למלכת השמים ולמזכות אשר לא צויתי, הוא פולזנא דשפחה בישא, דשכטי בערבי שבתות וערבי לילי רביעיות. מה הווי אלין עבדיין. הווי נטליין לבושין אוכמין, וזשכאן נהורין, ועבדיין הספדא בכלי שבתות כדי לאשתתפא בהדה

כְּמִה דְּאִיהִי שְׂרִיא, כִּי (קֹהֶלֶת ז) גַּם זֶה לְעוֹמוֹת זֶה כִּי (קֹהֶלֶת ז) גַּם [אֶת] זֶה לְעַמַּת זֶה עָשָׂה
עָשָׂה הָאֱלֹהִים.

There are those who worship the darkness and connect to the evil side on Friday and Tuesday nights. These nights are easy to connect to the dark maidservant with negative feelings. These actions create affinity with the negative side.

The special lights of the soul at the levels of Nefesh, Ruach, and Neshamah from Shabbat leave us on Tuesday night and the dark side can easily get to us. God created a parallel system of Good and Evil. We can easily avoid the negative side/inclination when connecting to the light of Shabbat with joy and singing. Without a proper connection to Shabbat, we would fall to the negative and dark side.

We should avoid walking alone on Friday nights because the ‘maidservant’ is alone and can easily get us.

36. בְּתֵר דְּזוֹאבוּ יִשְׂרָאֵל, וְאֶתְזוֹרֵב בִּי מִקֹּדֶשׁ, אֶתְמַר בְּשִׁכְנֵתָא אִימָא קִדְיִשָּׂא, (אִיכָה א) אִיכָה יִשְׁבָּה בְּדָד הָעִיר רַבְתִּי עִם הָיְתָה כְּאֶלְמָנָה, וּמְכַבִּין כְּלִיל תְּשַׁעָה בְּאֵב זְהוּרִין וְשִׁרְגִין, וְעַבְדִּין הַסֹּפֵד, וְיִתְבִּין כְּאֶבְלִים לְאֶשְׁתֵּתְפָא בְּדוּזְזָקָא דְשִׁכְנֵתָא. בְּגִין דְּאִינִין גְּרַמוּ לָהּ כָּל הַהוּא תְּבִירוּ.

36. אַחַר שְׁחָטְאוּ יִשְׂרָאֵל וְנִחְרַב בֵּית הַמִּקְדָּשׁ, נֹאמַר בְּשִׁכְנֵהָ הָאֵם הַקְּדוּשָׁה, (אִיכָה א) אִיכָה יִשְׁבָּה בְּדָד הָעִיר רַבְתִּי עִם הָיְתָה כְּאֶלְמָנָה, וּמְכַבִּים בְּלִיל תְּשַׁעָה בְּאֵב אוּרוֹת וְנִרוֹת, וְעוֹשִׂים הַסֹּפֵד וְיוֹשְׁבִים כְּמוֹ אֶבְלִים, לְהִשְׁתַּתֵּף בְּצַעַר הַשִּׁכְנָה, מִשּׁוּם שְׁחָטְאוּ לָהּ כָּל אוֹתוֹ הַשֶּׁבֶר.

After the destruction of the Holy Temple, the Shechina was said to be alone. Lamentation 1:1 “איכה יִשְׁבָּה בְּדָד, הָעִיר רַבְתִּי עִם--הָיְתָה, כְּאֶלְמָנָה; רַבְתִּי בְּגוֹיִם, שְׂרַתִּי בְּמִדְיֹנוֹת-” “How lonely sits the city That was full of people! She has become like a widow Who was once great among the nations! She who was a princess among the provinces Has become a forced laborer!”

Because of our sins, we allowed the negative side to come in and destroy the Holy Temple. For that reason, on the day of destruction, the ninth of Av, we turn off the lights and sit on the ground like mourners to join the pain and sorrow of the Shechina that is now without her husband, the King.

37. זְוַמְשָׂאָה, כּוֹס דְּוִיכְלוּ. שְׁתִּיתָאָה, לְמִנְהוּי עַל פְּתוּרָא מְלִי דְּאוּרִייתָא. שְׁבִיעָאָה, לְאַרְכָּאָה עַל פְּתוּרָא, בְּגִין דְּעֵנִיִּים יִיתוּן עַל פְּתוּרִיָּה. תְּבִינָאָה, נְטִילַת יָדַיִם בְּמִים אֲזוּרוּגִים. תְּשִׁיעָאָה, בְּרַכַּת הַבְּזוּזִין. עֲשִׂירָאָה, כּוֹס דְּבְרָכָה. וְצָרִיף לְאֲזוּזָא עַל־יְהוּ, וּלְתַקְנָא כּוֹן בְּרוּזָא קִדְיִשָּׂא, דְּאִיהִי כְּלוּלָהּ בְּעֶשֶׂר סְפִירָאן, וְאִיהוּ פְּתוּרָא דְּקוּדְשָׁא

37. חֲמִישִׁי - כּוֹס שֶׁל וִיכְלוּ. שְׁשִׁי - לְהִיזוֹת עַל הַשְּׁלַחַן דְּבְרֵי תוֹרָה. שְׁבִיעִי - לְהַאֲרִיף עַל הַשְּׁלַחַן כִּדְּי שְׁעֵנִיִּים יָבִאוּ לְשִׁלְחָנוּ. שְׁמִינִי - נְטִילַת יָדַיִם בְּמִים אֲחֻרוּנִים. תְּשִׁיעִי - בְּרַכַּת הַבְּזוּזִין. עֲשִׂירִי - כּוֹס שֶׁל בְּרָכָה. וְצָרִיף לְחַזֵּר עֲלֵיהֶם וּלְתַקְנֵם בְּסוּד קָדוֹשׁ, שֶׁהִיא כְּלוּלָהּ מִעֶשֶׂר סְפִירוֹת, וְהוּא הַשְּׁלַחַן שֶׁל הַקְּדוֹשׁ

בְּרִיךְ הוּא, מִסְטָרָא דְגְבוּרָה. וּבְגִין כֶּף אוֹקְמוּתָהּ בְּרוּךְ הוּא מֵצַד הַגְבוּרָה, וְלִכְן פְּרָשׁוּהָ רַבְּנֵינוּ, שְׁלוֹזֵן בְּצַפּוֹן.

5. The fifth thing to do with the meal is a Kiddush. See detailed explanation here: [DZ 1292](#)

6. Study Torah during the meal as explained in previous studies.

7. Be open to accept poor people to join the meal. If you have no poor guest to share the meal, give Tzedaka before the meal of on Friday before Shabbat. It's good for the woman to have a Tzedakah box (any type) to place some money (coins, bills) preferably by all members of the family.

8. Washing the hands.

9. Birkat Hamazon, Blessings after the meal. It includes four blessings. The first established by Moses when the Manna came down from heaven. The second by Joshua, the third by King David and King Solomon, The fourth one was added by the sages. There is a lot to learn about the Birkat Hamazon. The most important to know that when we do it proper we enjoy blessings of continuous flow of sustenance

10. Cup of wine during Birkat Hamazon. Using a cup of wine during the blessings is optional when there are at least three people joined the meal together. Not by individuals. They may drink wine after the blessing but not during the blessings. The wine elevate the blessings to a higher level and it adds another blessing after the end of the Birkat Hamazon.

This is a spiritual technology of the highest level and I strongly recommend to continue asking questions and study it further. You can find online many versions of these blessings and it can be done from a translated version but the best is achieved from the all Hebrew version.

The blessings on Chabad.org

http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/135366/jewish/Grace-After-Meals-in-English.htm

http://www.chabad.org/library/article_cdo/aid/865866/jewish/Grace-After-Meals.htm

General description on Wikipedia, also available in several languages

https://en.wikipedia.org/wiki/Birkat_Hamazon

Please share your own related links.

38. זֹד (עיין לעיל ברעיא מהימנא פרשת פנחס רמ"ה ע"א. כוונת י' דברים של שולחן שבת) גְּטִילַת יָדַיִם, דְּהַכִּי אוֹקְמוּתָהּ רַבְּנֵינוּ דְּמִתְנִיתֵינוּ, יָדַיִם מְזוּהָמוֹת פְּסוּלוֹת לְבָרְכָהּ, בְּגִין דְּאֵינוֹן שְׁנִיּוֹת לְטוֹבֵמָאָה, דְּאֵיהוּ אַב הַטּוֹבֵמָאָה. דְּאֵיהוּ רַאשׁוֹן כֹּד אֵינוֹן מְסֻבָּאוֹת, וְכֹד אֵינוֹן טְהוּרוֹת אֵינוֹן שְׁנִיּוֹת לְבָרְכָהּ. דְּבָרְכָהּ לֹא שְׂרִיא אֶלָּא עַל טְהוּרָה. כַּהֲנָא דְּאֵיהוּ אִישׁ טְהוּר, אִישׁ זֹסֵד, שְׂרִיא עָלֶיהָ בְּרַכְתָּא.

38. אֶחָד – נְטִילַת יָדַיִם, שְׁבִארוּהָ רַבְּתֵינוּ שֶׁל הַמְשָׁנָה, יָדַיִם מְזוּהָמוֹת פְּסוּלוֹת לְבָרְכָהּ, מִשּׁוֹם שֶׁהֵן שְׁנִיּוֹת לְטִמְאַהּ, שֶׁהוּא אַב הַטּוֹבֵמָאָה, רַאשׁוֹן בְּשֶׁהֵן טִמְאוֹת, וּבְשֶׁהֵן טְהוּרוֹת הֵן שְׁנִיּוֹת לְבָרְכָהּ, שֶׁהַבְּרַכָּה לֹא שׁוֹרָה אֶלָּא עַל טְהוּרָה. הַכֵּהֵן, שֶׁהוּא אִישׁ טְהוּר, אִישׁ חֶסֶד, שׁוֹרָה עָלָיו בְּרַכָּה. זֶהוּ שְׁכַתוּב (תהלים קלג) בְּשֶׁמֶן הַטּוֹב עַל

הָרֵאשׁ וְגו'. וְלָכֵן, (במדבר ו) דָּבַר אֶל אַהֲרֹן וְאֶל בְּנָיו לֵאמֹר כֹּה תִּבְרְכוּ אֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְגו'. וּפְרִשׁוּהָ, כָּל כֹּהֵן הַמְּבָרָךְ – מִתְּבָרָךְ. וְשֵׁאִינוּ מְבָרָךְ – אֵין מִתְּבָרָךְ. וּפְרִשׁוּהָ בְּעֲלֵי הַמְּשֻׁנָּה, כָּל בְּרָכָה שֵׁאִין בָּהּ אֲזָכְרָה וּמַלְכוּת, אֵין שְׁמָה בְּרָכָה. מַלְכוּת אֲדָנִי.

הָרֵאשׁ הוּא דְכֵתִיב, (תהלים קלג) כִּשְׁמֹן הַטּוֹב עַל הָרֵאשׁ וְגו'. וּבִגְזֵן דָּא, (במדבר ו) דָּבַר אֶל אַהֲרֹן וְאֶל בְּנָיו לֵאמֹר כֹּה תִּבְרְכוּ אֶת בְּנֵי יִשְׂרָאֵל וְגו'. וְאוֹקְמוּהָ, כָּל כֹּהֵן הַמְּבָרָךְ, מִתְּבָרָךְ. וְשֵׁאִינוּ מְבָרָךְ, אֵין מִתְּבָרָךְ. וְאוֹקְמוּהָ מֵאֲרֵי מִתְּנִיתִין, כָּל בְּרָכָה שֵׁאִין בָּהּ אֲזָכְרָה וּמַלְכוּת לָאוּ שְׁמִיָּה בְּרָכָה. מַלְכוּת אֲדָנִי.

The blessing of washing the hands (Netilat Yadayim) before the meal purifies the hands. The Zohar teaches us that the light of blessings comes only to a pure vessel. If the hands are in an impure state, then they can not draw blessings. There are a special process and meditation to achieve pure hands.

39. וְעוֹד, נְטִילַת יָדַיִם צָרִיף לִטּוֹל לֶחֶן עַד פְּרָקָא, דְּגִזְרוּ עָלֶיהָ י"ד פְּרָקִין, בְּהֵוָה שְׁעֵתָא שְׁרִיא יָד י"י עָלֶיהָ, וְאִיהִי יָד דְּבְרָכָה מִסְטָרָא דְּחוּסָד דְּבִיָּה זֹכְמָה בְּיַד יְמִינִיהָ. וְאִיהִי יָד דְּקְדוּשָׁה, מִסְטָרָא דְּגְבוּרָה, וְשֵׁרִיא בְּדִינָא. (נ"א וִידָא דְּשִׁמְאֵלָא) וְאִיהִי יָד דְּחִיּוּדָא, מִסְטָרָא דְּתַפְאֲרָתָא, דְּשֵׁרִיא בְּיַד פְּרָקִין דְּגוּפָא, דְּאֵינוּן שְׁנַיִם עָשָׂר פְּרָקִין בְּתֵרִין דְּרוּעִין, וְתֵרִין שְׁוֹקִין. וְתֵרִין בְּגוּפָא וּבְרִיתָא.

39. וְעוֹד, נְטִילַת יָדַיִם צָרִיף לִטּוֹל לֶחֶן עַד פְּרָקָא, דְּגִזְרוּ עָלֶיהָ י"ד פְּרָקִין, בְּהֵוָה שְׁעֵתָא שְׁרִיא יָד י"י עָלֶיהָ, וְאִיהִי יָד דְּבְרָכָה מִסְטָרָא דְּחוּסָד דְּבִיָּה זֹכְמָה בְּיַד יְמִינִיהָ. וְאִיהִי יָד דְּקְדוּשָׁה, מִסְטָרָא דְּגְבוּרָה, וְשֵׁרִיא בְּדִינָא. (וְיַד שְׁמָאֵל) וְאִיהִי יָד דְּחִיּוּדָא, מִסְטָרָא דְּתַפְאֲרָתָא, שְׁשׁוּרָה בְּיַד פְּרָקִין דְּגוּפָא, שְׁהֵם שְׁנַיִם עָשָׂר פְּרָקִים בְּשְׁתֵּי זְרוּעוֹת וְשְׁתֵּי שׁוֹקִים, וְשְׁנַיִם בְּגוּפָא וּבְרִיתָא.

The two hands have ten fingers for the Ten Sefirot and the ten sayings of the action of Creation. "And God said let there be..."

The fingers have 14 joints each and together 28 as the number of letters in the first verse of the Torah and the numerical value of the for כח 'force'.

We hold the water vessel ('Natlan') with the right hand for the aspect of Chassadim that channeled from the Right column. We transfer the Natlan to the left hand to serve the right and pour twice (14+14=28) for the YHVH name of Atzilut (Chokmah, 72), then we transfer the Natlan to the right hand (we may refill it with water for additional Chassadim and blessing) and pour twice on the left hand for the YHVH name of the world of Beriah (Binah, 63). We pour the water on the hands from the wrist down.

Then we rub the two hands together and say the blessing while raising the hands above the level of our eyes, for the YHVH name of Zeir Anpin (45), the world of Yetzirah.

This process that is called "Netilat Yadayim", eliminates all Klipot/spiritual impurities from our hands, allowing us to make a pure connection to the food, world of Asiah (action, 52).

Only with proper blessings we can eat and benefit spiritually, otherwise, we consume food like animals.

Another aspect of 14 is in the body, unifying Right and Left. We have three joints in each hand and three joints in each leg, together 12. We get 14 when we add one for the body and one for Yessod (sexual organ) for unification and balance.

40. ותלת זמנין י"ד, איהו בו"ב, י"י, מן י"ד י"ד, י"ד, רמוז יב"ר כה י"אר י"שא, מן הוי"ה הוי"ה הוי"ה. ד' ד' ד' מו"ד י"ד י"ד, אינון רמיון באדניי אדניי אדניי. ואמר הנביא עליהם, (ירמיה ז) היכל יי' היכל יי' היכל יי' המה. והאי נטילא ביד דאתתקנת.

40. וְשֵׁלֶשׁ פְּעָמִים אַרְבָּעָה עָשָׂר הוּא אַרְבָּעִים וּשְׁנַיִם. י"י מו"ד י"ד י"ד, רְמוז יב"ר כה י"אר י"שא, מְהוּי"ה הוּי"ה הוּי"ה. ד' ד' ד' מו"ד י"ד י"ד, הֵם רְמוּזִים בְּאֲדָנָי אֲדָנָי אֲדָנָי. וְאָמַר הַנְּבִיא עֲלֵיהֶם, (יִרְמִיָּה ז) הַיְכָל יְיָ הַיְכָל יְיָ הַיְכָל יְיָ הַמָּה. וְהָאִי נְטִילָא בְּיַד דְּאֵתְתַקְנָת.

The word hand, 'יד' is numerically 14. As we explained previously, the three hands יד יד יד of God (3x14) equal 42.

The three יי from יד יד יד found in the YHVH יהוה of the three verses that the priests bless the children of Israel.

יְבָרַךְ יְהוָה
יְאֵר יְהוָה
יֵשֵׁא יְהוָה

The three ד ד ד found in אדני אדני אדני.

The prophet Jeremiah repeats three times "Palace of YHVH" in sequence. Jeremiah 7:4 "היכל יהוה היכל יהוה, היכל יהוה"

The word "היכל", 'Palace' numerically 65, same as ADNY אדני and 'The vessel', 'הכל'.

The meditation of the handwashing before the meal connects the three YHVH יהוה and three ADNY allowing us to have a complete connection to the three columns and the Tree of Life.

41. וְכָל צֶדֶד מְשַׁלֵּשֵׁת פְּנֵי הַחַיּוֹת, שֶׁהֵם יי יי, וּמְשַׁלֵּשׁ בְּנִפְי הַחַיּוֹת, שֶׁהֵן ד' ד' ד', כָּלֵם צְרִיף לְהַיּוֹת מִכַּח אָדָם. וְהוּא יו"ד ה"א וְא"ו ה"א. הַכַּח שְׁלוֹ – יו"ד וְא"ו דְּלִית, ה"א אֶלְיָ, וְא"ו אֶלְיָ וְא"ו, ה"א אֶלְיָ. וְהַמְלַכָּה לֹא שְׂרוּיָה בְּכַח שְׁלוֹ, בְּפִרְקֵי הָאֲצָבָעוֹת, עַד דְּאֵתְעַבְרַת מִהֶם הַזְּהֵמָה, הַשְּׁפָחָה הַרְעָה הַפְּסוּלָה,

41. וְכָל סֵטֶר מִזֵּ אֲנָפֵי זַוְיָוִן, דְּאֵינוּן יי יי יי. וּבְתַלְתָּ זְדָפֵי זַוְיָוִן, דְּאֵינוּן ד' ד' ד', כְּלָהוּ צְרִיף לְמַהוּי מִכּוּז (דף רע"ג ע"א) אָדָם. וְאִיהוּ יו"ד ה"א וְא"ו ה"א. כּוּז דִּילִיָּה, יו"ד וְא"ו דְּלִית, ה"א אֶלְיָ, וְא"ו אֶלְיָ וְא"ו, ה"א אֶלְיָ. וּבְמִטְרוּנִיתָא לֹא שְׂרִיָּא בְּכּוּז דִּילִיָּה, בְּפִרְקִין דְּאֲצָבָעוֹן, עַד דְּאֵתְעַבְרַת מִזְּיָהוּ זְוֵהָמָא, שְׂפּוּזָה בִּישָׂא פְּסוּלָה, אֲנָתוּ

דְּפָסוּל. וּבְגִין דָּא אִוְקְמוּהָ בְּאֵרֵי מִתְנַתִּין, יְדִים אִשְׁתּוּפְסוּל. וְלִכְּן פְּרִשׁוּהָ בְּעֲלֵי הַמְּשֻׁנָּה, מְוִוְהָמוֹת פְּסוּלוֹת לְבָרְכָה. יְדִים מְוִוְהָמוֹת פְּסוּלוֹת לְבָרְכָה.

Each of the three columns comes from the three sides of the Holy Creatures of the Holy Chariot, Lion (Chessed, Right), Ox (Gevurah, Left), Eagle (Tiferet, Central). They also represent the three YHVH. The three wings of the Holy Creatures is the aspect of the three D דדד that is three times ADNY. All should come from the 'force' (כח = 28) of man (אדם Adam = 45) that is the name of Zeir Anpin **יוד-הא-ואו-הא** and the 28 letters of the spelled name **יוד-ואו-דלה, הא-אלף, ואו-אלף-ואו, הא-אלף**

The Shechinah with the name of 28 letters can come to the hands with the 28 segments of the fingers (14+14) only when the hands are spiritually pure. The sages told us that the maidservant of the negative side resides on impure hands and disqualifies the person from making blessings.

42. וְאֵינֹן מִים לְדַכָּאָה יָד, דְּשֶׁרִיָּא תַּמָּן יָד יִי. יָד יִי, דָּא מִים דְּאִוְרִיָּתָא. דְּעַמֵּי הָאָרֶץ אֵינֹן שֶׁרֶץ, מַה מוֹעִיל לֹן טְבִילָה, וְהַשֶּׁרֶץ שֶׁפָּוָה בְּיֵשָׁא בִּידֵיהוֹן, בְּגֹזֶל דְּבִידֵיהוֹן. בְּגֹזֶל דְּבִרְכָאן דְּגֹלִין לְקוּדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא, דְּלֹא יָדְעֵי לְבָרְכָא, וְלֹא יָדְעֵי מַאי אִיהִי בְּרָכָה, וּמַאי אִיהִי וְהִמָּא.

42. וְהֵם מִים לְטַהַר הַיָּד, שְׁשׁוּרָה שָׁם יָד יִי. יָד יִי זֶה מִים שֶׁל הַתּוֹרָה. שְׁעַמֵּי הָאָרֶץ הֵם שֶׁרֶץ, מַה מוֹעִילָה לָהֶם טְבִילָה, וְהַשֶּׁרֶץ, שֶׁפָּוָה רָעָה בְּיָדָם, בְּגֹזֶל שְׂפִידֵיהֶם, בְּגֹזֶל שֶׁל הַבְּרָכוֹת שְׁגוּזִים אֶת הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא, שְׁלֹא יוֹדְעִים לְבָרְךָ, וְלֹא יוֹדְעִים מַהִי בְּרָכָה וּמַהִי זַהֲמָה.

The water that purifies our hands is the aspect of the Torah. If people don't have the Torah and follow it, then they are like insects, aspect of the negative side and maidservant. They stay impure even after they go under the water because they don't have the Torah to purify them.

When they make a blessing without the understanding of what is a blessing and what is an impurity, they are considered and robbers from the Holy One Blessed be He.

The purity of our hands and consciousness should be on the highest level in order to be able to draw true blessings into our lives from the names of YHVH that we can draw with proper blessings.

43. מִיָּד כְּשֶׁשָּׁמְעוּ מִלִּין אֱלִין זִוְבְּרִיָּא וְאָנָּא עֲמַהוֹן, לֹא יְכִילָנָא לְמַסְבֵּל דִּישְׁכִּים עֲשֶׂרָה מִלִּין דְּבָרְכָה, וְאִשְׁתַּוּוֹנָּא לְצַבִּיָּה. וּבִוְדָאֵי לִית בַּר נֶשׁ דִּיִּיבָא מִלִּין אֱלִין, אֲכָּא אָנְתָּ. דְּאָנְתָּ הוּא כְּגוּוֹנָּא דְּד' מוּזִיצוֹת דְּגֵן עֲדָן. דְּבַר נֶשׁ עָאֵל בְּהוֹן (נ"א דכד אנת) בְּמוּזִיצַת יְנוּקִין, וְאִתְעֵבִיד תִּינוּקָה. וּבְמוּזִיצַת

43. מִיָּד כְּשֶׁשָּׁמְעוּ הַחֲבָרִים דְּבָרִים אֱלוֹ, וְאִנִּי עֲמָהֶם, לֹא יְכַלְתִּי לְסַבֵּל שִׁישְׁלִים עֲשֶׂרָה דְּבָרִים שֶׁל בְּרָכָה, וְהִשְׁתַּטַּחְתִּי אֲצִלוֹ, וּבִוְדָאֵי אֵין אִישׁ שִׁיאֲמַר דְּבָרִים אֱלוֹ אֱלֹא אֲתָה, שְׁאֲתָה הוּא כְּמוֹ אֲרַבַּע מַחְצוֹת שֶׁל גֵּן עֲדָן. שְׁהָאֲדָם נִכְנָס בְּהֵן (שְׁכַאֲשֶׁר אָתָּה) בְּמַחְצַת הַתִּינוּקוֹת

ונעשה תינוק, ובמחצת נערים ונעשה נער, ובמחצת בחורים ונעשה בחור, ובמחצת זקנים ונעשה זקן. ולכך נאמר עליך, (תהלים לג) 'ממכון שבתו השגית אל כל יושבי הארץ. ואתה הוא שנאמר עליך (בראשית ו) בשגם הוא בשר, בדור של דור הפלגה היית, ובכל דור ודור בגלגול, בגלגל שמתהפך לכמה גונים. ולא נגלית אלא בדור שנתנה בו תורה על ידך.

נערים, ואתעביר נער. ובמזויצת בזורים, ואתעביר בזור. ובמזויצת זקנים, ואתעביר זקן. ובגין כך אתמר עֲלֶיךָ, (תהלים לג) 'ממכון שבתו השגית אל כל יושבי הארץ. ואתה הוא דאתמר עֲלֶיךָ, (בראשית ו) בשגם הוא בשר, בדרא דדור הפלגה הוית. ובכל דרא ודרא בגלגולא. כגלגל דמתהפך לכמה זונין. ולא נגלית, אלא בדרא דאתייהב ביה אורייתא על ידך.

When they heard the teaching of Moses, 'the Faithful Shepherd', on the blessings, they fell in front of him and said that only He (Moses) can bring this high-level study. He has access to all levels of the Garden of Eden.

The following verse has Moses's name משה in the initials of the first three words. It also connects him to the highest spiritual level.

Psalms 33:14 "ממכון שבתו השגית אל כל יושבי הארץ"

"From His dwelling place He looks out On all the inhabitants of the earth,"

Genesis 6:3 "ויאמר יהוה לא ידון רוחי באדם לעלם בשגם הוא בשר והיו ימיו מאה ועשרים שנה"

"Then YHVH said, "My Spirit shall not strive with man forever, because he also is flesh; nevertheless his days shall be one hundred and twenty years."

Moses was in the generation of the Tower of Babel and he comes back in every generation.

His name is concealed in the word 'בשגם', numerically 345 as 'Moses, משה'. The verse reveals that 'his' (Moses) days will be 120 (Deuteronomy 34:7). His soul and main work revealed in the generation that left Egypt and received the Torah on Mount Sinai.

44. מיד שהתבנסת מהעולם, אתה הוא בשמש שמאיר בכל דור ודור. שבשמתבנס השמש בלילה, הוא מאיר בלבנה ובששים רבוא בוכבים. כך אתה, שאתה מאיר בששים רבוא בכל דור ודור. וזהו שרמז קהלת, (קהלת א) דור הלך ודור בא. ופרשנה רבותינו, אין דור פחות מששים רבוא. ועוד פרשנה, הדור שהולך הוא שבא, לקים מה שהיה הוא שיהיה. מכאן ואילך השלם עשרה דברים של השלחן בגלוי. אמר רועה הנאמן, המנורה הקדושה אשרי חלקה, שהקדוש

44. מיד דאתכנישת מעלמא, אנתה הוא כשמשא דנהיר בכל דרא ודרא, דכד אתכנש שמשא בלילא, נהיר בסיהרא, ובשתין רבוא ככביא. הכי את (אנת), דאנת נהיר בשתיין רבוא בכל דרא ודרא. והאי איהו דקא רבו קהלת, (קהלת א) דור הולך ודור בא. ואוקמוה רבנן, אין דור פחות מששים רבוא. ועוד אוקמוה, הדור שהולך הוא שבא, לקיים (שם) מה שהיה הוא שיהיה. מכאן ואילך, אשלים עשרה דברים דפתורא באתנלייא. אמר רעיא מהיבנא, בוצינא קדישא וכאה זולקה, דקודשא ברין

הוא גלי קר, מה דלא גלי לכל נביא וזוזה, וכל ברוך הוא גלה לך מה שלא גלה לכל לבואן ולבואן. נביא וחוזה, ולא למי ולמי.

When you passed from this world, you became like the sun that shines in every generation. When the sun in set, it still gives its light to the moon and to 600,000 stars in every generation. This is what King Solomon meant when saying (Ecclesiastes 1:4) “דור הלה ודור בא והארץ לעולם עמדת” “A generation goes and a generation comes, But the earth remains forever.”

The souls from previous generation reincarnate in the following generation. Every generation must have at least six hundred thousand souls.

Ecclesiastes 1:9 “מה שיהיה הוא שיעשה ומה שנעשה הוא שיעשה ואין כל חדש תחת השמש” “That which has been is that which will be, And that which has been done is that which will be done. So there is nothing new under the sun.”

Moses refers to Rabbi Shimon as Holy Light telling him that his lot is blessed because the Holy One Blessed Be He revealed to him secrets that were not revealed to prophets, futurists or any other.

Moses continues with explanations of the meal process.

45. תנינא, למבצע על שני פירות בשבת, 45. שני - לבצע על שתי פירות דאינן רמיון בתרי לויזי אורייתא, דאתייהבו בשבת זוגות. דביומא תליתאה זוזתו, דבית תרי זמני טוב, ובשבת אתייהבת, תרין זיקבין לתרין טבין. ואף על גב דאוקמוה דשדים במזן על זוגות, כמה דאוקמוה שני ביצים, שני אגוזים. הלכה למשה מסיני שכוזי מצוה אינן זוקין.

The two loaves of bread on the table are against the two tablets of the Torah that were given on Shabbat. On the third day, the Torah brought down to the people. On the third day of Creation, God saw twice that his word was ‘Good’. The third is the aspect of Tiferet and central column that includes the Right and the Left.

Even though the negative-side is free to cause separation between pairs, the two breads/Challah on Shabbat is a connection to a Mitzva, precept, and therefore as taught by Moses, messengers of Mitzva are not hurt and there’s no reason to worry.

Lesson: The two challah that we use on Shabbat represents Right and Left and we connect them together. Chessed on the right above the Left, Gevurah. We put our hands on the two and make the blessing, creating the central column by uniting the Right and the Left. When using 12 Challot, we arrange 5 Chassadim on the Right and 5 Gevurot on the Left with meditation of the Holy Ari.

A person doing a mitzvah is not hurt so when we think about our next Mitzvah, we immediately draw protection. Studying Torah is an important Mitzvah and very easy to do it anywhere we go. We can have a small book with us at all times and or using the Unity Zohar app for smartphones. When you have a little time, pull your smartphone or a book and study some Zohar.

If you drive or commuting to work you can play previously downloaded Zohar recordings available on DailyZohar.com. You may use ZoharVoice.com to listen to Zohar over the phone.

46. ואי תימא, והא תנינן, אין מתזוילין בשני, ואין מסיימין בד', דהיינו בב' ד' עם ערב רב, דלא הוה שְלוּוּי מצוה, דלא אתגזירו לישם שבמים, ולבתר דאתעברו מעלבא, מני קודשא בריך הוא לנטלא (שמות לד) שני לוזות אבנים כראשונים, ואמר, (שם) וכתבתי על הלוזות את הדברים אשר היו על הלוזות וגו'.

46. ואם תאמר, והרי שנינו, אין מתחילין בשני ואין מסימים ברביעי, דהינו בב' ד' עם ערב רב, שלא היו שלוחי מצוה, שלא התגזרו לישם שמים, ולאחר שעברו מן העולם, צוה הקדוש ברוך הוא לטל (שמות לד) שני לחת אבנים כראשנים, ואמר, וכתבתי על הלחת את הדברים אשר היו על הלחת וגו'.

As explained before, there is a danger in pairs because the negative-side can cause separation and disconnection from the Light. The second and fourth day (Monday and Wednesday) are 'pairs'. The Zohar suggests not to start on Monday and complete on Wednesday even when doing a Mitzvah.

The Erev-Rav are not 'messengers of Mitzvah' and when we are involved with them, the outcome is negative. They brought the sin of the Golden Calf on the Israelites and the first two Tablets that Moses brought down, broke. After the instigators of the Erev-Rav were killed, Moses went up to bring the second pair of tablets.

The righteous that doesn't have connection to the Erev Rav can start a Mitzva any day.

Lesson: All of our actions should be done in a form of a Mitzvah. When we work it is for the sake of doing for others and be rewarded with money that we can share.

The negative-side 'pairs' with us to distract us from doing the right things. It's easier to cause conflicts and separation between two, especially when one or both are not righteous in their intents and actions. The day of the week, month and the individual cycle of energy also contribute to the success or failure of our actions.

Our protection is by following the righteous ways that the Torah and Zohar teach us.

Marriage is also a 'pair' and to protect and strengthen the relationship, the couple should bring the Light in in order to push away the 'darkness'. A third 'entity' (the other-side) in the relationship would only cause conflicts and separation.

47. ושתי כפרות בשבת רומזות לשני יודי"ם יאהדונהי. שאדני היא יחידה מבעלה בששת ימות החל, ובשבת יורד אליה. ומשום זה בשבת כל הנשמות והרוחות והנפשות יוצאות ויורדות זוגות, ואין שטן ואין מזיק שולט ביום השבת. ואפילו גיהנם לא שולט ולא בוער בשבת. ומשום זה, (שמות לה) לא תבערו אש בכל משבתיכם ביום השבת. וזו אש נכריה, אלא אש הקרבן, אש של קדשה. ואין להאריך בבציעה שלהן, שהרי נתבאר למעלה.

47. ותרין כפרות בשבת, רמיוזין לתרין יודין יאהדונהי. האדני איהי יחידה מבעלה בשית יומין דזוזל, ובשבת זוזית לגבה. ובגין דא בשבת, כל גשמתין ורוזין ונפשין נפקין ונזותין זוגות, ואין שטן ואין מזיק שליט ביומא דשבתא. ואפילו גיהנם לא שליט, ולא אוקיד בשבת. ובגין דא, (שמות לה) לא תבערו אש בכל מושבותיכם ביום השבת. ודא אש נוכראה, אלא אש דקרבנא, אש דקדושה. ולית לארכאה בבציעא דלהון, דהא אתמר לעילא.

The two loaves of Shabbat are the aspect of the two Yud " from the

name **יאהדונהי** that merges the upper and lower names. ADNY אדני is the lower name, Malchut, that during the weekdays is away from her husband. On Shabbat YHVH יהוה comes down to ADNY אדני for unification.

יאהדונהי

We take the two loaves on Shabbat, one for the first Yud ' and one for the last Yud ' and put them together to represent the unification of upper and lower. The soul levels of Nefesh, Ruach and Neshama we receive on Shabbat come down in pairs and the other-side have no power on that day to harm them. Even the fire in hell is not burning on Shabbat and for that reason, we don't start fire on Shabbat.

We break the bread as explained in Ekev paragraph #22. The head of the table, who makes the blessing and break the bread distribute pieces around the table but shouldn't give it to the hands of the participants in the meal but place the piece next to them. He can place the pieces on a plate for the others to take. The reason is that we hand food to people that mourn a death of a family member.

The head table can meditate to include everyone around the table with his blessing. The others should stay silent until they receive the bread and eat it. No conversation between the blessing of Netilat Yadayim (hand wash) until after eating the bread.

48. שלישי - לאכל שלש סעודות בשבת, כפי שבארוה רבותינו של המשנה, שאמר אחד מהם: יהא חלקי עם גומרי שלש סעודות בשבת. שהן שלמות

48. תליתא לאכל שלש סעודתין בשבת, כמה דאוקמוה רבנן דבתניתין, דאמר זוד מינייהו, יהא זולקי עם גומרי שלש סעודות

של שבע ברכות של התפלה, להשלים בהן לעשר. והסוד של ענג – (בראשית ב) ונהר יצא מעדן להשקות את הגן. ומי שלא מקים אותן ויש לו רשות לקימן, הופך לו לנגע צרעת. וכדי שלא יבא לזה, אמר הקדוש ברוך הוא: לוו עלי ואני פורע, (ישעיה נח) אז תתענג על ה'.

בשבת, האינן שלימו השבע ברכאן דעלותא, לאשלמא בהון לעשר. ורזא דענג, (בראשית ב) ונהר יצא מעדן להשקות את הגן. ומאן דלא מקיים לון, ואית ליה רשו לקימן, אתהפך ליה לנגע צרעת. ובגין דלא ייתי להאי, אמר קודשא בריך הוא, לוו עלי ואני פורע, (ישעיה נח) אז תתענג על יי'.

The third special thing to do on the dining table of Shabbat is to have three meals. The Shabbat prayer of the Amidah (Silent prayer) includes seven blessings and the three meals complete the connection to ten.

Genesis 2:10 “;ונהר יצא מעדן, להשקות את-הגן”

עדן - is the source of light from the upper three to the world.

נהר - is the flow of light to the ‘Garden’ below.

גן - Aspect of Malchut

The initials of the three words above spell ‘ענג’, literally mean ‘pleasure’. The Shabbat is the time for true pleasure, which is a connection to the Light in every way possible. The three meals with blessings and study are important elevations. The sages tell us that having three meals on Shabbat protects us from the difficulties before the revelation of Mashiach, the judgments of hell and from the Final war of Gog UMagog.

Rabbi Shimon said that those who complete three meals on Shabbat a voice comes out and announce on him;

Isaiah 58:14 “אז, תתענג על-יהוה, והרכבתיך, על-במותי (במתי) ארץ; והאכלתיך, נחלת יעקב אביך-” “Then you will take delight (ענג) in YHVH, And I will make you ride on the heights of the earth; And I will feed you with the heritage of Jacob your father, For the mouth of YHVH has spoken.”

Those with the ability to do three meals and don't do it, transform the ‘ענג’, ‘Pleasure’ of Shabbat to negative ‘נגע’, ‘hurt’/‘pain’.

49. רביעי – להאיר שלחן במנוחה, כמו שבארזה הקדמונים, שלחן בצפון, מנוחה בדרום. ששלחנו של הקדוש ברוך הוא כך צריך להיות. חמישי – כוס של ויכלו. כו"ס בחשבון אלהים. ויכלו – ע"ב, שכוללת אותם הכלה הקדושה. שהכוס הזאת המלאה יין של תורה, צריכה להעיד על מעשה בראשית.

49. רביעאה, לאנהרא פתורא במנרתא. כמה דאוקמוה קדמאין, שלחון בצפון, מנוחה בדרום, דפתורא דקודשא בריך הוא הכי צריכא למהוי. זומישאה, כוס דויכלו. כו"ס, בוזשבון אלהים. ויכלו ע"ב, דכליל לון כלה קדישא, דהאי כוס מלא יינא דאורייתא, צריך לאסהדא על עובדא דבראשית.

The fourth thing is to add more light on the table. Honoring the meal as if we have the king and queen around the table.

The fifth is the Kiddush cup. The precept of doing Kiddush on Shabbat comes from the Ten Commandments (Exodus 20:7) “זָכוֹר אֶת-יוֹם הַשַּׁבָּת, לְקַדְּשׁוֹ” “Remember the sabbath day, to sanctify it.”

The Hebrew root for ‘Sanctify’, ‘קדש’ is as Kiddush ‘קידוש’.

We start the blessing of the Kiddush with the paragraph from the Torah that sums up the story of Creation. It connects us to the first Shabbat and the Light of Binah.

Genesis 2:1 “וַיִּכְלֹו הַשָּׁמַיִם וְהָאָרֶץ, וְכָל-צְבָאָם” “Thus the heavens and the earth were completed, and all their hosts.”

The word for ‘cup’ is ‘כוס’, numerically 86, same as ‘ELHYM’ ‘אלהים’.

The first word “וַיִּכְלֹו” is numerically 72 and Malchut include the name ‘אלהים’ and the name of 72 יוד-הי-ויו-הי for the light of Chokmah that we have on Shabbat.

50. שְׁתִּיתָאָה, לְמַהּוּי עַל פְּתוּרָא דְבְרֵי תוֹרָה, דְּהָכִי אוֹקְמוּהָ בְּאֵרֵי מִתְנִיתִין, ג' שְׂאֲכָלוּ עַל שְׁלֹזֵן אֲזוּד וְלֹא אָמְרוּ עָלָיו דְּבְרֵי תוֹרָה וְכוּ'. וְרָא דְמַלְכָּה, בְּגִין דְּהָא אוֹקְמוּהָ שְׁלֹזֵן בְּצַפּוֹן, וְאוֹרִייתָא אֲתִייהִיבַת בְּמִינָא. לְזוּבְרָא יְמִינָא דְאִיהוּ רוּזְבִי, בְּשִׁמְאֲלָא דְאִיהוּ דִינָא. דְאוֹרִייתָא אִיהוּ יְי' בְּמִינָא, פְּתוּרָא אֲדָנִי מִשְׁמַאֲלָא, וְצָרִיךְ לְזוּבְרָא לֹון. דְּבְגִין דְּפְתוּרָא מִשְׁמַאֲלָא, אוֹקְמוּהָ רַבָּן דְּמִתְנִיתִין, קָשִׁין מְזוּנֹתָיו (דף רע"ג ע"ב) שֶׁל אָדָם בְּקָרִיעַת יָם סוּף. וּבְגִין כֵּן, צָרִיךְ תְּלַמִּיד זֹכֵם לְזַמְּנָא עֲמִיה, לְמַאן דִּישְׁתַּדֵּל בְּפִתְתָמֵי אוֹרִייתָא.

50. שְׁשֵׁי – לֵהוּיֹת עַל הַשְּׁלֹחַן דְּבְרֵי תוֹרָה, שְׂבָךְ פְּרִשׁוּהָ בְּעֲלֵי הַמְּשָׁנָה, (אבות פ"ג) שְׁלֹשָׁה שְׂאֲכָלוּ עַל שְׁלֹחַן אֶחָד וְלֹא אָמְרוּ עָלָיו דְּבְרֵי תוֹרָה וְכוּ'. וְסוּד הַדְּבָר – מְשׁוּם שֶׁהָרִי פְּרִשׁוּהָ שְׁלֹחַן בְּצַפּוֹן, וְהַתּוֹרָה נִתְּנָה מִיְמִין. לְחִבְרָא יְמִין, שֶׁהוּא רַחֲמִים, עִם שְׁמַאל, שֶׁהוּא דִין. שֶׁהַתּוֹרָה הִיא יְי' מִיְמִין, שְׁלֹחַן אֲדָנִי מִשְׁמַאל, וְצָרִיךְ לְחִבְרָא אוֹתָם. מְשׁוּם שֶׁהַשְּׁלֹחַן מִשְׁמַאל, פְּרִשׁוּהָ בְּעֲלֵי הַמְּשָׁנָה, קָשִׁים מְזוּנֹתָיו שֶׁל אָדָם בְּקָרִיעַת יָם סוּף. וּמְשׁוּם כֵּן צָרִיךְ תְּלַמִּיד חָכֵם לְזַמֵּן עִמּוֹ, לְמִי שִׁישְׁתַּדֵּל בְּדְבְרֵי תוֹרָה.

The sixth thing to do during the meal is to speak words of Torah. Rabbi Shimon would say: Three who eat at one table and do not speak words of Torah, it is as if they have eaten of idolatrous sacrifices;

The secret of this instruction is that the table in the Holy Temple represents Malchut. It was placed in the north that is the aspect of Left and judgments. The Light from the Right must join to sweeten the judgments. We use word of Torah to draw the light of mercy because of the Torah the revelation of YHVH, Zeir Anpin. The Torah was given from the Right.

Because the table we eat on is on the Left, it's hard to draw sustenance.

Even when eating alone, we should pause during the meal for a short Torah, Zohar study.

The Daily Zohar can be accessed quickly using any smartphone. We can use the Unity Zohar website or app to quickly access and read/scan a few paragraphs. Without internet access, we can listen to Zohar reading over the phone. Dial-in Number: (641) 715-3800, Access Code: 60238.

We should remember that food is just a tool for us to draw light into our bodies and soul.

51. שְׁבִיעָאָה, לְאַרְכָּאָה עַל פְּתוּרָא, בְּגִין עֲנִיִּים. וּבְגִין דָּא, כָּל הַמְּאַרְיָה עַל שְׁלוֹזְנוֹ מְאַרְיָה לֹא יָמִיו וּשְׁנוֹתָיו. וּבְגִין כָּךְ (מְשַׁלֵּי י) וְצַדִּיקָה תַּצִּיל מִמּוֹת. דְּעֲנִי זֹשׁוּב כְּמֹת, וְאִיהוּ מוֹזֵיָה לִּיה, אֹפֵה הָכִי קוֹדֵשׁא בְּרִיךְ הוּא מוֹזֵיָה לִּיה.

51. שְׁבִיעֵי – לְהַאַרְיָה עַל הַשְּׁלַחַן מְשׁוּם הָעֲנִיִּים. וּמְשׁוּם זֶה, כָּל הַמְּאַרְיָה עַל שְׁלַחַנוֹ מְאַרְיָה לֹא יָמִיו וּשְׁנוֹתָיו, וּמְשׁוּם כָּךְ (מְשַׁלֵּי י) וְצַדִּיקָה תַּצִּיל מִמּוֹת. שְׁעֲנֵי חָשׁוּב כְּמֹת, וְהוּא מַחֲיָה אוֹתוֹ, גַּם כָּךְ הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא מַחֲיָה אוֹתוֹ.

The seventh thing to do is to give an opportunity for poor people to join the meal. Sharing food is like sharing the energy of life and one who does that, the Holy One Blessed be He, gives him more life force

52. וְעוֹד בְּאוּרוֹז רָזָא, הִכְלָהוּ עֲנִיִּים מִסְטָרָא דְּאֵת ד', דְּאֵתְמַר בְּה (תְּהִלִּים קטז) דְּלוֹתֵי וְלוֹי יְהוֹשִׁיעַ. וְאוֹת ד' דְּאוֹזוֹד, דְּצַרִּיקָה לְאַרְכָּאָה בְּה, הָדָא הוּא דְּכַתִּיב לְהַאַרְיָה יָמִים עַל מַמְלַכְתּוֹ, וּבְגִין דָּא, צַרִּיקָה לְאַרְכָּאָה עַל פְּתוּרָא, דְּאִיהוּ ד', כְּלִילָא מוֹד רְגֵלִין דְּפְתוּרָא. בְּגִין יְקָרָא דְּאֵת דְּלִיָּת, צַרִּיקָה לְאַרְכָּאָה עַל פְּתוּרָא, בְּגִין עֲנִיִּים.

52. וְעוֹד בְּדַרְךְ סוּד, שְׁכַל הָעֲנִיִּים מִצַּד הָאוֹת ד', שְׁנַאֲמַר בְּה (תְּהִלִּים קטז) דְּלוֹתֵי וְלוֹי יְהוֹשִׁיעַ. וְאוֹת ד' שֶׁל אֶחָד שְׁצַרִּיקָה לְהַאַרְיָה בְּה, זֶהוּ שְׁפָתוֹב (דְּבָרִים יז) לְהַאַרְיָה יָמִים עַל מַמְלַכְתּוֹ, וְלִבְנֵי צַרִּיקָה לְהַאַרְיָה עַל הַשְּׁלַחַן, שְׁהִיא ד', כְּלוּלָה מֵאַרְבַּע רְגֵלִים שֶׁל הַשְּׁלַחַן. בְּשִׁבִיל כְּבוֹד הָאוֹת ד' צַרִּיקָה לְהַאַרְיָה עַל הַשְּׁלַחַן בְּשִׁבִיל הָעֲנִיִּים.

Poor people have the aspect of the letter 'ד' Dalet. The name of the letter also means 'poorness'. The Zohar tells us to stay longer by the meal table to give an opportunity for poor people to join and enjoy the energy of life.

This spiritual aspect is about preparing enough food/sustenance to we are able to share with as many as we can.

Malchut is 'poor' because it doesn't have the light of its own. A poor person is considered as dead because they can't sustain themselves. By giving Tzedaka, we draw light from the nine sefirot above Malchut to sustain the 'poor', which is Malchut below, with life force.

The Chassadim that comes with the act of Tzedaka bring the light of Chokmah that is called in this case, 'אור החיים' 'Light of Life'.

It's important to give on every opportunity, frequently, even small amounts because it creates a continuation of the flow of light in a person's life and the world. Once a week before Shabbat is the best time because the vessel of the giver opens the channel to receive from the Light of Shabbat that comes from Chokmah and Binah. Split your tithe into several amounts and give to those who reveal light in the world.

53. וּבְגִינִיָּה אוֹקְמוּהָ רַבָּנָן, דְּבִקֵּשׁ קוֹדֵשׁא בְּרִיךְ הוּא מְדָה יָפָה לְיִשְׂרָאֵל, וְלֹא אֲשַׁכּוּז כְּמֹדָה.

53. וּבְשִׁבִילוֹ בְּאֵרוֹ רַבּוֹתֵינוּ, שְׁבִקֵּשׁ הַקְּדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא מְדָה יָפָה לְיִשְׂרָאֵל וְלֹא

מָצָא כְּמוֹ מִדַּת הַדְּלוּת. וְהִקְשׁוּ עַל זֶה, מִשּׁוֹם שֶׁבְּאֲרוּחַ הָרָאשׁוֹנִים, בְּחֻשְׁבוֹן מִינֵי מִיתוֹת שֶׁהֵם בְּחֻשְׁבוֹן תּוֹצְאוֹת, וְחֻסְרוֹן כִּיס קָשָׁה מִכָּלֶם, וְאִיךָ הֵם אוֹמְרִים שֶׁלֹּא נִמְצְאָה לְיִשְׂרָאֵל מִדָּה יָפָה כְּמוֹ עֲנִיּוּת?

הַדְּלוּת. וְאִקְשׁוּ עָלֶיהָ, בְּגִין דְּאוֹקְמוּהָ קְדָמָא, כְּזוֹשְׁבוֹן מִינֵי מִיתוֹת דְּאִינוּן כְּזוֹשְׁבוֹן תּוֹצְאוֹת, וְזוֹסְרוֹן כִּיס קָשָׁה מִכּוּלָּן, וְאִיךָ אִמְרוּן אִינוּן, דְּלֹא אֲשַׁכּוּז לְיִשְׂרָאֵל מִדָּה יָפָה כְּעֲנִיּוּתָא.

2 Samuel 22:28 “You save poor people, and your eyes are on the haughty to bring them down.”

The sages teach us that the Holy One Blessed be He, gave us the quality of being poor. The question is why ‘poorness’ is considered as a quality.

54. אֵלָּא מִשּׁוֹם שֶׁכָּל עִם וְלִשׁוֹן, (ישעיה וּבְמִלּוֹת (ישעיה ח) וְהָיָה כִּי יִרְעֵב וְהִתְקַצַּף וְקָלַל בְּמַלְכוֹ וּבְמַלְכוֹ וּבְאֱלֹהָיו וּפָנָה לְמַעְלָה. אָבֵל יִשְׂרָאֵל הֵם קִיָּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא בְּמִדָּה הַזֹּאת, וְלֹא מִכְּחִישִׁים בּוֹ. וְלִכֵּן בְּמִדָּה הַזֹּאת הֵם יִגְאָלוּ. זֶהוּ שְׁכֵתוֹב (שמואל ב כב) וְאֵת עִם עֲנֵי תוֹשִׁיעַ. וְעֲנֵי לִשׁוֹן וְעֲנֵי שְׁאֵפְלוּ יֵשׁ לְאָדָם עֲשֵׂר וְהוּא בְּחֻלָּאִים וּבְמִכּוֹת, נִקְרָא עֲנֵי, אוֹ שְׁמַצְעָרִים אוֹתוֹ בְּגִלְלוֹ, וּמַצְעָרִים אוֹתוֹ בְּכָל יוֹם. כָּל שְׁבוֹן מִי שֶׁהוּא רֵשׁ מִמֶּנּוּ, וְהוּא הוֹלֵךְ מִמְּקוֹם לְמְקוֹם.

54. אֵלָּא, בְּגִין (דכל עמא ולישנא), דְּעוֹבֵד כּוֹכָבִים וּבְמִלּוֹת (ישעיה ח) וְהָיָה כִּי יִרְעֵב וְהִתְקַצַּף וְקָלַל בְּמַלְכוֹ וּבְאֱלֹהָיו וּפָנָה לְמַעְלָה. אָבֵל יִשְׂרָאֵל, אִינוּן קִיָּמָא דְּקוֹדֵשׁא בְּרִיךְ הוּא בְּהֵאֵי מִדָּה, וְלֹא אִכְזוּשִׁין בֵּיהּ. וּבְגִין דָּא, בְּמִדָּה דָּא יִתְפַּרְקוּן. הַדָּא הוּא דְּכִתִּיב, (שמואל ב כב) וְאֵת עִם עֲנֵי תוֹשִׁיעַ. וְעֲנֵי לִישְׁנָא דְּעֲנֵי, דְּאִפְּיִלוּ אֵית לִיהּ לְבַר נֶשֶׁ עוֹתְרָא, וְאִיהוּ בְּמִרְעִין וּבְמִכְתְּשִׁין, עֲנֵי אֲתִקְרִי, אוֹ דְּדוֹקִין לִיהּ בְּגִינֵיהּ, וְצַעֲרִין לִיהּ כָּל יוֹמָא. כָּל שְׁכוֹן בּוֹאֵן דְּאִיהוּ רֵשׁ בְּגִינֵיהּ, וְאִיהוּ הוֹלֵךְ בְּאֲתֵר לְאֲתֵר.

Isaiah

8:21

“and it will turn out that when they are hungry, they will be enraged and curse their king and their God as they face upward.”

The idol worshipers of the world curse their gods when they come to a state of hunger and poorness. The Israelites have the covenant and they know that they will have salvation.

The word for ‘poor’, ‘עני’ also means ‘עינוי’, ‘torture’. Even if a person is rich, he may suffer other aspects of poorness that can be manifested in poor health, difficult relationships and other kinds of hardships.

55. וְעוֹד יֵשׁ עֲנֵי שֶׁהִסְתַּלַּקָּה מִמֶּנּוּ דְּעֵתוֹ, כְּמוֹ אִיּוֹב, שֶׁנֶּאֱמַר בּוֹ (איוב לד) אִיּוֹב לֹא בְּדַעַת יְדַבֵּר. אוֹף הָכִי אִיהִי ד', דְּאִיהִי שְׁכִינְתָּא, כִּד אֲסִתְלַק בְּנֵה אִיּוֹ דְּאִיהוּ עֲמוּדָא דְּאִמְצַעִיתָא,

55. וְעוֹד אֵית עֲנֵי, דְּאֲסִתְלַק בְּגִינֵיהּ דְּעֵתֵיהּ, כְּזוֹן אִיּוֹב. דְּאֲתִמַּר בֵּיהּ, (איוב לד) אִיּוֹב לֹא בְּדַעַת יְדַבֵּר. אוֹף הָכִי אִיהִי ד', דְּאִיהִי שְׁכִינְתָּא, כִּד אֲסִתְלַק בְּנֵה אִיּוֹ דְּאִיהוּ עֲמוּדָא דְּאִמְצַעִיתָא,

העמוד האמצעי שנקרא דעת. וזה אין לו חטאים בדבר שיאמר. ועוד, א"ח הוא תורה, כולל תרי"ג מצוות, זהו שכתוב (שמות ג) זה שמי לעולם וגו'. שמי" עם י"ה – שס"ה. זכרי עם ו"ה – רמ"ח. ומשום זה פרשנה, אין עני אלא מן התורה ומן המצוות, ששאר עני אינו אלא ענוי. והאות ד' מן אדני, גם כף הוא עני בלי יהו"ה.

דאקרי דעת. והאי לית ליה זובין במלה דיימא. ועוד, א"זו איהו תורה, כליל תרי"ג פקודין הדיא הוא דכתיב, (שמות ג) זה שמי לעולם וגו'. שמי" עם י"ה שס"ה. זכרי עם ו"ה רמ"ח. ובגין דיא אוקבונה, אין עני אלא מן התורה ומן המצוות דשאר עני לאו איהו אלא ענוי. ואת ד' מן אדני, אוף הכי איהי עני בלא יהו"ה.

Job speaks without knowledge, “איזב, לא-בדעת ידבר; ודבריו, לא בהשפיל” Job 34:35
And his words are without wisdom.”

Another type of poor is one that lost 'is Da'at', 'knowledge'. Da'at is the Sefira that brings down the light from the upper three sefirot. A disconnection from Da'at means separation from the upper 9 sefirot that the Shechina in Malchut needs in order to give us support. Da'at spreads down the central column and considered to be the Torah that has the 613 precepts that connect us to the Light. Another type of poor is one who doesn't follow the precepts that draw Chassadim for us. This aspect of poorness breaks the 'Oneness' אחד that we have with the light. The word אחד, 'One', is broken and the 'ד'. Dalet separates from אחד. The 'אח', numerically 9 represents the 9 sefirot of light and the Torah. Malchut is 'ד' and poor without 'יהוה', 'YHVH' that is the Light that shines in Malchut. In this state of 'poorness' the Shechina left with 'אדני', ADNY, the name of God that represents judgment in Malchut.

The ability to be in a state of poorness means that we can have a bigger and empty vessel with the ability to draw greater light. Those who have fulfillment in this world have less or no desire for the light. When we feel a lack of fulfillment, it means that we have to make greater efforts to connect and draw light.

God 'plays' with us by keeping us in different states of lack so we will work harder to connect and draw from his light.

56. שמיני – מים אחרונים שתקנו להם משום מלח סדומית המסמא את העינים. למה נקראו חובה? אלא בדרך סוד, סם המות שורה על ידים מזהמות, שעושים בהם ברכה. ועל כוס שמברכים עליה בלי טהרה נקראת טמאה. ומה כוס ששותים בה טמאה לברכה, עד שהיו מטהרים אותה בהדחה מבפנים ומבחוץ – כל שכן ידיו. ומשום זה מים אחרונים חובה. וסוד הדבר, (ויקרא

56. תמינאה, מים אחרונים דתקינו לון, בגין מלח סדומית, המסמא את העינים. אמאי אקרון זובה. אלא בארוז רזא, סם המות שריא על ידיו מזהמיין, דעבדי בהו ברכה. ועל כוס המברכי עליה בלא טהרה, אקרי טמא. ומה כוס השותין בו, טמא לברכה עד דהו מטהרי ליה בהדחה מלגו ומלבר. כל שכן ידיו. ובגין דיא, מים אחרונים זובה. ורזא דמלה, (ויקרא כ) והתקדשתם: אלו מים ראשונים. והייתם

קְדוּשִׁים: אֵלוּ מִיַּם אֲזוּרוֹנִים. כִּי קְדוּשׁ: זֶה שְׁמֵן עָרֵב. לְקַבֵּל, קְדֹשׁ קְדֹשׁ קְדֹשׁ יְיָ צְבָאוֹת. וּבְזֵין דָּא וְהִתְקַדְּשִׁתֶּם וְגו', לְאַשְׁתַּמוּדְעָא דְאַתּוֹן בְּזֵין לְקוּדְשָׁא בְרִיךְ הוּא, הִדָּא הוּא דְכָתִיב, (דְּבָרִים יד) בְּנִים אַתֶּם לַיְיָ אֱלֹהֵיכֶם.

יא) וְהִתְקַדְּשִׁתֶּם – אֵלוּ מִיַּם רֵאשׁוֹנִים. וְהִייתֶם קְדוּשִׁים – אֵלוּ מִיַּם אַחֲרוֹנִים. כִּי קְדוּשׁ – זֶה שְׁמֵן עָרֵב. בְּנִגְדַּי (ישעיה ו) קְדוּשׁ קְדוּשׁ קְדוּשׁ ה' צְבָאוֹת. וּמִשׁוֹם זֶה וְהִתְקַדְּשִׁתֶּם וְגו', לְהוֹדִיעַ שְׂאֵתֶם בְּנִים לְקְדוּשׁ בְּרוּךְ הוּא. זֶהוּ שְׁפָתוֹב (דְּבָרִים יד) בְּנִים אַתֶּם לַה' אֱלֹהֵיכֶם.

The eighth thing to do with the Shabbat meal is 'מים אחרונים', 'Final Water'. At the end of the meal and before the food blessings we wash the fingertips of our hands. The simple explanation is that in older times they used salt with their fingers and that salt could affect the eyes and even make a person blind. Because of that, they used to wash their fingertips with water to remove the negative aspect of the salt from the hands.

The deeper meaning is that water connects to Chassadim and holiness. Leviticus 11:44 “כִּי אֲנִי יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם וְהִתְקַדְּשִׁתֶּם וְהִייתֶם קְדוּשִׁים כִּי קְדוֹשׁ אֲנִי” “For I am YHVH your God. Consecrate yourselves therefore, and be holy, for I am holy.”

'Consecrate yourselves' is for the first water we use to wash our hands before the first blessing of 'Hamotzi'. 'and be holy' is for the final water that is a must because of the negativity attached to the fingers during the meal.

When we pleasure the body with food, the hands become tools for the negative side that has deep roots in the desire for the self of the body. The desire for the self brings the aspect of death on the hands. Before the blessings, we must remove that negativity to purify the hands in order to connect to the holiness of the food blessings.

57. תְּשִׁיעָאָה, כּוּס דְּבִרְכָה. וְאוֹקְמוּהָ בְּמַרְי דְּבִמְתְּנִיתִין, עֲשֶׂרָה דְּבָרִים נְאֻמְרוּ בְּכוּס דְּבִרְכָה וְאֵלִין אֵינּוֹן. עֲטוּ"ר. עֲטוּ"ר. הִדְוּ"ה. שְׂטִיפ"ה. זוּי. מְל"א. וּמְקַבְּלוּ בְּשֵׁתֵי יָדָיו. וְנוֹתְנוּ בְּיָמִין. וּמְסַלְקוּ מִן הַקְּרַקַּע טַפּוּז. וְנוֹתְנֵן עֵינָיו בּוּ. וּמְשַׁגְּרוּ בְּבִמְתְּנָה לְאַנְשֵׁי בֵיתוֹ. וְעַכְשָׁיו, אֵין לָנוּ אֲכָלָא אֲרַבְעָה שְׁהֵן הִדְוּהָ. וְשְׂטִיפָהָ. זוּי. מְל"א. וַיֵּשׁ אֹמְרִים זוּי מִן הַזּוֹבִית, וַיֵּשׁ אֹמְרִים זוּי, הַכוּס שְׁלָם. שְׂשִׁבִירְתוֹ זוּי הִיא מִיתְתּוֹ.

57. תְּשִׁיעֵי – כּוּס שֶׁל בְּרָכָה, וּפְרָשׁוּהָ בְּעֵלֵי הַמִּשְׁנָה, עֲשֶׂרָה דְּבָרִים נְאֻמְרוּ בְּכוּס שֶׁל בְּרָכָה, וְאֵלוּ הֵם: עֲטוּ"ר. עֲטוּ"ר. הִדְח"ה. שְׂטִיפ"ה. ח"י. מְל"א. וּמְקַבְּלוּ בְּשֵׁתֵי יָדָיו. וְנוֹתְנוּ בְּיָמִין. וּמְסַלְקוּ מִן הַקְּרַקַּע טַפּוּז. וְנוֹתְנֵן עֵינָיו בּוּ. וּמְשַׁגְּרוּ בְּמִתְנָה לְאַנְשֵׁי בֵיתוֹ. וְעַכְשָׁו אֵין לָנוּ אֲכָלָא אֲרַבְעָה, שְׁהֵם: הִדְחָה. וְשְׂטִיפָה. חֵי. מְל"א. וַיֵּשׁ אֹמְרִים חֵי, מִן הַחֲבִית. וַיֵּשׁ אֹמְרִים חֵי, הַכוּס שְׁלָם. שְׂשִׁבִירְתוֹ זוּי הִיא מִיתְתּוֹ.

The ninth thing to do is to have a cup for the blessing. The cup by itself has ten types of connection. It's important to wash the cup from the inside and outside

and hold it with the right hand of Chessed. The cup should be full, complete because a damaged, broken cup would have the aspect of death.

58. כוס על דרך הזכמה, הוא אלהים. 58. כוס על דרך החכמה הוא אלהים, והוא (מלא בי"ה והם) וְהָכָא שְׁלָם, כ"ס בְּלָא ו' כמו כס שהוא פגום וְזָסַר בְּלָא אֶלְף, כן הוא זָסַר בְּלָא וי"ו, והוא פגום. הכס"א בן עולה בגימטריא כוס.

'Cup', 'כוס', is a vessel, representing Malchut and numerically 86, same as 'אלהים', 'ELHYM'. The wine represents the light of Chokmah and Binah, 'ה' from the YHVH name, that we draw with the Kiddush blessing to the wine.

Without the YH, the name אלהים becomes אלם that means 'mute' to represent Malchut without light.

The word 'cup' 'כוס' without the middle letter ו, Vav, becomes כס that means 'a seat', representing Malchut. When adding the letter 'א' Alef we have 'הכסא', 'the chair'. It has the numerical value of 86, אלהים, ELHYM.

59. כוס היא ה"א, וְצָרִיךְ עֲשֶׂרָה דְבָרִים כָּנְגֵד י'. 59. כוס היא ה"א, וְצָרִיךְ עֲשֶׂרָה דְבָרִים כָּנְגֵד י', וְהֵם: עֲטוּר בְּסוּד הָעֵטְרָה, עֲטָרַת תְּפָאֲרֹת. וְזֶהוּ סוּד עֲטוּר שְׂאֵמְרוּ זְכוּרָתָם לְבִרְכָה, מְעֵטְרוּ בְּתַלְמִידִים, וְהִיא עֲטָרַת הַבְּרִית. עֲטוּרָה, (תהלים קב) תְּפִלָּה לְעַנֵּי כִּי יַעֲטֹף. שְׁכַל הַבְּרִכוֹת וְהַתְּפִלוֹת מִתְּעַטְפִּים, עַד שֶׁתֵּעָלֶה תְּפִלַּת הָעַנִּי.

The cup is the aspect of Malchut and represents the lower H ה of the YHVH name. We need ten things for this cup connection to multiply with 5 for the H to get 50 to draw the light of Binah.

The ten things related to the cup are:

1. Crown, decorate

This aspect of the 'crown' 'עטרה' of the covenant that unifies Yessod and Malchut. Also 'decorate' with the spiritual light of Torah scholars.

2. Wrap

For the prayers that wrap the blessings until the prayer of the poor is elevated.

60. הַדְּחוּ"ה וְשִׁטְיָפָה, כְּמוֹ (וּיקרא טז) וְטָהְרוּ וְקִדְשׁוּ. הַטָּהֲרָה מִיַּמִּין הַחֶסֶד, וְהַקְדִּישׁוּ מִשְׁמַאל הַגְּבוּרָה. כּוֹס שֶׁל בְּרָכָה מְלָכוּת, מְצַד בִּינָה הַנְּקִירָא אֱלֹהִים. וְנִקְרָא עֲטָרָה מְצַד הַכְּתָר. וְזוּ"י, מְצַד יְסוּד, הַנְּקִירָא שְׁלוֹם, שְׁנַאֲמַר (ישעיה

שֶׁנֶאֱמַר (ישעיה נד) וּבְרִית שְׁלוֹמִי לֹא תִמוּט אָמַר (נד) וּבְרִיתִי שְׁלוֹמִי לֹא תִמוּט אָמַר מְרוֹזְבוֹךְ יי'. מִלֵּא, מִצֵּד תִּפְאֶרֶת. מִקְבָּלוֹ בְּשֵׁתִי בְּשֵׁתֵי יָדָיו, ה' ה'.

3. Washed from the inside

4. Rinsed from the outside

We wash the inside for purification that is from the Right of Chessed. Sanctification is from the Left that is Gevurah. The cup of the blessing is Malchut and from the aspect of Binah, it is called 'אלהים'. 'ELHYM'.

The decoration, 'crown' gives the aspect of Keter.

5. Live (חי) wine (from the barrel). The wine should be pure and not blend with water in the barrel. We may add a little water in the cup before the blessing to adjust its strength.

'Live' is 'ח' from Yessod and it's also called 'Shalom', 'Peace'. Yessod is the aspect of the covenant that brings the blessing of peace.

Isaiah 54:10

“כִּי הַהָרִים יִמוּשׁוּ וְהַגְּבָעוֹת תִּמוּטְנָה וְחֶסְדִּי מֵאַתָּךְ לֹא יִמוּשׁ וּבְרִית שְׁלוֹמִי לֹא תִמוּט אָמַר מֵרַחֲמֶיךָ יְהוָה”
 "For the mountains may be removed and the hills may shake, But My loving kindness will not be removed from you, And My covenant of peace will not be shaken," Says YHVH who has compassion on you."

'My covenant of peace will not be shaken' means that from Yessod, Malchut is called ח' 'Life'

6. Full cup - is the aspect of Tiferet that includes Chessed and Gevurah and considered as full.

7. Received with two hands and pass it to the right hand. The two hands with five fingers each represent the two H(5) ה H(5) ה of the name. One is Binah for the Right and one for Malchut, Left

61. וְנוֹתְנֹו בְּיָמֶיךָ, כִּי ה' עֲלִיּוֹנָה לְחֶסֶד, ה' שְׁנֵיהָ לְגִבּוֹרָה. וּמִסְלָקוֹ מִן הַקֶּרֶקַע טָפוּז, בְּסוּד יו"ד כִּי סְלוּקָה ה' הוּא יו"ד. וְנוֹתֵן עֵינָיו בּוֹ, שְׁהֵם בְּסוּד יֵאֱהַדְוֹנָהּ. יי מֵאִיר יֵאֱהַדְוֹנָהּ. יי (ד"א יו"ד) מֵאִיר בְּבֵת עֵינִי. יו"ד בְּשִׁלְשָׁה עֲבָעֵי הָעֵינִי. אֲדָנִי מֵאִירָה בְּשָׁנֵי כְּרוּבֵי הָעֵינִי וְאִישׁוֹנֵי הָעֵינִי, וְאִישׁוֹנֵי עַפְעָפֵי הָעֵינִי. וּמִשְׁגֵּרוֹ בְּמִתְנָה לְאֲנָשֵׁי לְאֲנָשֵׁי (דף עד"ר ע"א) בֵּיתוֹ. הִיא בֵּינָה, שֶׁנֶּאֱמַר בָּהּ, יִשְׂמוּז מִשָּׁה בְּמִתְנַת וּזְלָקוֹ.

8. Raised from the surface.

The surface is Malchut הH and raising the cup is the aspect of the letter Yod י, which is above the baseline of the letters and elevates to Binah.

9. Looking into the cup. This is the secret of the unification of YHVH and ADNY יאהדונה. The mediation is to have YHVH, Zeir Anpin shines a light into the pupil of the eye that is the aspect of ADNY אדני. The light is the YHVH name shines through the colors of the eye, white, red and green that represent Chessed, Gevurah and Tiferet of Zeir Anpin. ADNY is in the eyelids, the pupils and the eyelashes.

10. ‘Broadcast’ the light as a gift to the people in his house. This is the light of Binah that is channeled through the kiddush blessing to the people around the table.

62. עֲשִׂירָאָה, בְּרַכַּת מְזוֹנָא, הָא אֹקְמוּיָהּ רַבְּנָן, בְּשִׁלְשָׁה, צָרִיךְ כּוֹס. וְרָזָא דְמַלְכָּה, בְּגִין דְּאִיְהִי (יִרְמִיָּה ב) אֶהְבֵּת כְּלוּלֵתֵיהּ, דְּאִינוּן אֲבָהוֹן, בְּכ"ל מִכ"ל כ"ל. וְלִית לְאֶרְכָּאָה יְתִיר.

62. עשירי - ברכת המזון, הרי פרשוה רבותינו, בשלשה צריך כוס. וסוד הדבר - משום שהיא (ירמיה ב) אהבת כלולתיה, שהם האבות, בכ"ל מכל"ל. ואין להאריך יותר.

The tenth thing to do with the Shabbat meal is the grace after the meal, ‘Birkat Hamazon’. When three people eat together they need a cup of wine to accompany the blessings. In this special grace, we refer to the blessings that the three patriarchs receive from God.

“—just as our forefathers, Abraham, Isaac, and Jacob were blessed in everything, from everything, with everything. So may he bless us all together with a perfect blessing”

The source of their blessings is in the Torah;

Abraham - Chessed - “בכל” “blessed in everything”

Genesis 24:1 “Now Abraham was old, advanced in age; and the LORD had blessed Abraham in every way.”
Isaac - Gevura - “מכל” “from everything”

Genesis 27:33 “and brought it to me, so that I ate of all of it before you came, and blessed him? Yes, and he shall be blessed”

Jacob - Tiferet - “כל” “with everything”

Genesis 33:11 “Please take my gift which has been brought to you, because God has dealt graciously with me and because I have plenty.” Thus he urged him and he took it.”

63. בְּרַכַּת הַמְּזוּזִין מִן הַתּוֹרָה מִנִּין. שֶׁנֶּאֱמַר, וְאָכַלְתָּ וְשָׂבַעְתָּ וְגו'. וְשָׂנִינוּ בְּבְרִייתָא, וּבְרַכַּת זוּ בְּרַכַּת הַזֶּן. אֵת ה' אֱלֹהֶיךָ זוּ בְּרַכַּת הַמְּזוּזִין. עַל הָאָרֶץ, זוּ בְּרַכַּת הָאָרֶץ. הַטּוֹבָה, זוּ בּוֹנֵה יְרוּשָׁלַיִם. וְכֵן הוּא אוֹמֵר, (דְּבָרִים ג) הִהָר הַטּוֹב הַזֶּה וְהַלְּבָנוֹן. אֵין לִי אֶלָּא לְאֲזוּרָיו, לְפָנָיו מִנִּין. שֶׁנֶּאֱמַר אֲשֶׁר נָתַן לָךְ, מִשְׁעָה שֶׁנָּתַן לָךְ, וְזָיִב אֶתְּהָ לְבָרְכוּ.

63. בְּרַכַּת הַמְּזוּזִין מִן הַתּוֹרָה מִנִּין. שֶׁנֶּאֱמַר, וְאָכַלְתָּ וְשָׂבַעְתָּ וְגו'. וְשָׂנִינוּ בְּבְרִייתָא, וּבְרַכַּת זוּ בְּרַכַּת הַזֶּן. אֵת ה' אֱלֹהֶיךָ – זוּ בְּרַכַּת הַמְּזוּזִין. עַל הָאָרֶץ – זוּ בְּרַכַּת הָאָרֶץ. הַטּוֹבָה – זוּ בּוֹנֵה יְרוּשָׁלַיִם. וְכֵן הוּא אוֹמֵר, (שִׁם ג) הִהָר הַטּוֹב הַזֶּה וְהַלְּבָנוֹן. אֵין לִי אֶלָּא לְאֲחֵרָיו. לְפָנָיו מִנִּין? שֶׁנֶּאֱמַר אֲשֶׁר נָתַן לָךְ. מִשְׁעָה שֶׁנָּתַן לָךְ, חַיֵּב אֶתְּהָ לְבָרְכוּ.

The grace after the meal is from the Torah
Deuteronomy 8:10

”ואכלת ושבעת וברכת את יהוה אלהיך על הארץ הטובה אשר נתן לך”
“And you shall eat and be satisfied, and you shall bless YHVH your God for the good land he has given you.”
“the good land he has given you” is to have the first blessing of “Hamotzi..” that was made to give thanks and appreciate the food we are about to eat.
“and you shall bless” is for the first blessing of “Hamotzi Lechem...”
“YHVH your God...” for the second blessings
“for the land...” (from the grace of the meal) is for the third blessing.
The fourth blessing of Birkat Hamazon was added by the sages to commemorate a miracle made by God for the Israelites in the Holy Land.

64. וְדַרְשׁוּ זִכְרוֹנָם לְבָרְכָהּ, מִשֵּׁה תִיקָן לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל בְּרַכַּת הַזֶּן בְּשָׂעָה שִׁירַד לָהֶם הַמָּן. יְהוֹשֻׁעַ תִּיקָן לָהֶם בְּרַכַּת הָאָרֶץ בְּשָׂעָה שֶׁהִכְנִיסָן לְאֶרֶץ. דָּוִד וְשִׁלְמָה תִיקָנוּ בּוֹנֵה יְרוּשָׁלַיִם. עוֹד נִמְצָא בְּפָרְשַׁת הַמָּן רְמִז לְבְרַכַּת מְזוּזִין בְּמִן עֲצָמוֹ, שֶׁנֶּאֱמַר (שְׁמוֹת טו) וּבִבְקָר וַיִּדְעֶתֶם כִּי אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם.

64. וְדַרְשׁוּ זִכְרוֹנָם לְבָרְכָהּ, מִשֵּׁה תִיקָן לָהֶם לְיִשְׂרָאֵל בְּרַכַּת הַזֶּן, בְּשָׂעָה שִׁירַד לָהֶם הַמָּן. יְהוֹשֻׁעַ תִּיקָן לָהֶם בְּרַכַּת הָאָרֶץ, בְּשָׂעָה שֶׁהִכְנִיסָן לְאֶרֶץ. דָּוִד וְשִׁלְמָה תִיקָנוּ בּוֹנֵה יְרוּשָׁלַיִם. עוֹד נִמְצָא בְּפָרְשַׁת הַמָּן רְמִז לְבְרַכַּת מְזוּזִין בְּמִן עֲצָמוֹ, שֶׁנֶּאֱמַר (שְׁמוֹת טו) וּבִבְקָר תִּשְׂבְּעוּ לֶחֶם תִּשְׂבְּעוּ לָזֶם וַיִּדְעֶתֶם כִּי אֲנִי ה' אֱלֹהֵיכֶם.

The first blessings established by Moses in the wilderness when we received the gift of the Manna from the heavens.

”ברוך אתה יהוה הזן את הכל”
“Blessed are You, YHVH, who provides food for all.”
Joshua added the blessing when they entered the Land of Israel. “ברוך אתה יהוה על הארץ ועל המזון”
“Blessed are You, YHVH, for the land and for the sustenance”
King David prepared everything for his son King Solomon to build the Holy Temple. They added the third blessing
”ברוך אתה יהוה, בונה ירושלים”
“Blessed are You, YHVH, Who in His mercy rebuilds Jerusalem. Amen.”

In the Torah story of the Manna coming down from heaven, we find the connection to the food blessing.

Exodus 16:12 “שמעתי, את-תלונת בני ישראל--דבר אלהם לאמר בין הערבים תאכלו בשר, ובבקר” “I have heard the grumbling of the people of Israel. Say to them, ‘At twilight, you shall eat meat, and in the morning you shall be filled with bread. Then you shall know that I am YHVH your God.’”

‘Then you shall know’ is the aspect of connection, ‘Daat’, that delivers the upper light to the lower levels. “To know” is to make a connection to the upper levels. The blessing over the Manna was based on the special flavor that a person asked to taste from the Manna. If it was a fruit, then the blessing was for the fruits, etc. The righteous people didn’t look to satisfy their desire for a specific taste. They made the blessing “Blessed be You O YHVH, who has brought forth bread out of the heavens”. When we find the Manna that Moses saved for the future (Exodus 16:33) we will be able to repeat this blessing.

“The seven ‘ט’ letters”

65. אמר רבי שמעון, הסוד של אותן שבע זי"נים שרשומות בתפלין, שהוא שבעה שבעה, שרומזות לשבע אונות של הראה של האדם, שבהן שואב רוח, וממנה מפיק התנוצצות אש שדולקת מפיו. ועוד, שהן רמז לשבעה ימים, והשבועות שמפסח לעצרת. ועוד, שהן רומזות לשבעה קני המנורה שיש עליהם שבעה מאורות קדושים. ועוד, שהן רומזות לשבעה כוכבי לכת שהם מאירים ברקיע. ועוד, שהן רומזות לשבע מדרגות שהעולם עומד עליהן, והן יסוד ושרש ועקר הכל, ועליהן אמרו החברים, כל מי שרוצה להניח תפלין של ראש, צריך להסתכל באותן שתי זי"נים, שהם רומזות לאותן שבע זי"נים, שיש בהן רמז סודות נסתרים, עמקים רמוזים.

65. אמר רבי שמעון, רזא דאינון שבע זי"ן דרשימין בתפלין, דהוא ז' שבעין (נ"א שבשנין), דרמיון לו' אונת דריאה דבר נש, דבהון שאיב רוזא, ומניה מפיק צוציתא דזור, דדליק מפומיה. ועוד דאינון רמוז לשבעה יומי ושבעי דמפסח לעצרת. ועוד דאינון רמיון לשבעה קני מנרתא, דאית עליהו שבע בוציני קדישין. ועוד דאינון רמיון לשבעה כוכבי לכת, דאינון מנהרי ברקיעא. ועוד דאינון רמיון לשבעה מדרגין, דעלמא עליהו קיימא. ואינון יסודא ושרשא ועיקרא דכלא. ועליהון אמרי זביריא, כל מאן דבעי לאנוזא תפלין דרישא, מבועי ליה לאסתכלא באינון תרי שנין, דאינון רמיון לאינון ז' זי"ן, דאית בהון רמוז רזין סתיבין, עמיקין רמיון ע"כ.



On the Tefillin of the head, we have the letter ψ on one side constructed with 3 letters τ and on the other side, the letter ψ is constructed with 4 τ . Rabbi Shimon says that they imply to the seven parts of the lungs that take in air and bring out a spark of fire from the mouth.

The air includes Fire (from the warmth of the heart that's between the lungs), Water (from the moisture in the air) and Air. Also, the 7 letters relate to the seven days of the week, called days of Shabbat that is the seventh day. Also the seven weeks from Passover to Shavuot. Also the seven branches of the Menorah that have seven holy candles. Also, the seven major planets that we see in heavens.

The seven imply to the seven sefirot of Chessed, Gevurah, Tiferet, Netzach, Hod, yessod, and Malchut that the world depends on them. They are the root and the foundation that sustain this world.

The Zohar says that when we put the Tefilin on our head, we should look at the two ψ letters on the right and left of the Tefilin because they conceal deep secrets.

66. כִּי יִי אֱלֹהֵיכֶם הוּא אֱלֹהֵי הָאֱלֹהִים וְאֲדָנִי הָאֱדֹנִים הָאֵל הַגָּדוֹל וְגו' (דְּבָרִים י').
 66. כִּי יִי אֱלֹהֵיכֶם הוּא אֱלֹהֵי הָאֱלֹהִים וְאֲדָנִי הָאֱדֹנִים הָאֵל הַגָּדוֹל וְגו'. תַּנִּינָן, (יחזקאל א) וְדַמּוֹת פְּנֵיהֶם פְּנֵי אָדָם, אֵלּוּ אֵינָם כְּאֹתָם כְּרוּבִים. אֵלּוּ פְּנֵים גְּדוּלוֹת. הַכְּרוּבִים פְּנֵים קַטְנוֹת, כְּמוֹ תַיִנוּק. פְּנֵי אָדָם, כָּל דַּמּוֹת כְּלוּלִים בָּהֶם, מִשׁוּם שֶׁהֵם פְּנֵים גְּדוּלוֹת, וּמִצְטַיִרִים בָּהֶם צִיּוּרִים חֲקוּקִים בְּחֻקֵּי הַשֵּׁם הַמְּפָרֵשׁ בְּאַרְבָּעָה צְדָדִים, מִזְרָח מִמְּעַרֵב צְפוּן דָרוֹם.

Ezekiel 1:10
 “וְדַמּוֹת פְּנֵיהֶם פְּנֵי אָדָם וּפְנֵי אַרְיֵה אֶל הַיָּמִין לְאַרְבַּעַתָּם וּפְנֵי שׁוֹר מִהַשְּׂמֹאל לְאַרְבַּעַתָּן”
 “As for the form of their faces, each had the face of a man; all four had the face of a lion on the right and the face of a bull on the left, and all four had the face of an eagle.”
 Their faces were large, not like Cherubim that have small child-like faces. The ‘face of a man’ includes different images that relate to the YHVH name in four directions, East, West, North, and South.

67. מִיכָאֵל רְשִׁים בְּרִשְׁיָמוֹ לְסִטָר דְרוֹם, וְכָל אֲנָפוּן מִסְתַּכְלִין לְגַבֵּי פְּנֵי אָדָם, פְּנֵי אַרְיֵה פְּנֵי נְשִׂיר פְּנֵי שׁוֹר. אָדָם הוּא זָכָר וְנִקְבָה, וְלֹא נִקְרָא אָדָם רַק כָּךְ. וּמִמְנוּ

אֶתְקָרִי אָדָם בַּר הָכֵי. וּבְמִנְיָה אֶתְצִיירִין מְצִיירִים צִיּוּרִים שֶׁל (תהלים no) רֶכֶב צִיּוּרִין, (תהלים no) דֶּרֶכֶב אֱלֹהִים רַבּוֹתִים אֶלְפִי שִׁנְאָן. אֱלֹהִים רַבּוֹתִים אֶלְפִי שִׁנְאָן.

The form of Michael is of the East and the other three faces of Lion, Ox, and Eagle look to the face of man, 'אדם', 'Adam'.

Psalms 68:18 “The chariots of God are myriads, thousands upon thousands; The Lord is among them as at Sinai, in holiness.”

68. שִׁנְאָן, כָּלְלָא דְכֻלְהוּ צִיּוּרֵי, שׁוּ״ר, נְשׁ״ר, שׁוּ״ר, אַרְיִיָּה, וְ אֶתְכֻלִּיל אַרְיִיָּה, וְ דָא אִיהוּ אָדָם. פְּשִׁיטוּ דְאֶתְכֻלִּיל כּוּזָא, בְּרֹא (דדכר) דְּכֵר וְנִקְבָּא. וּפְלֵהוּ אֶלְפִין וּרְבִבָן, כֻּלְהוּ נְפֻקִין מִהֵי רָא שִׁנְאָן. מִהֵי דִיּוֹקֵנִין מִתְפָּרְשֵׁן כָּל זֹד וְזֹד בְּסִטְרֵיהוּ, כְּמֵה דְאֶתְזוּזֵי לֹז.

68. שִׁנְאָן, הַכָּלֵל שֶׁל כָּל הַצִּיּוּרִים – שׁוּ״ר, נְשׁ״ר, אַרְיִיָּה, וְ אֶתְכֻלִּיל פְּשִׁיטוֹת שְׁנִבְלָלֵת בְּאֶחָד בְּסוּד שֶׁל זָכָר וְנִקְבָּה. וְכֻלָּם אֶלְפִים וְרַבּוּת, כָּלָם יוֹצֵאִים מֵאֱלֹהֵי סוּד שִׁנְאָן. מִהֵמָּה הִלְלוּ נִפְרָדִים כָּל אֶחָד וְאֶחָד בְּצִדוֹ כְּמוֹ שֶׁרְאוּי לָהֶם.

The word 'שִׁנְאָן' from the verse above appears only once in the Bible. It is not a Hebrew or Aramaic word and the English translation is a pure guess related to the general meaning of the verse. The Zohar reveals that this word represents the initials of the four Holy Creatures

Letter ש for שור - Ox

Letter נ for נשר - Eagle

Letter א for אריה - Lion

Letter ן for אדם - man

The word for man is אדם 'Adam' and the Zohar explains that here the letter that represents man, Adam, is Nun ן. It's a letter that is stretched below the baseline (Malchut) and like the first Adam when he was created, he was made as male and female, Zeir Anpin and Malchut. Later Malchut, Eve, was separated from Adam

69. אֶלִּין אֵינוֹן דְּקָא מִשְׁלָבָן זֹד בְּזוּד, וְכָלִיל זֹד בְּזוּד, לְמִהֵוּי כָּל זֹד כָּלִיל בְּזוּבְרִיה, שׁוּ״ר נְשׁ״ר אַרְיִיָּה אַד״ם, אֶתְנַהֲנֵן בְּרֹא דְאַרְבַּע שְׁמֵהֶן גְּלִיפֵן סֻלְקִין לְאֶתְנַהֲגָא וְלֹאֶסְתַּכְלָא.

69. אֱלֹהֵי אֹתָם הַמְשַׁלְבִים אֶחָד בְּאֶחָד, וְכָלִילִים אֶחָד בְּאֶחָד, לְהִיּוֹת הַכֹּל אֶחָד כָּלוּל בְּחֻבְרוֹ, שׁוּ״ר נְשׁ״ר אַרְיִיָּה אַד״ם, מִתְנַהֲגִים בְּסוּד אַרְבַּעַה שְׁמוֹת חֻקִּיקִים עוֹלִים לְהִתְנַהֵג וְלֹהֲסֵתֵכֵל.

The four are in harmony and each of them includes the others. The Ox, Eagle, Lion, and Man are in the secret of the names

אל הגדול והנורא, 'God, the great, the mighty and the formidable', referring to the Sefirot of Chesed, Gevurah, Tiferet, and Man that includes all of them.

70. סליק לאתנהגא ולאסתכלא שור לאנפי אדם, סליק שמה אזורא, מתעטרא מזוקקא ברוא דתרין גוונין, ואיהו אל. כדין אתהדר לאזורא, ופרסיא זקיק וגליף ליה, ואתרשים לאתנהגא ברוא דשמה דא.

70. עולה להתנהג ולהסתכל שור לפני אדם, עולה שם אחר מתעטר חקוק בסוד שני גונים, והוא אל. אז חוזר לאחור, והכסא חוקק וגולף אותו, ונרשם להתנהג בסוד השם הזה.

They rise and reveal themselves to each other. The Ox looks into the face of Man and reveal the name אל. He goes back to its place while the name אל is marked on the holy throne to determine the conduct of the Ox.

71. וסליק לאתנהגא ולאסתכלא זשר לאנפי אדם, סליק שמה זודא, מתעטרא מותנהגא ברוא דתרין אנפין וגוונין, לאתנהגא לאסתכלא בסליקו בעטורא, ואיהו גדול, כדין אתהדר לאזורא, ופרסיא זקיק וגליף ליה, ואתרשים לאתנהגא ברוא דשמה דא.

71. ועולה להתנהג ולהסתכל נשר לפני אדם, עולה שם אחד מתעטר מתנהג בסוד שני פנים וגונים, להתנהג לעלות בעליה בעטור, והוא גדול. אז חוזר לאחור, והכסא חוקק וגולף אותו, ונרשם להתנהג בסוד השם הזה.

The Eagle rises to look into the face of Man and reveals the name 'גדול', like the Ox, he goes back to his place leaving his mark on the Holy Throne and conducts himself according to the name he revealed, 'גדול'.

72. סליק לאתנהגא ולאסתכלא אריה לאנפי אדם, סליק שמה זודא מתעטרא מזוקקא ברוא דתרין אנפין וגוונין, לאתתקפא ולאתקשרא בתוקפיה, ואיהו גבור. כדין אתהדר לאזורא, ופרסיא זקיק וגליף ליה, ואתרשים לאתנהגא ברוא דשמה דא.

72. עולה להתנהג ולהסתכל אריה לפני אדם, עולה שם אחד מתעטר חקוק בסוד שני פנים וגונים, להתחזק ולהתקשר בתקפו, והוא גבור. אז חוזר לאחור, והכסא חוקק וגולף אותו, ונרשם להתנהג בסוד השם הזה.

The Lion like the others rises to look into the face of Man and reveal the name 'גבור' in the Holy Throne.

The names they revealed determined the way they express the light they channel from the Holy Throne.

73. אדם אסתכל בכלהו, וכלהו סלקין ומסתכלין ביה, כדין כלהו אצטיירן בגלופייהו בצירא דא, ברוא דשמה זוד, דאקרי זורא.

73. אדם מסתכל בכלם, וכלם עולים ומסתכלים בו, אז כלם מצטיירים בחקוקיהם בציר זוד, בסוד של שם אחד

וְכָדִין כְּתִיב עֲלֵיהֶוּ, וְדַמוֹת פְּנֵיהֶם פְּנֵי אָדָם. שְׁנִקְרָא נִרְאָה. וְאִזּוּ כְּתוּב עֲלֵיהֶם, וְדַמוֹת כְּלָהוּ כְּלִיכֹן בְּהַאי דְּיוֹקְנָא, וְהַאי דְּיוֹקְנָא כְּלִיל לִוְן. וְהַדַּמוֹת הַזֵּה כּוֹלֵלֵת אוֹתָם.

Man's face looks at all the Creatures and they all rise to look at him. Then together they reveal the name 'הנורא' and that is the explanation to 'each had the face of a man' from the verse above (Ezekiel 1:10). The face of Man unifies them all and his image is revealed on each of them.

74. וְעַל רוּא דָא, אֲתִקְרִי קוּדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא, הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא. דְּהָא שְׁמֵהּ אֲלִין גְּלִיפִין אֵינוֹן לְעִילָא, בְּרוּא דְרִתִּיכָא עֲלָאָה, כְּלִילָא בְּאַרְבַּע אֲתוּוֹן יְדוּד, דְּאִיהוּ שְׁמָא דְכְּלִיל כָּל דְּיוֹקְנִין, אֲלִין מְזֻקְקִין גְּלִיפִין בְּכַרְסֵיָא, וּכְרִסֵּיָא גְּלִיפָא מְרַקְמָא בְּהוּ. וְזוּד לִימִינָא, וְזוּד לְשְׂמָאלָא, וְזוּד לְקָמָא, וְזוּד לְאַזְוָרָא. רְשִׁימָא בְּד' סְטָרִין דְּעֲלָמָא.

74. וְעַל סוּד זֵה נִקְרָא הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא הָאֵל הַגָּדוֹל הַגִּבּוֹר וְהַנּוֹרָא, שְׁהָרֵי שְׁמוֹת אֵלֵה חֲקוּקִים הֵם לְמַעְלָה בְּסוּד הַמְּרַכְבָּה הָעֲלִיוֹנָה, כְּלוּלָה בְּאַרְבַּע אוֹתוּתֵי יְהוָה, שֶׁהוּא שֵׁם שְׁכוּלָל כָּל הַדַּמּוּת. אֵלֵה חֲקוּקִים וּגְלוּפִים בְּכַסָּא, וְהַכַּסָּא הַגָּלוּף מְרַקֵּם בָּהֶם, אֶחָד לְיָמִין, וְאֶחָד לְשְׂמָאל, וְאֶחָד לְפָנִים, וְאֶחָד לְאַחֲוֹר. רְשׁוּם בְּאַרְבַּעַת צַדֵּי הָעוֹלָם.

This secret is the reason the Holy One Blessed be He is called 'The God, the great, the mighty and the formidable' These names are founded on the higher levels of the supernal chariot and include in the four letters of the name, יהוה YHVH.

The Holy Throne is based on the four aspects, one to the Right, one to the left, one in the front and one in the back. The four are also related to the four directions of South, North, East, and West.

75. כְּרִסֵּיָא כּוּד סְלָקָא, רְשִׁימָא בְּאַרְבַּע דְּיוֹקְנִין אֲלִין. אֲלִין אַרְבַּע שְׁמֵהּ עֲלָיִן, נְטִלִין לְהַאי כְּרִסֵּיָא. וּכְרִסֵּיָא אֲתַכְלֵל בְּהוּ, עַד דְּנִקְטָא וּלְקָטָא אֵינוֹן עֲנוּגִין וּכְסוּפִין, נְזוּתָא מְלִיָא כְּאִילָנָא דְּמִלֵּי עֲנָפִין לְכָל סְטָר, וּמְלִיָא אִיבִין. כִּיּוֹן דְּנְזוּתָא, נְפָקוּ אֲלִין ד' דְּיוֹקְנִין, מְצוּרִין בְּצִיּוּרֵיהֶוּ, גְּלִיפִין מְנַהֲרִין, נְצִיץ מְלִיָּטוֹן, וְאֵינוֹן זְרַעִין זְרַעִין עַל עֲלָמָא.

75. הַכַּסָּא כְּשַׁעוּלָה, רְשׁוּם בְּאַרְבַּע דַּמּוּת אֵלוֹן. אַרְבַּעַת הַשְּׁמוֹת הָעֲלִיוֹנִים הֵלְלוּ לוֹחֲקִים אֶת הַכַּסָּא, וְהַכַּסָּא נִכְלָל בָּהֶם, עַד שְׁלוּקַח וְלוֹקַח אוֹתָם עֲנוּגִים וּכְסוּפִים, יוֹרֵד מֵלָא כְּעֵץ שְׂמָלָא עֲנָפִים לְכָל צֶד וּמֵלָא פְרוּת. כִּיּוֹן שְׂיֹרֵד, יוֹצֵאוֹת אַרְבַּע הַדַּמּוּת הֵלְלוּ מְצִיּוּרוֹת בְּצִיּוּרֵיהֶוּ, חֲקוּקוֹת וּנְאוּרוֹת, נּוֹצְצוֹת וְלוֹהֲטוֹת, וְהֵן זֹרְעוֹת זְרַע עַל הָעוֹלָם.

The four supernal names carry the Holy Throne and become part of it. They elevate the throne that receives and collects light of fulfillment. Then the throne comes down like a tree full of branches loaded with fruits on each side. After

the throne is lowered the shapes of the living creatures come out and shine with great bright light. In this state, they plant seeds in the world.

Lesson:

At the beginning of the silent prayer, Amida, we connect to the three patriarchs and the four names. This spiritual technology designed and formed by the sages after the destruction of the First Holy Temple to give us the opportunity to make a spiritual connection that allows us to ascend to higher levels and be able to pick some of the supernal ‘fruits’. The different blessings during the Amida cover almost all aspects of our lives and build the vessels we need to hold the ‘fruits’.

We have 18 blessings in the Amidah prayer plus one more where we bless God for blessing us with the future peace.

“YHVH will bless his people with peace”

The sages of the Talmud tell us that the best vessel the Holy One Blessed be He gave Israel is one of peace that can hold all the blessings.

This year we arrived in the year 5778, which is 70 years since the establishment of the state of Israel in 1948. This year is also 3760 years since God made the covenant with Abraham.

3760 is numerically 10 times ‘Peace’, ‘שלום’.

B”H our prayers bring Mashiach and the final peace, today, Amen.

By the grace of God and with deep thanks to Rabbi Ashlag of blessed memory for his teachings we concluded the study of Zohar Ekev

בְּרוּךְ יי' לְעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן יְמוֹכּוֹר יי' לְעוֹלָם אָמֵן וְאָמֵן.

