



《托拉·奥尔》·帕拉沙 MIKEITZ · 玛玛尔 11

מי כה' אלקינו המגביה לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

“谁能像 הוי (Havayah) ——我们的
ה'——高高坐着，俯身观看……”



经文把诫命（מצוה, mitzvah）和灵魂都称作灯。源于 ה' 的灵魂
（נפש האלקית, nefesh Elohis）的沉思点燃爱，这爱甚至吞噬动物
之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis），如同油沿着灯芯上引而进
入火焰；各项诫命（מצוות, mitzvos）从下方提升灵魂，如同环绕
的衣裳；而妥拉（תורה, Torah）的光则从上方把无限之光（אור אין
סוף, Or Ein Sof）引下，使 ה' 在下界如同在上界一样显现。

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

likuteitorah.com/zh-Hans/torah-ohr/mikeitz/11/

核心思想

经文把诫命（מצוה, mitzvah）和灵魂都称作灯。源于הי的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）的沉思点燃爱，这爱甚至吞噬动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis），如同油沿着灯芯上引而进入火焰；各项诫命（מצוות, mitzvos）从下方提升灵魂，如同环绕的衣裳；而妥拉（תורה, Torah）的光则从上方把无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）引下，使הי在下界如同在上界一样显现。

每一节依次为：希伯来文、译文，以及金线下方的简短解释。希伯来文中的小号数字是文末注释的编号。

玛玛尔概要

《箴言》称诫命为灯，并称灵魂为“הי的灯”；maamar追问，这两盏灯各指什么。灯因灯芯而得名；油供养火焰，并在火焰中被消耗，灯芯则把火焰与油连接起来。“尽你全心”指两种倾向：每个人都有源于הי的灵魂和动物之魂，而每个灵魂都由认知与情感构成；两种倾向，就是分别由每个灵魂的认知所生的情感。当源于הי的灵魂在示玛（שמע, Shema）中沉思：一切创造都只来自הי的王权（מלכות, Malchus），并不使祂有任何改变时，这沉思便生出炽烈的爱。源于הי的灵魂是灯芯；动物之魂的认知如同油，被牵引而随之，并在这爱中消耗——这就是灵魂之灯。诫命之灯从外部提升动物之魂，如同环绕的衣裳；这好比祈祷前穿上塔利特（טלית, tallis）和特菲林（תפילין, tefillin），就好比施舍。与此相反，妥拉借着智慧（חכמה, Chochmah），把无限之光从上方引下，如拉夫·耶胡达（רב יהודה, Rav Yehudah）的妥拉所示。诫命是承托妥拉之光的灯芯，而开篇的经文则点明了这两种运行。

提纲

- 1 两盏灯，以及灯如何燃烧** ¶1-2

经文把诫命和灵魂都称作灯。灯因灯芯而得名；油供养火焰，并在火焰中被消耗，灯芯则把火焰与油连接起来。
- 2 两个灵魂，两种倾向** ¶3-6

“尽你全心”指两种倾向。每个灵魂主要由认知构成；源于הי的灵魂对הי的理解所生的情感，是善的倾向；由对物质事物的思量所生的情感，则是恶的倾向，必须加以制伏。
- 3 示玛中的沉思** ¶7-9

“我们的הי”——创造并维系诸世界的力量——源自הי，也就是无限之光。创造持续不断，却不使הי有任何改变，因为创造只来自祂的王权，也就是祂的“名”。
- 4 灵魂之灯** ¶10-11

深刻的沉思使生命之魂不再思虑物质事物，并生出炽烈的爱。源于הי的灵魂是灯芯，生命之魂的认知则是油，在爱הי的火焰中被消耗。

5 诫命之灯

¶12-13

各项诫命是环绕的衣裳，把动物之魂系住并提升它；这好比投石器中的石头、祈祷前穿上塔利特和特菲林，也好比施舍——施舍从上方引来无限的慈爱。

6 妥拉就是光

¶14-19

妥拉借着智慧，把无限之光从上方引下而毫无遮蔽；因此，世界在 ה' 面前自我消融，却仍然存在。这见于摩西、拉比西蒙·巴尔·约海（רבי שמעון בר יוחאי, Rabbi Shimon bar Yochai）和拉夫·耶胡达的妥拉。

7 灯芯、油与光合而为一

¶20-21

妥拉之光在诫命——也就是灯芯——上安住。经过沉思，生命之魂的认知成为油，被牵引至灯芯，并转化为妥拉的神圣智慧，从而精炼物质世界。

8 开篇经文的解释

¶22-23

“高高坐着”指借着诫命而提升：抬升 ה' 字中的 י', 并为 ה' 预备居所；“俯身观看天上和地上”指妥拉，包括书面妥拉和口传妥拉，显明 ה', 使之仿佛可见。

核心概念

灵魂之灯 נר ה' נשמת אדם

源于 ה' 的灵魂沉思而点燃炽烈的爱；灵魂是灯芯，把这火焰与动物之魂连接起来。动物之魂的认知如油一般被牵引而随之，并在其中消耗。

诫命之灯 נר מצוה

各项诫命是环绕的衣裳（环绕层面，מקיפים, makifim），把动物之魂系于无限之光，并将它提升到自身理解所及之外。

妥拉就是光 תורה אור

妥拉借着智慧，把无限之光从上方引向下方；在那里，光毫无遮蔽地显现。

善的倾向与恶的倾向 יצר טוב ויצר הרע

它们是由两种认知所生的情感：一种来自沉思 ה' 的源于 ה' 的灵魂，另一种来自把握物质世界的动物之魂。

环绕层面 מקיף

这一层面从外部作用于人并提升他，如衣裳一般；也如投石器把石头抛得更高。

灵魂耗尽 (Kelos hanefesh) כלות הנפש

对 ה' 的渴慕强烈到灵魂甘愿被消耗，如同油在火焰中被消耗。

两盏灯，以及灯如何燃烧

1 מי כה' אלקינו¹ המגביהי² לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ.³ הנה כתיב כי נר מצוה ותורה

אור.⁴

“谁能与^{ה'}——我们的^{אלקינו}——相比？祂升高自己而坐，又屈尊俯察天上与地上？”现在，经上写着：“诫命（מצוה, mitzvah）是一盏灯，妥拉（תורה, Torah）是光。”

讲章（מאמר, maamar）以诗篇作者对^{ה'}的赞美开篇：祂高居天上，却俯察高天和大地；在结尾，讲章把这节经文的两半分别解读为它所描述的两种运动之一。接着引用箴言中的经文，说诫命是一盏灯，Torah是光；这是整篇讲章所展开阐释的意象。Kehot的注释记录，有一份抄本将这篇讲章的日期记为5567年在莱亚迪的光明节安息日——这正是灯的节日。

הרי שהמשיל הכתוב את המצוה לנר וכתוב נר הוי"ה נשמת אדם⁵ שהנשמה נמשלה לנר. וצריך להבין מהו ענין הנר של מצוה ומהו הנר של הנשמה.

由此可见，经文把诫命比作灯。经上又写道：“^{ה'}的灯是人的灵魂。”灵魂被比作灯。我们需要明白，诫命之灯指的是什么，灵魂之灯又指的是什么。

箴言中的两节经文都谈到灯：诫命是一盏灯，人的灵魂则是“^{ה'}的灯”。讲章提出的问题是，这两盏灯各自意味着什么，以及诫命之灯与灵魂之灯有何不同。

2 והנה ענין הנר הוא שקרוי ע"ש [על שם] הפתילה כי היא עיקר הנר. אך אין נר בלא שמן.

现在，灯的情形是这样的：灯因灯芯而得名，因为[灯芯]是灯的主体。然而，没有油就没有灯。

在运用这个比喻之前，maamar先说明油灯如何运作。灯因灯芯而得名，因为灯芯是灯的核心；然而，没有油，灯根本无法存在。

שהשמן הוא הגורם להיות הדלקת הנר בנחת שיהא שוהה ומתעכב זמן מה. ואילולי השמן הי' [היה] דולק מהר ובמרוצה. והיינו ע"י שהשמן נמשך אחר הפתילה.

因为油使灯火得以平缓地燃烧，使它能够持续一段时间；若没有油，灯火便会迅速而急促地燃烧。这是由于油随灯芯而被引上来。

油使火焰缓慢而稳定地燃烧很长时间；没有油，灯芯便会立即猛烈燃烧起来，很快烧尽。油是借着随灯芯而被引上来，发挥这一作用的。

והוא נשרף ונכלה באור הנאחז בפתילה עד שהוא כלה לגמרי ולא נשאר ממנו כלום מפני שהוא עולה כולו באש. ומ"מ הפתילה היא עיקר הנר.

油在附着于灯芯的光焰中燃烧、消耗，直到完全耗尽，丝毫不剩，因为它全都升入火中。尽管如此，灯芯仍是灯的主体。

油被引上来后，便在火焰中燃烧殆尽，直到一点不剩，因为它全都升入火中。即便如此，灯的主要部分仍是灯芯，而不是油。

לפי שהאור הדולק הוא ע"י שנאחז בפתילה. ואלו היה האור נטבע בשמן היה כבה רק שהפתילה היא המחברת את האור אל השמן כשהשמן נמשך אחר הפתילה:

因为燃烧的光，是凭着附着于灯芯而产生的。若光沉入油中，便会熄灭；灯芯才是连接光与油的媒介，因为油随灯芯而被引上来。

火焰只有附着于灯芯才能燃烧；若沉入油中，便会熄灭。灯芯是连接火焰与油的媒介，油沿着灯芯上升。

第2节 · 13-6

两个灵魂，两种倾向

3 ולהבין משל זה בנמשל בנר מצוה ונר הוי"ה נשמת אדם. צריך להקדי' [להקדים] ענין ואהבת וגו' בכל

לבבך בבי' יצריך⁶ ביצ"ט [ביצר טוב] וביצה"ר [וביצר הרע]

要明白这个比喻如何应用于诫命之灯（מצוה, mitzvah），以及“הוי”（Havayah）之灯，就是人的灵魂”，我们必须先阐明“你要爱……”中“尽你的心（לבבך, levavecha）”的含义：要用你两种倾向，即善的倾向和恶的倾向。

为说明灯的比喻如何应用于诫命和灵魂，这篇讲章（מאמר, maamar）首先阐释“尽你的心爱 ה'”这一诫命。圣贤将“你的心”（levavecha，其中有两个字母 ב）解读为两种倾向：人也必须用恶的倾向来爱 ה'。

שלכאורה אינו מובן איך ישוב היצה"ר [היצר הרע] לאהבה את הוי"ה ע"י האדם והלא לא ישמע אליו.

乍看之下，这一点并不容易理解：恶的倾向怎能借着人转而爱 ה'呢？它岂会听从他！

这就提出一个问题：恶的倾向本性上抗拒 ה'，那么人怎能使它爱 ה'呢？

אך הענין⁷ הוא כי הנה ביאור ענין יצ"ט [יצר טוב] ויצה"ר [ויצר הרע]⁸ הוא כי נודע שיש בכל אדם ב' נפשות נפש אלהית ונה"ב [ונפש הבהמית] וכל נפש מתחלקת לשנים. שהם שכל ומדות.

但事情是这样的。关于善的倾向和恶的倾向，其解释是：众所周知，每个人都有两个灵魂，即源于ה'的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）和动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）；每个灵魂又分为两部分，即智力和情感属性（מדות, middos）。

答案从一个众所周知的原则开始：每个人都有两个灵魂，一个源于ה'，一个是动物之魂。每个灵魂又有两部分：智力和情感属性（middos）。柴马赫·泽德克（הצמח צדק）在《Yahel Or》（יהל אור）中所引的论证，见于Kehot 注释：他从塔木德证明，所谓“倾向”指的就是情感属性；当ה'宽容恶人时，塔木德说ה'“制伏自己的倾向”。

4 והנה עיקר הנפש הוא השכל. כי נה"א [נפש האלקית] עיקרה היא נפש המשכלת⁹ ומתבוננת תמיד ומשגת באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה.

现在，灵魂的核心是理智。因为源于ה'的灵魂，其本质是一个思维的灵魂，不断默想并领悟无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），愿祂受称颂。

每个灵魂主要由其理智所界定。源于ה'的灵魂，本质上是一个心智，不断默想并领会无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），也就是超越一切界限的ה'之光。

ואין לה השכלה אחרת. והמדות אהוי"ר [אהבה ויראה] הנולדות מן השכל והשגה זו הן הנקראות בשם יצ"ט [יצר טוב]¹⁰.

它没有其他的〔思考〕对象。情感属性（מדות, middos）——爱与敬畏（אהבה ויראה, ahavah v'yirah）——由这种理智与领悟而生，这些便称为善倾向。

源于ה'的灵魂不思考其他任何事。从这种理解中生发的对ה'的爱与敬畏，就是所谓的善倾向。Kehot的一条注释补充说，源于ה'的灵魂也有其自身的情感属性；不过在它之中，这些属性属于与情感属性相关的理智机能（מוחין, mochin）这一层面。

5 וכן עיקר נה"ב [נפש הבהמית] היא המשכלת ומשגת גשמיות עוה"ז¹¹ וחומריותן שהוא זלעו"ז [זה לעומת זה] לעומת נה"א [נפש האלקית]. שהשכל המלוּבש בענינים גשמיים [גשמיים] הוא הפך ממש מן השכל שבנה"א [שבנפש האלקית].

同样，动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）的核心乃是〔思考并领会的机能〕，对象是此世的物质性及其物质属性；这与源于ה'的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）正是“彼此相对的一方”。因为披着物质事物的理智，恰与נפש האלקית中的理智完全相反，

动物之魂也是以理智为核心，只不过它思考并领会的是物质世界。“彼此相对的一方”意指它与נפש האלקית恰好相对，因为披着物质事物的心智，正与נפש האלקית的心智完全相反。在《Likkutei Torah》（לקוטי תורה）Tzav（13b）中，阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）解释了动物之魂为何也能思考：它源自器皿的破碎；破碎的Tohu的七项属性中，也包含理智的能力。

שהיא בחי' חכמה עליונה בחי' חכים ולא בחכמה ידיעה.¹² למעלה מן השכל המושכל ומושג בגשמיות.

也就是至高智慧（חכמה, Chochmah）的层面，即“有智慧，却不是凭借可知的智慧”这一层面；它高于以物质性概念构思并领会的理智。

חכמה的心智源自至高的חכמה。Tikkunei Zohar（תיקוני זוהר）将其描述为“有智慧，却不是凭借可知的智慧”：这是一种不同于我们所能认识的任何智慧的智慧。它高于一切以物质性概念领会的理解。

6 והשכל המושכל ומושג בגשמיות ע"פ שכל אנושי הוא שקר¹³ והפך ממש מחכמת אלהות שהיא חכמת

אמת¹⁴ והמדות הנולדות משכל הגשמי הן הנק' בשם יצה"ר [יצר הרע]¹⁵

以人的理性按物质层面构想并把握的理智，乃是虚妄，与神圣智慧——真实之智慧——完全相反；由物质理智所生的情感属性（מדות, middos），就是所谓的恶倾向。

只以物质层面来把握事物、凭借人的逻辑进行推理，这被称为虚妄，因为它与神圣智慧——真实之智慧——完全相反。由这种物质推理生出的情感，就是所谓的恶倾向。

וצריך האדם לאכפייא לון שלא יתנהג ע"פ מדות שנולדו מן השכל הגשמי. רק ואהבת את¹⁶ הוי"ה

אלקין בכל לבבך. היינו בהגביר כח נה"א [נפש האלקית] המשכלת.

人必须制服这些情感，不让自己按照由物质理智所生的情感属性行事；而要遵循的唯有：“你要全心爱 הוי' (Havayah)，你的 אלקים (Elokim)。”这就是说，要增强源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）的思维能力。

人必须制服这些情感，不让它们支配自己的行为。相反，他必须依照“你要全心爱 ה'，你的 אלקים”而生活；要做到这一点，就要增强源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית）的思维能力。

第3节 · 17-9

示玛中的沉思

7 ומתבונן באוא"ס [באור אין סוף] בפסוק ראשון דק"ש [דקריאת שמע] שמע ישראל.¹⁷ שמע לשון הבנה¹⁸ כי

הוי"ה הוא אלהינו

人要在示玛经（שמע, Shema）的第一句经文“以色列啊，要听”中默想无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）。“听”在这里是指理解：要明白，הוי' (Havayah) 就是我们的 ה' (אלהינו, Elokeinu)。

源于 ה' 的灵魂通过默想而得到加强，而默想从示玛经的第一句经文开始。这里的“听”（Shema）意为“理解”：人要明白， ה' 就是我们的 ה' (Elokeinu)；这篇讲章（מאמר, maamar）接下来要阐明“我们的 ה'”意味着什么。

פני' אלהינו הוא ענין ההתהוות בחי' ממכ"ע [ממלא כל עלמין] וסוכ"ע הוא נמשך מבחי' הוי"ה היה היה ויהיה שהוא אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה שהוא בחי' אין והתהוות היש הוא מאין ממש.¹⁹

“我们的 ה'”意指使万物得以存在这一作用；这体现为充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）和环绕一切世界的光（סובב כל עלמין, sovev kol almin）。这一作用源自 הוי'（Havayah）这一层面，即“祂过去是、现在是、将来是”；这就是蒙福的无限之光，是无（אין, ayin）这一层面；而有之物（יש, yesh）的生成，确实是从无而来。

“我们的 ה'”（Elokeinu）指使世界得以存在的力量，包括充满每个世界的光和环绕所有世界的光。这一力量源自 הוי'（Havayah），即“祂过去是、现在是、将来是”这一名称；它本身就是无限之光。由于这光超越人的把握，故称为“无”（ayin）；所以，创造确实是从无中生有。策马赫·策德克（הצמח צדק）在《Or HaTorah》（אור התורה）Balak 篇中，将“我们的 ה'”解释为“我们的力量与生命力”。

8 והתהוות זו נמשך תמיד יש מאין²⁰ כמאמר ובטובו מחדש בכל יום תמיד כו'. והוא הוי"ה אחד אתה הוא קודם שנבה"ע [שנברא העולם]²¹ ואתה הוא כו'.

这种从无到有的生成，始终不断地被引下，正如那句祷文所说：“祂以其良善，每日不断地更新”，等等。而祂，即 הוי'（Havayah），是一：“世界被创造以前，祢就是祂；祢仍是祂”，等等。

创造并非一个只发生于过去的事件：从无到有的生成在每一刻都持续进行，正如晨祷所说， ה' “以其良善” 每日更新创造。然而， ה' 仍是一而不变的，正如祷文所说：“世界被创造以前，祢就是祂；世界被创造以后，祢仍是祂。” 米克茨（Miketz）中较早的一篇 maamar 《Rani VeSimchi》（Torah Ohr（אור תורה）36a）也引述了同样的话，并将 ה' 与灵魂作对比：灵魂会因身体所发生的事而改变，因为它确实包裹在身体之中。

שאינן התהוות העולמות פועלים בו שום שינוי ח"ו [חס ושלום]. לפי שאינו דומה מעשה הקב"ה למעשה בו"ד [בשר ודם].

因为诸世界的生成丝毫不会使祂发生任何改变，万不可如此；因为 קב"ה（Kudsha Brich Hu，意为「圣者，愿祂受颂赞」）的作为，与血肉之人的作为并不相同。

诸世界的生成丝毫不会使 ה' 发生改变。原因在于， ה' 行事的方式与人的作为不同。

שמעשה אנוש הנה כח הפועל ממש הוא בנפעל. כמו עד"מ כשעושה דבר פונה א"ע [את עצמו] ומעמיק שכלו בדבר שהוא עושה.

因为在他所做的人事中，制造者的力量实际上就在所造之物里面。举例来说，当他制作某物时，他会转向[它]，并深入思索他正在制作的事物。

一个人制作某物时，他自己的力量实际上进入了所制作的東西：他把注意力转向它，并将心思投入其中。

9 וע"כ הדבר שעושה פועל בו שינוי בכח שכלו. אבל התהוות העולמות מאוא"ס [מאור אין סוף] ב"ה אין

פועלים בו שום שינוי ח"ו [חס ושלום]. וה' אחד כמו קודם שנבה"ע [שנברא העולם].

因此，人所制作的事物会使他自身发生变化，即在他的理智能力上造成变化。然而，从无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）使诸世界得以存在，愿祂受称颂，却丝毫不使祂发生变化；而 הוי' (Havayah) 是一，正如世界尚未被创造之前一样。

因为制作者的心智投入在他的作品中，所以作品会使他发生变化。从无限之光而来的创造则不同：它丝毫不改变 ה'; 祂仍是一，如同世界尚未被创造之前一样。

לפי שבשכמל"ו [שברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד] שכל התהוות העולמות וקיומם וחיותן אינן אלא מבחי'

מלכותו ית' שבמה שהוא מלך עליהם מחיה ומהוה אותם דהיינו בחי' שמו ית' בלבד.

因为 [“愿祂荣耀的国度之名，永永远远蒙福”这句话的含义是:] 诸世界得以存在、持续存在并拥有生命力 (חיות, chayus)，全都只来自祂的王权 (מלכות, Malchus) 这一层面；祂作它们的君王，便赋予它们生命，使它们得以存在。这仅仅是祂的名这一层面，愿祂受称颂。

其缘由在于示玛祷文第一节之后所说的话：“愿祂荣耀的国度之名，永永远远蒙福。”整个创造、诸世界的存在及其生命，全都只来自 ה'的王权，即祂作诸世界之王这一层面。这仅仅是祂的“名”，也就是祂与诸世界相关联的方式，并非祂的本质；所以创造并未触及 ה'自身。

第4节 · 11-10

灵魂之灯

10 ושם שייך כח הפועל²² בדבר ה' שמים נעשו²³ כי דבר מלך שלטון²⁴ כתיב מלכותך מלכות כ"ע [כל

עלמין]. יחיד חי העולמים מלך כנודע.

而造作者之力这一说法，只适用于那里[在祂的王权 (מלכות, Malchus) 中]：“藉着 ה'的话语，诸天被造”，因为经上写着：“君王的话语掌权。”经上又写道：“你的王权是所有世界的王权”；又有“独一者、众世界之生命、君王”之语，这是众所周知的。

唯有在王权这一层面，才能谈及 ה'的“造作者之力”：诸天是“藉着 ה'的话语”造成的，正如君王仅凭自己的话语行事，因为“君王的话语掌权”。经上称祂的王权为“所有世界的王权”，祈祷文则称祂为“独一者、众世界之生命、君王”：正是祂的王权赋予世界生命。

וכאשר יעמיק האדם שכלו ומחשבתו בזה בעומק בינתו ובעומקא דלבא. אזי תבטל הנפש החיונית מהשכלתה בגשמיות²⁵ בתגבורת הנפש האלהית המשכלת ומתבוננת בגדולת א"ס ב"ה

当一个人将自己的理智与思想深深沉浸于此，在理解的深处、也在心灵深处深入思索时，生命之魂便会停止思虑物质之事；这是由于源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）日益强盛；这灵魂思索并沉思无限者（אין סוף, Ein Sof）的伟大，愿祂受称颂，

当一个人运用理智并从内心深处沉思这一切时，源于^{ה'}的灵魂便日益强盛；随着它占据上风，赋予身体生命的灵魂便不再思虑物质之事。正如《Yahel Or》（策马赫·策德克（הצמח צדק, Tzemach Tzedek）在Kehot注释中所引的解释，这使动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）的智慧（חכמה, Chochmah）与理解（בינה, Binah）得到精炼；这比精炼其情感容易，因为器皿的破碎主要发生在七个较低的流溢属性（ספירות, Sefiros）。

להוליד מרוח בינתה והתבוננותה אהבה עזה כרשפי אש²⁶ לדבקה בו ית' בדביקה וחשיקה וחפיצה בהתלהבות עצומה

从其理解与沉思的灵气中生出炽烈的爱，如火焰般迸发，使它渴望依附于祂——愿祂受称颂——怀着紧紧依附、渴慕与欲求之情，以无比炽热的热忱，

源于^{ה'}的灵魂沉思无限者的伟大，由此生出一种情感：炽烈的爱，如火焰般闪耀，渴望以炽热的热忱依附于^{ה'}。

עד כלות הנפש כמ"ש נכספה וגם כלתה נפשי²⁷ וגו'.²⁸

直至灵魂消尽（כלות הנפש, kelos hanefesh），正如经上所写：“我的灵魂渴慕，且已消尽”，等等。

渴望如此强烈，以致灵魂已准备好消尽。诗篇作者这样描述：“我的灵魂渴慕，且已消尽。”

ועמך לא חפצתי בארץ²⁹ כלה שארי ולבבי³⁰ וגו'. ואזי תהיה החכמה שבנפש החיונית כשמן הנמשך¹¹

אחר הפתילה שהיא נר ה' נשמת אדם^{31,32}

“有你，我在地上别无所求；我的肉身和心都消耗殆尽”，等等。于是，生命之魂中的智慧（חכמה, Chochmah）会像油那样，随着灯芯被牵引；灯芯就是“人的灵魂，是^{ה'}的灯”：

诗篇作者继续表达他的渴慕：与^{ה'}同在，他在地上别无所求，肉身和心都消耗殆尽。当这种爱在源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）中燃烧时，生命之魂中的智慧（חכמה, Chochmah），即它的思维能力，会变得像沿着灯芯被引上来的油；灯芯就是源于^{ה'}的灵魂，是“^{ה'}之灯”。Kehot注释所引的Yahel Or指出，这里的חכמה是辉光（נוגה, nogah）之חכמה，也就是动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）的认知机能；这种认知机能可以被提升至圣洁。

שהנשמה היא הפתילה המחברת אור האהבה עזה ורשפי אש להאיר בנה"ב [נפש הבהמית] עד שתכלה ותכסוף ג"כ לדבקה בו בדביקה חשיקה כו'.

因为灵魂就是灯芯，它把炽烈之爱的光和火焰的闪耀联结起来，使光照入 נפש הבהמית，直到后者也消尽，并同样渴望与祂紧密结合、恋慕祂，等等。

源于 ה' 的灵魂就是灯芯，它将自身炽热之爱的火焰联结到 נפש הבהמית，使光照入其中。于是，נפש הבהמית 也消尽，并渴望与 ה' 紧密结合，如同油在火焰中燃尽。

ולהיות ואהבת וגו' בכל לבבך³³ וגדול יהי' [יהיה] כח כלות הנפש הבהמית ביתר שאת בבחי' שמן הנכלה ועולה עד שנעשה ממנו כולו אש של אור הנר

这样便有“你要爱……，尽你全心”；נפש הבהמית 消尽（כלות הנפש，kelos hanefesh，即灵魂的消尽）之力也将格外强大，达到更高的程度，如同油燃尽而上升，直至整份油都化作灯光的火焰，

这样，人便能以两种倾向都“尽你全心”地履行“你要爱……”这句话。נפש הבהמית 自身渴望消尽的力量，会变得“格外强大”，如同油完全燃尽，彻底化作灯的火焰。

ע"י בחי' צעק לבם³⁴ והוא התהפכות בחי' האש שבה. ורשפי אש אהבה עזה כו'. וזהו נר של הנשמה שהיא מהתבוננות נפש האלהית עצמה:

这是藉着“他们的心呼喊”这一层面而实现的；这就是其中火焰这一层面的转化，以及“火焰的闪耀”——炽烈的爱，等等。这就是灵魂之灯；它源自源于 ה' 的灵魂本身的观照：

这是通过“他们的心呼喊”而实现的：נפש הבהמית 自身的火焰转化为对 ה' 的炽烈之爱。这就是灵魂之灯，它源自源于 ה' 的灵魂本身的观照。

第5节 · 112-13

诫命之灯

12 וענין נר של המצוה היא שהמצוה יש לה סגולה פרטית³⁵ להעלות את נה"ב [נפש הבהמית]³⁶ ולקשרה באו"ס [באור אין סוף] ב"ה³⁷ כמא' [כמאמר] אק"ב [אשר קדשנו במצותיו] בקדש העליון שהוא למעלה מן ההשתלשלות.

关于诫命之灯，其意在于：诫命（מצוה，mitzvah）具有一种特殊功效（סגולה，segulah），能够提升动物之魂（נפש הבהמית，nefesh habahamis），并将它系于无限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）——愿祂受称颂——正如“祂以祂的诫命使我们成圣”一语所说：借着至高的圣洁；这圣洁高于逐级下降的世界链条（השתלשלות，hishtalshelus）。

诫命之灯的作用方式不同：诫命具有一种特殊力量，能够提升动物之魂，并将它系于无限之光。诫命祝福“祂以祂的诫命使我们成圣”所说的，是一种至高圣洁，它高于整个世界链条；中间的雷贝（אדמו"ר האמצעי）在 Kehot 注释中被引述，称这是至高无上的圣洁，高于所有更高层次的圣洁。

כי המצות הם לבושין³⁸ ונקי לבוש מלכות שהם בחי' מקיפים שמקיפים ומלבישים את³⁹ הנפש מראשה ועד רגלה

因为诫命（מצות, mitzvos）是衣裳，也被称为“王室衣裳”；它们属于环绕性的层面（מקיפים, makifim），从头至脚环绕并包裹灵魂，

诫命被称为衣裳、“王室衣裳”，因为它们是环绕性的层面：从头至脚环绕并包裹灵魂，如同衣裳覆盖身体。

להיות צרורה בצרור החיים את⁴⁰ ה' ממש שע"י מעלה את הנפש כמו האדם כשהוא לבוש יכולין להמשיך אותו ע"י לבוש.

使灵魂“真正与 הוי' (Havayah) 同在，被系于生命之纽带中”。借此，[这条诫命]提升灵魂，正如一个人穿着衣裳时，人们可以借着他的衣裳把他牵引过去。

灵魂披上诫命的衣裳，便“与 ה' 同在，被系于生命之纽带中”。正如人可以借着他的衣裳牵引他，作为衣裳的诫命也将灵魂一同提升。

13 וכן כצרור אבן במרגמה.⁴¹ שע"י שצרור בחרט זורקין אותו למעלה יותר. הכלל שכל בחי' מקיף הוא העלאה למעלה.

同样，“如同投石带中的一块石头”：因为它被束在袋中，便能被抛得更高。总的来说，每一种包围性层面（מקיף, makif）都是向上的提升。

第二个比喻是：束在投石带中的石头，飞得比用手投出的石头高得多。希伯来语中表示“束住”的词（צרור, tzeror），与“束在生命的纽带中”一语中的词相同；总的来说，凡是环绕某物的（makif），都会将它向上提升。在《Torah Ohr》Mishpatim（76a）中，阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）以同样的方式将这两节经文联系起来：灵魂如同投石带中的石头一般被束住，因此高升至生命之源；它是借着托拉和诫命（מצות, mitzvos）的“日子”与衣裳而升高的。

ולכן לובשין טלית ותפלין קודם התפלה להמשיך בחי' מקיף⁴² למעלה להעלות את נה"ב [נפש הבהמית] בתפלה כנודע שאין התחתון עולה למעלה עד שיורדת תחלה הארה מלמעלה. והתפלה היא עליית נה"ב [נפש הבהמית].

因此，人们在祷告之前先穿上祈祷披巾（טלית, tallis）并戴上经匣（תפלין, tefillin），以从上方引下包围性层面，从而在祷告中提升动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）；因为众所周知，下层要上升，必须先有一道光明从上方降下。祷告就是动物之魂的上升。

这就是为何要在祷告之前穿上 טלית 并戴上 תפלין：它们是包围性之物（מקיפים, makifim），能引来环绕之光，在祷告中提升动物之魂。米特勒雷贝（אדמו"ר האמצעי）在 Kehot 注释中被引述，他把问题提得更尖锐：灵魂当然能够凭自身专注于 Shema（שמע）祷文中 ה' 的统一性，那么为何必须先穿上祈祷披巾并戴上经匣？因为众所周知，下层要上升，必须先有一道光明从上方降下；而祷告就是动物之魂的上升。

ולכן התפלה היא נוסחא אחת בכל יום כל ימי חייו של אדם הקצובים לו ימי שנותינו בהם שבעים שנה⁴³ הם כפי נצוצות נפש הבהמיית שצריכין להעלות (משא"כ נפש האלהית היא נצחית) וכל יום נעשה בחי' חדשה.

因此，一个人在其被分配到的全部岁月中，每天所念的祷告都是同一篇文辞：“我们一生的年日是七十年”；这些年日对应着必须提升的动物之魂的火花（源于ה'的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）则并非如此，它是永恒的）；而且，每一天都会形成一个新的层面。

一个人在其被分配到的岁月中，每天的祷告都保持同一篇文辞，因为每一天都对应着他必须提升的动物之魂的火花；与之相反，源于ה'的灵魂是永恒的。动物之魂的一个新层面每天都会形成。

וצריך להעלות גם אותו נצוץ שמתחדש והכל היא העלאה אחת (משא"כ לימוד התורה צריך דוקא ללמוד בכל יום דבר חדש)⁴⁴

也必须提升那个新形成的火花；而这一切都是一次上升（托拉的学习则不同：人每天必须特意学习新的内容）。

每天新形成的火花也必须得到提升；但由于每天的提升都是同一种上升，因此同一篇祷告便足以承担这一点。托拉学习则不同：人每天都必须学习新的内容。

ולכן כל המצות נקראות בשם צדקה⁴⁵ כי צדקה תרומם גוי⁴⁶

因此，所有诫命都称为施舍（צדקה, tzedakah），因为“施舍使一个民族升高”。

同样的缘故，所有诫命都称为施舍，因为“施舍使一个民族升高”。在《Torah Ohr》稍后的 Miketz (42c) 中，阿尔特雷贝也作了同样的说明：履行诫命，是从下方上升至其根源，由此使托拉之光显耀，“因为所有诫命都称为施舍”。

שע"י הצדקה וחסד שעושין למטה להחיות רוח שפלים⁴⁷ ועני חשוב כמת.⁴⁸ כן ויותר מכן לאין קץ נמשך רוח חיים מלמעלה מחיי החיים ב"ה להחיות מתים ממש

因为人从下方施行施舍与慈善，使卑微者的精神复苏，而穷人被视为死人；与此相应，且远远超过此事、无穷无尽地，生命之气从上方、从生命之生命那里降下——愿其受称颂——使真正死去的人复活，

施舍与慈善使卑微者的精神复苏，而穷人被视为仿佛死去一般。作为回应，一股生命之气从上方、从生命之生命那里降下；它远远胜过下方所给予的帮助，达到无穷无尽的程度，使真正死去的人复活。

בבחי' ימין מקרבת⁴⁹ וימינו תחבקני⁵⁰ ממש באור המקיף שמלמעלה לרומם ולהעלות את הנפש למעלה

מעלה באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה ממש וזהו ענין נר מצוה:

以“右手使人亲近”以及“祂的右手拥抱我”的方式，确实如此，凭着从上方而来的包围之光，将灵魂高举并提升到越来越高之处，直至无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）本身——愿其受称颂。这就是诫命之灯（נר מצוה, ner mitzvah）的含义。

这种复苏，是借着 祂那人使人亲近的右手之拥抱而来的：一道从上方而来的包围之光，将灵魂提升到越来越高之处，直至无限之光本身。这就是诫命之灯的含义。

第 6 节 · 114-19

妥拉就是光

14 אך התורה אור⁵¹ הוא המשכת אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה מלמעלמ"ט [מלמעלה למטה]⁵². והיא אור וגילוי⁵³

אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה ממש שלמעלה מעלה מהשתלשלות שירידת והדרגת סדר השתלשלות היא בחי'

העלם והתלבשות אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה להיות התהוות מהות אחר מהות באופנים ומינים שונים.

然而，“托拉（תורה, Torah）是光”，乃是将无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）从上向下引下，愿祂受称颂。这正是无限之光本身的光明与显现，远远超越逐级下降的世界链条（השתלשלות, hishtalshelus）；因为，逐级下降的世界秩序之下降与层层递降，乃是无限之光的隐匿与包裹，使一种实体能够在不同的方式与种类中，接续另一种实体而形成。

托拉所发挥的作用方向正相反：它不是从下方提升灵魂，而是把无限之光从上方引下。它显明无限之光本身；这光远远超越世界链条，而那条逐级下降的链条，整体而言乃是对无限之光的隐匿：光一层层包裹起来，使各类受造物得以形成。Kehot 注释所引的 Yahel Or 将经文读作一个整体的意象：诫命（מצוה, mitzvah）是灯芯，托拉是光。

15 וכמ"ש ישות חשך סתרו⁵⁴ שהוא חשך והעלם ולא אור וגילוי. ועל התורה נאמר מגלה עמקות מני

חשך.⁵⁵ וממעמקים קראתיך⁵⁶ הוי"ה.

正如经上所说：“祂使黑暗成为祂的藏身之处”：这就是黑暗与遮蔽，而非光与显明。关于托拉，经上说：“祂从黑暗中揭示深奥之事”；又说：“我从深处呼求你——ה'。”

逐级下降的世界链条（השתלשלות, hishtalshelus）就是 祂藏身其中的“黑暗”，是一种遮蔽，而非显明。与此相反，托拉被描述为能“从黑暗中揭示深奥之事”；“我从深处呼求你”这句经文也在此一并引用，其中用了同一个表示“深”的词根。

וזהו תכלית בריאת האדם להמשיך על נפשו אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה שלמעלה מן ההשתלשלות.

这就是创造人的目的：将高于逐级下降的世界链条的无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），愿祂受称颂，下引至人的灵魂之上，

创造人的目的，是将高于整个世界链条的无限之光引到他自己的灵魂之上。

להיות אור א"ס ב"ה שורה למטה כמו למעלה כמ"ש אני ראשון ואני אחרון⁵⁷ ומבלעדי אין אלהים. כלומר כשם שאני ראשון קודם שנבה"ע [שנברא העולם].

使愿祂受称颂的无限之光居于下界，正如居于上界；正如经上所说：“我是首先的，也是末后的；除我以外，别无 אלקים (Elokim)。”也就是说，正如“我是首先的”——在世界被创造之前，

目的在于使无限之光居于下界，正如它居于上界。以赛亚所说“我是首先的，也是末后的”，表明 ה' 在世界之前与世界之后都是同一位；本篇 maamar 接着说明这如何适用于中间的时期。Likkutei Torah (לקוטי תורה)，Vayikra (1d)，在论及本篇 maamar 时解释说，“我是末后的”指 ה' 的王权 (מלכות, Malchus)，它穿着于下界之中，而彼此分离的存在由此显现；“我是首先的”则指智慧 (חכמה, Chochmah)，它体现了在 ה' 面前仍然存在而自我消融 (ביטול, bittul)。在未来，这将在下界如同在上界一样显露出来，“眼对眼”。

16 ואחרון לאחר שנברא העולם. כן מבלעדי דהיינו באמצעות בשעת בריאת העולם יהי' [יהיה] אור א"ס ב"ה נמשך למטה שיהי' [שיהיה] בטול העולם במציאות כמו קודם שנברא ואחר שנברא והיינו ע"י התורה כי אורייתא מחכמה נפקת.^{58, 59}

以及世界被创造之后的“末后”。因此，“除我以外” (מבלעדי, mibaladai)，即中间、世界被创造之时，无限之光 (אור אין סוף, Or Ein Sof)，愿祂受称颂，将被引降至下方，使世界虽存在，却处于自我消融 (ביטול, bittul) 的状态，就如世界被创造以前以及被创造以后那样。这是通过托拉实现的，因为“托拉出自智慧 (חכמה, Chochmah)”。

正如 ה' 在创造之前是“首先”，在创造之后是“末后”，“除我以外”指的就是两者之间、世界存在之时：即使在那时，无限之光 (אור אין סוף) 也要被引降下来，使世界虽仍存在，却仿佛从未被创造一般，在祂面前处于自我消融的状态。这是通过托拉实现的，因为“托拉出自智慧 (חכמה)”；智慧正是无限之光 (אור אין סוף) 显露的层面。

17 וכמ"ש לכבודי בראתיו.⁶⁰ כבודי בגימטריא ל"ב⁶¹ הם ל"ב נתיבות חכמה.⁶² בראתיו בחי' תלמוד. יצרתיו בחי' משנה. ועשיתיו בחי' מקרא.

正如经上所写：“我为自己的荣耀 (כבודי, kevodi) 创造了它。”荣耀 (כבוד, kavod) 的数值是三十二；这就是智慧 (חכמה, Chochmah) 的三十二条路径。“我创造了它”对应塔木德 (תלמוד, Talmud) 这一层面；“我塑造了它”对应米示拿 (משנה, Mishnah) 这一层面；“我造了它”对应经文 (מקרא, Mikra) 这一层面。

以赛亚书中的经文说，ה' 创造、塑造并造作[万物]，“为我的荣耀” (כבודי)。荣耀一词 (כבוד) 的数值是三十二 (כ (kaf, 20)、ב (beis, 2)、ו (vav, 6)、ד (dalet, 4))，暗指“智慧 (חכמה) 的三十二条路径”；《Zohar》(זהר; Raaya Mehemna, Tzav) —— Kehot 注释所指之处——将荣耀 (כבוד) 计为三十二。这里，呼应创造界 (בריאה, Beriah)、形成界 (יצירה, Yetzirah) 和行动界 (עשיה, Asiyah) 的三个动词，分别对应塔木德、米示拿和经文。

שכולם הם בבחי' חכמה ואור א"ס ב"ה שורה ומתגלה בחכמה⁶³ שאין שם שום הסתר פנים.

因为它们全都处于智慧（חכמה）这一层面；无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）——愿祂受祝颂——安住并显明于智慧之中，在那里丝毫没有面容被遮蔽。

托拉的三个部分都源自智慧（חכמה）；无限之光（אור אין סוף）安住并显明于智慧之中，没有任何遮蔽。

《Tanya》（תניא）第35章的注释解释了其中的原因：无限者（אין סוף, Ein Sof）才是真正的唯一者，除祂以外别无存在；这正是智慧的层面。因此，托拉的所有部分都承载着对祂毫无遮蔽的显现。

18 ושם הוא בחי' אני ה' לא שנית⁶⁴ כמו קודם שנברא העולם. ולכן רב יהודא דכולי תנויי' בנזיקין⁶⁵ הוה

לזכות את הזכאי. ולחייב את החייב. להפריד ביניהם. בכדי להפריד החיצונים מהקדושה ויתפרדו כל פועלי און⁶⁶ כו'.

那里就是“我，הוי' (Havayah)，并没有改变”这一层面，正如世界尚未被创造以前一样。因此，拉夫·耶胡达（רב יהודא）的全部研习都在[《Nezikin》这一部]中，[他研习这些律法]是为了判无辜者无罪、判有罪者有罪，在二者之间作出区分，以便将外在势力与神圣分开，使“一切作孽者都离散”，等等。

在智慧（חכמה, Chochmah）中，הי'借着妥拉显明为“我，הי'，并没有改变”，正如创造以前一样。这解释了拉夫·耶胡达的情形：《塔木德》说，在他那个时代，全部研习都集中于Nezikin次序（民事与损害赔偿法）。他通过裁定谁是无辜的、谁应负责任，在二者之间作出区分，从而将外在势力与神圣分开，使“一切作孽者都离散”。

ולכן היה פטור מן התפלה⁶⁷ לפי שהיתה תורתו אומנתו⁶⁸ כר' [כרבי] שמעון בן יוחאי וחביריו.

因此，他免于祈祷，因为妥拉研习就是他的职业，正如拉比西蒙·巴尔·约海（רבי שמעון בר יוחאי）及其同伴一样。

这就是拉夫·耶胡达免于祈祷的原因；拉比西蒙·巴尔·约海及其同伴也是如此，他们全部的职业就是研习妥拉。

והיינו מפני שרב יהודא היה אדם גדול מאד עד שאמר עליו שמואל אין זה ילוד אשה⁶⁹ דאימתא

דמאריה עליה שהי' [שהיה] בחינת ביטול לאוא"ס [לאור אין סוף] ב"ה שהמשיך עליו בק"ש [בקריאת שמע].

这是因为拉夫·耶胡达是极其伟大的人物，以至于什穆埃尔（שמואל）这样评价他：“此人并非由女人所生”，因为他心中常存对其主的敬畏。他处于无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）面前的自我消融（ביטול, bittul）状态；这无限之光是他在诵读示玛（שמע, Shema）时引至自身的。

拉夫·耶胡达的伟大解释了这一点：什穆埃尔称他说：“此人并非由女人所生”，因为他心中常存对其主的敬畏。他在无限之光面前处于自我消融的状态，并通过示玛将这无限之光引至自身。

(כי מן הק"ש [הקריאת שמע] לא היה פטור ואפילו ר' [רבי] שמעון בן יוחאי וחביריו אלא מן התפלה)

(因为他并未免于诵读示玛；甚至拉比西蒙·巴尔·约海及其同伴[也免于]的只有祈祷。)

括号中补充说，拉夫·耶胡达并未免于诵读示玛；即使拉比西蒙·巴尔·约海及其同伴，也只是免于祈祷。示玛使自我消融引至自身，因此人人仍须诵读示玛。

והיתה תורתו ג"כ בבחי' בטול ממש בבחי' ואשים דברי בפין.⁷⁰ ודברי אשר שמתו בפין⁷¹ וכמארז"ל

[וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] **מתניתין מלכתא.⁷²**

他的妥拉研习本身也处于真实的自我消融状态，属于“我已把我的话放在你口中”以及“我所放在你口中的话”这一层面；正如我们的圣贤所说：“米示拿（מתניתין, Mishnah）是女王。”

拉夫·耶胡达的妥拉研习本身就是自我消融：仿佛他的话被放在他的口中，正如经文所说。因此，圣贤称米示拿为“女王”。在《Torah Ohr》（תורה אור）的Shemos篇（49b）中，阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）解释了这个比喻：米示拿是在智慧中进行的一种精炼工作，将不洁与洁净、禁止与允许区分开来。

בחי' מלך שמצוה וגוזר שיהי' [שיהיה] הפסק כך⁷³ כי מלך במשפט יעמיד ארץ⁷⁴ לזכות את הזכאי כו'.

שיש ב' בחי'. בחי' עבד שלומד כדי שידע רצון המלך.

这是君王的层面：他发出命令、颁布诏令，规定裁决应当如此，因为“王凭审判使大地稳固”，以判无辜者无罪，等等。这里有两个层面：一种是仆人的层面，他学习是为了知道君王的意愿，

米示拿如同一位君王，他颁布诏令，规定裁决应当如此，因为“王凭审判使大地稳固”。《Torah Shmuel》（《Kehot》注释中引述）解释说，拉夫·耶胡达在研习中判无辜者无罪、判有罪者有罪，从而在上方也促成相同的裁决，使“每件事都各得其所”。学习者有两种：一种是仆人，学习是为了查明君王的意愿；而另一种，如下一部分所说，是君王。

19 ובחי' מלך שבעת לימודו הוא הגוזר ומצוה לעצמו כו' וז"ש [וזהו שכתוב] ויהי בישרון מלך⁷⁵ לפי

ששכינה היתה מדברת⁷⁶ מתוך גרונו של משה.

以及君王这一层面：他在学习时，自己就是为自己颁布法令、发出命令的人，等等。这就是经文所说的“耶书仑中有一位君王”，因为临在（שכינה, Shechinah）从摩西（משה）的喉中发声。

第二类学习者如同君王：他学习时，自己颁布律法。这篇maamar把“耶书仑中有一位君王”应用于摩西，因为临在他的喉中发声。在此前的一篇maamar（Torah Ohr（תורה אור）38a）中，阿德莫尔·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）引用了同一段话：ה'的言语——“ה'说”——从摩西的喉中发出；一个人在Shema祷文的“一”处达到献身（מסירות נפש, mesirus nefesh），便会达到“我所安置在你口中的话语”。

וכך ר' [רבי] שמעון בן יוחאי וחביריו ורב יהודא לפי מדרגתו.

拉比西蒙·本·约海（רבי שמעון בן יוחאי）和他的同伴们也是如此；拉夫·耶胡达（רב יהודא）则依照他自己的层级。

拉比西蒙·本·约海和他的同伴们，以及处于自身层级的拉夫·耶胡达，也都是如此：他们在学习如同君王。

שכפי ערך בטול נפשו לאור א"ס ב"ה. ככה היתה המשכת אור א"ס ב"ה בתורתם ועבודתם. והמשנה המדברת בפיהם היא דבר ה' ממש. ועי"ז נמשך בטול העולם במציאות למטה כמו למעלה:

因为一个人的灵魂在无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）面前自我消融（ביטול, bittul）的程度如何，无限之光，愿其受称颂，便相应地被引降到他们的托拉学习与事奉中。从他们口中说出的Mishnah（משנה），实在就是 ה' 的话语。由此，世界存在中的自我消融也被引降到下界，如同在上界一样：

一个人的灵魂在无限之光面前自我消融得越彻底，就有越多的无限之光被引降到他的托拉学习和事奉中。因此，这些圣贤口中所说的Mishnah实在就是 ה' 的话语；借此，世界在下界的存在也如同在上界一样归于自我消融。

第7节 · ¶ 20-21

灯芯、油与光合而为一

20 והנה אור התורה הזה נאחז ומתחבר במצוה כי כל התורה שלפנינו הן תושב"כ [תורה שבכתב] ושבע"פ

[ושבעל פה] עיקרן ויסודותן היא במצות

如今，妥拉之光附着于诫命（מצוה, mitzvah），并与之相连；因为摆在我们面前的整部妥拉，无论书面妥拉还是口传妥拉，其精髓与根基都在诫命（מצוות, mitzvos）之中。

妥拉之光附着于诫命，如同火焰附着于灯芯；因为整部妥拉，无论书面妥拉还是口传妥拉，其精髓与根基都在诫命之中。

שע"ז נאמר ותמלא כדה ותעל. ⁷⁷ כ"ד ספרין דאורייתא ^{78, 79} כו' שהן בחי' כד שנשאב מים העליון ⁸⁰

חכמה עלאה של א"ס ב"ה שהוא עד אין קץ ותכלית וע"ז נאמר והיו הדברים האלה ⁸¹ אשר אנכי מצוך.

אנכי דייקא.

关于此，经文说：“她装满水罐，就上去了。”所谓“妥拉的二十四（כ"ד, kaf-dalet）部书”等等，便是水罐（כד, kad）这一层面，借此汲取上方之水——无限者（אין סוף, Ein Sof；愿其受称颂）的至高智慧（חכמה, Chochmah）；这智慧没有尽头和界限。关于此，经文又说：“这些我所吩咐你的话必将存在。”这里特意说的是“我”（אנכי, Anochi）。

利百加（רבקה, Rivkah）“装满水罐，就上去了”：她的罐（כד, kad；其字母代表二十四）就是经书的二十四卷，它汲取上方之水，也就是无限者无限的智慧。正因如此，经文说“这些我（אנכי, Anochi）所吩咐你的话”：诫命源自 ה' 自己的“我”。在 Torah Ohr（תורה אור）《Toldos》（18a）中，阿德莫尔·哈扎肯以同样的方式解读利百加的水罐；他还补充说，正如本篇 maamar 所言，妥拉包裹在物质事物、农产品和祭献之中，使它们借着诫命得到精炼，并显明“我（Anochi）”。

21 והמצוה היא הפתילה שמתלבשת בנפש השכלית והחיונית להעלות ולקשרה באור התורה שהיא בחי'

חכים ולא בחכמה ידיעא⁸² הפך שכל אנושי ובה שורה א"ס ב"ה כמ"ש ה' בחכמה יסד ארץ.⁸³

诫命（מצוה，mitzvah）就是灯芯，它披覆在理智之魂与生命之魂中，为要提升它，并将它系于托拉之光。托拉之光属于“有智慧，却不是以可知的智慧”这一层面，与人的理智相反；无限者（אין סוף，Ein Sof），愿祂受祝颂，安居其中，正如经上所说：“הוי'（Havayah）以智慧奠立大地。”

至此，这个比喻完整了：诫命是灯芯。它披覆于人的理智之魂与生命之魂中，为要提升它，并将它系于托拉之光；托拉之光是一种有别于人类智慧的智慧，无限者安居其中，正如“ה'以智慧奠立大地”所说。

אך צריך להקדים התבוננות של נפש האלקית היא נר ה' נשמת אדם⁸⁴ כדי להיות ואהבת וגו' בכל

לבבך⁸⁵ כי רוח אייתי רוח⁸⁶ ואמשיך רוח וכמ"ש אם ישים אליו לבו⁸⁷ וגו'

但首先必须[进行]源于ה'的灵魂（נפש האלקית，nefesh Elohis）的沉思观照；这灵魂是“人的灵魂是ה'之灯”，为的是能有“你要爱……等等，尽你的心去爱”；因为“灵引来灵，并引下灵”，正如经上所说：“若他将心专注于祂……”

不过，首先必须由源于ה'的灵魂——“ה'之灯”——作沉思观照，从而激发“尽你的心去爱”。正如《Zohar》（זהר）所说，由下而来的灵会引来并引下由上而来的灵；而约伯（איוב）所说“若他将心专注于祂”，按其字面意思是指ה'垂念人，在这里则被解作人将自己的心转向ה'。

עד שתהיה חכמה שבנפש החיונית בחי' השמן הנמשך אחר הפתילה של מצוה להתכלל ממש באור

התורה שתתהפך ממש מהפוך אל הפוך משכל אנושי המושג לשכל חכמת התורה חכמת אלהית בחי'

חכים ולא בחכמה ידיעא כו'

直到生命之魂中的智慧（חכמה，Chochmah）成为随着诫命的灯芯而被牵引的油这一层面，真正融入托拉之光；于是它便从一个极端彻底转变为另一个极端，从可理解的人类理智，转变为托拉智慧的理智——神圣智慧，即“有智慧，却不是以可知的智慧”这一层面，等等。

目标是使生命之魂的 חכמה 成为随着诫命灯芯而被牵引的油，直到它融入托拉之光。它从一个极端转变到另一个极端，从人类的推理转化为托拉的神圣智慧。

שלכן נתלבשה בענינים גשמיים וכל ענינים גשמיים כלולים בה כמו כל צמח האדמה ופרי העץ בסדר

זרעים. וכל בעלי חיים בסדר קדשים.

这就是[托拉]披覆于物质事物之中的原因；一切物质事物都包含在其中，例如地上一切植物和树木的果实，都见于《种子部》（זרעים，Zeraim）；一切动物则见于《圣物部》（קדשים，Kodashim）。

这就是托拉披覆于物质事物之中的原因：《种子部》（Zeraim）论及地上一切植物和树木的果实，《圣物部》（Kodashim）则论及动物。

כדי לברר ולהפך הכל בקדושה. וימלא כבוד⁸⁸ ה' את כל הארץ הלזו הגשמית כו':

[这]是为了提炼净化一切，并将一切转化为圣洁：“**ה'**的荣耀必充满全地”，即这物质的[大地]，等等。

这一切都是为了使一切物质之物得以提炼净化，并转化为圣洁，直到“**ה'**的荣耀充满全地”，也就是这物质的大地。

第8节 · ¶22-23

开篇经文的解释

22 וזהו המגביהי לשבת.⁸⁹ פני המגביה י' הוא י' שבה' שהדל"ת הוא בחי' דלית. דלית ליה מגרמיה כלום

נעשה⁹⁰ ה' ע"י היו"ד⁹¹ שבתוכה

这就是[「那使之高而坐者」]的意思。这里的「高举」一词 **המגביהי** (hamagbihi)，可解作「高举字母 י (yud)」；这个 yud 是希伯来字母 **ה** (heh) 中的那个字母。因为字母 **ד** (dalet) 代表「无有」(**דלית**，dalis) 这一层面：「它自身毫无所有」；借着其中的 yud，它便成为 heh。

这篇 maamar 回到开篇的经文。它把 hamagbihi (「那使之高者」) 解作 hamagbiah yud，即「高举 yud」：字母 heh (**ה**) 是一个 dalet (**ד**)，里面有一个小 yud。dalet 暗示 dalis (דלית，「无有」)，也就是「自身一无所有」；只有借着其中的 yud，它才成为 heh。《Likkutei Torah》(לקוטי תורה) Shelach (שלח) 44d 引用了这些句子；《Pardes Rimonim》(פרדס רמונים) 则引述《Zohar》(זהר) 的说法——Kehot 的注释也指向该书——说 **שכינה** (Shechinah) 处于贫困时，便被称为 dalet。

והיינו בחי' המצוה שמצדק נעשה צדקה. וצדקה תרומם גוי⁹² ע"י שמגביה את בחי' היו"ד שבה'

למעלה מעלה באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה ממש.

这就是诫命 (**המצוה**，mitzvah) 这一层面：正义 (**צדק**，tzedek) 由此成为施舍 (**צדקה**，tzedakah)；「施舍提升一个民族」，是因为它把 heh 中的 yud 提升得越来越高，直至进入无限之光 (**אור אין סוף**，Or Ein Sof) 本身，愿祂受祝福。

这就是诫命的作用：正义 (**צדק**) 增加一个 heh，便成为施舍 (**צדקה**)。「施舍提升」，是因为它把 heh 中的 yud 提升得越来越高，直至进入无限之光本身。

לשבת להיות בחי' מכון לשבת⁹³ דהיינו שתהא שם השראת אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה ממש שהיא בחי'

ישיבה

「坐着」：成为「你安居的所在」，也就是使无限之光本身临驻于那里；这就是坐居的层面，

「坐着」意指成为「你安居的所在」，使无限之光本身在那里安住。坐着，是这种安住的意象。

דהיינו בחי' ירידה והשפלה אצלו כביכול וכמ"ש וישב ה' מלך לעולם.⁹⁴ כי להיות מלך לעולם היא בחי' ישיבה והשפלה כי על מי ימלוך כו'.

也就是说，对祂而言，仿佛是一种下降和降低；正如经上所说：「ה' (Havayah) 坐着为王，直到永远（לעולם, le' olam）。」因为成为统治世界（לעולם）的王，正是坐着和降低的层面；祂要统治谁呢？等等。

坐着意味着降低，就像君王坐在宝座上一样：对 ה' 而言，成为统治世界的王，仿佛是一种下降，因为君王需要有臣民来统治。因此，「Havayah 坐着为王」描述的是 ה' 降低自身来统治世界；而 le' olam 既有「永远」之意，也有「统治世界」之意。

23 וזו היא העלאה שע"י המצות ממטה למעלה. אבל התורה אור היא המשכה מלמעלה למטה המשפילי

לראות בשמים⁹⁵ תושב"כ [תורה שבכתב]. ובארץ תושבע"פ [תורה שבעל פה].

这就是借着诫命（מצות, mitzvos）所带来的、从下而上的提升。但“妥拉（תורה, Torah）是光”则是从上而下的引降：“那位屈身[自己]察看天上”——这里指书面妥拉；“察看地上”——这里指口传妥拉。

这一切都是诫命所带来的从下而上的提升。妥拉则是相反的运动，即从上而下的引降；这正是经文的后半句：“那位屈身[自己]察看天上”指书面妥拉，“察看地上”指口传妥拉。

ושם הוא לראות בחי' ראייה והתגלות אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה למטה כמו למעלה.

在那里所说的“看见”，是指视觉这一层面，也指无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof；愿祂受称颂）在下界如同在上界一样显现。

在妥拉中，无限之光（אור אין סוף）不只是被理解，而是被“看见”：祂在下界显现得如同在上界一样清晰。

ולא בחי' שמע ישראל⁹⁶ דהיינו התבוננות שבנפש האלהית שהיא בחי' שמיעה בלבד אלא כמ"ש כי עין בעין יראו⁹⁷ וגו':

这并非“以色列，听吧！”这一层面——也就是源于 ה' 的灵魂（נפש האלהית, nefesh Elohis）中的观照，而它仅仅属于听觉这一层面；相反，正如经上所写：“因为他们必目光相接而见”，等等。

这超越了“以色列，听吧！”——那是源于 ה' 的灵魂的观照，仅如听闻某事，而非亲眼看见。妥拉带来如同视觉一般的显现，正如“因为他们必目光相接而见”这一应许。

在阿沃达中

祈祷前穿上塔利特和特菲林，引来环绕之光，提升动物之魂；随后在示玛中沉思：一切创造都只来自 ה' 的话语，直到源于 ה' 的灵魂之爱甚至点燃动物之魂的心智与情感。同时，要遵守各项诫命，尤其是施舍；它们把灵魂提升到理解所及之外。每天还要学习妥拉，并学到新的内容，使无限之光引入自己的生命。

讨论问题

1. 为什么灯芯而不是油是灯的关键部分？这说明源于 ה' 的灵魂扮演什么角色？
2. 依照maamar，恶的倾向如何能够转而爱 ה'？为什么这种转变从它的认知开始？
3. 诫命提升灵魂的方式，与妥拉把 ה' 的光引下来的方式，有什么不同？
4. 为什么祈祷每天相同，而妥拉学习每天都必须带来新的内容？
5. 以仆人的身份学习妥拉与以君王的身份学习妥拉有什么区别？拉夫·耶胡达的自我消融（ביטול, bittul）如何说明这一点？

出处与参考资料

注释

第1段

1 מי כה' אלקינו

诗篇作者说：“谁能像 הווי (Havayah) —— 我们的 ה 那样，高居于上？”用 maamar 的话说：“谁使[自己]高升而坐？”在 maamar 末尾，“高升” (המגביהי, hamagbihi) 被解读为由 מצוות (mitzvos) 所带来的升举。(背景：Steinsaltz Tanakh)

תהלים קי"ג:ה' Psalms 113:5

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת:

Who is like unto the L-RD our G-d, That is enthroned on high,

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים קיג, ה.

2 מי כה' אלקינו המגביהי

有一份抄本记载，这篇 maamar 于 5567 年在莱亚迪的光明节安息日讲授；这与其以灯为主题相契合。

KEHOT 注释

באחד מכת"י מצויין שנאמר שבת חנוכה בליאדי שנת תקס"ז. וראה מפתח המאמרים בסה"מ תקס"ז הערה 13. ראה גם מאמרי הצ"צ הנחות תרש"ו ע' קצט. נתבאר בהמשך יונתי פרק ד' סה"מ תר"ם ע' תצא. ראה לעיל בציונים לכ"ק אדמו"ר זי"ע. הגהות נדפסו ביהל אור ע' תלח ואילך. קיצור באוה"ת בראשית כרך ה תתקלא, א. תתקלב, א. כרך ז תתתסב, ב. לכללות מאמר זה ראה מאמרי אדה"א בראשית ע' שסא, והביאור שבתו"א נכלל שם. ד"ה זה נזכר לקמן קיד, א. לקו"ת ויקרא א, ד. ואילך. הסוגריים בהמאמר נמצאים גם בבד"כ 1824 שנכתב בחי' אדה"א.

3 המשפילי לראות בשמים ובארץ

“谁降卑自己，观看天上和地上的事？”意即 ה 俯察下方的一切。maamar 末尾将此句解读为：书面妥拉与口传妥拉把 ה 的光引下降下。(背景：Steinsaltz Tanakh)

תהלים קי"ג:ו' Psalms 113:6

המשפילי לראות בשמים ובארץ:

That looketh down low Upon heaven and upon the earth?

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

4 כי נר מצוה ותורה אור

Proverbs 中父亲的教导：“因为一条诫命 (מצוה, mitzvah) 是灯，妥拉是光，训诫的责备是生命之道。”maamar 将 מצוה 解释为灯的灯芯，将妥拉解释为灯光。(背景：Steinsaltz Tanakh)

משלי ו' כ"ג Proverbs 6:23

כי נר מצוה ותורה אור ודרך חיים תוכחות מוסר:

For the commandment is a lamp, and the teaching is light, And reproofs of instruction are the way of life;

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי ו, כג. ראה סה"מ תר"מ ח"ב ע' תצא וע' תשיב (בהנחת כ"ק אדמו"ר מהרש"ב).

5

נר הוי' נשמת אדם

“灯的灯是人的灵魂，探索内在的所有密室。”按其浅显义，ה 借着人自身灵魂的光，探索其内在生命。maamar 追问，灵魂在哪一意义上是一盏灯。(背景：Steinsaltz Tanakh)

משלי כ' כ"ז Proverbs 20:27

נר ה' נשמת אדם חפש כל־חדרי־בטן:

The spirit of man is the lamp of the L-RD, searching all the inward parts.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי כ, כז.

第3段

6

ואהבת וגו' בכל לבבך בבי' יצריך

引自《示玛》(Shema) 中摩西 (משה, Moshe) 对以色列所说的话：“你要全心、全魂、尽全力爱你的 הווי (Havayah)。”本篇 maamar 旨在阐明“全心”如何包括恶的倾向。(背景：Steinsaltz Tanakh)

דברים ו' ה' Deuteronomy 6:5

ואהבת את ה' אלקיך בכל־לבבך ובכל־נפשך ובכל־מאדך:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

ברכות ז"ד א' ו' ז' Berachot 54a:6-7

חייב אדם לברך על הוצאת קשם שמברך על הטובה, שנאמר: "ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך וגו'". "בכל לבבך" — בשני יצרים, ביצר טוב וביצר הרע. "ובכל נפשך" — אפילו הוא נוטל את נפשך. "ובכל מאדך" — בכל ממונה. דבר אחר: "בכל מאדך" — בכל מדה ומדה שהוא מודד לה הוי' מודה לו. לא יקל אדם את ראשו כנגד שער המזרח שהוא מכון קנגד בית קדשי הקדשים. ולא יננס להר הבית במקלו, ובמנעלו, ובפונדתו, ובאבק שעל רגליו. ...

A man is in duty bound to utter a benediction for the bad even as he utters one for the good ; as it is said, "And thou shalt love the L-rd thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might" (Deut. vi. 5) — "with all thy heart," i.e. with thy two impulses, with the good and the evil impulse ; "with all thy soul," i.e. even if He take thy soul; "with all thy might," i.e. with all thy wealth. Another ...

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC) · Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain)

KEHOT 注释

דברים ו, ה. ברכות נד, א.

7

אך הענין . כי ה' הוא אלקינו

这篇 maamar 中从“但事情是这样的”到“是我们的 ה” (Elokim) 的这一段，引自《Or HaTorah》(אור התורה) 的《Balak》篇。

KEHOT 注释

第7段

17 שמע ישראל

“以色列啊，你要听：（ה'）ה'是我们的（ה'）独一。”这篇 maamar 将“听”解作“明白”，并说明“我们的 ה'”指从 ה' 引出的创造之力。

Deuteronomy 6:4/ד' ו': דברים

שמע ישראל ה' אלקינו ה' אחד:

HEAR, O ISRAEL: THE L-RD OUR GOD, THE L-RD IS ONE.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

18 שמע לשון הבנה

《Idra Rabba》(אדרא רבא) 描述耳朵从脑中的一个腔室开启，并称耳朵和心都是辨识之处。Kehot 的注释引用此处，以支持将“听”解作明白。

Zohar III, 138b/חג קלח, בחג

KEHOT 注释

ראה חג קלח, ב. מאמרי אדה"א בראשית ע' שעד "והוא להיות הבחנה טוב במוח ולב כמו השמע לאזניך כו'."

19 פ' אלקינו הוא ענין ההתהוות בחי' ממכ"ע וסוכ"ע

《Or HaTorah》解释说：“我们的 ה'”意为我们的力量与生命力，也就是充满一切世界的光和环绕一切世界的光；“ה'，我们的 ה'”指智慧和理解，而理解是二者的源头。

KEHOT 注释

באה"ת בלק שם "אלקינו כחיינו וחיותינו והוא ענין ממכ"ע וסוכ"ע היינו כי הוי' אלקינו הוא חכמה ובינה אשר בינה הוא סוכ"ע וממכ"ע". וכ"ה ביהל אור ע' תמ ושם יש הג"ה לכאן.

第8段

20 והתהוות זו נמשך תמיד יש מאין

此注释提及米特勒雷贝 (אדמו"ר האמצעי) 关于持续不断地从无到有生成的相关论述。

KEHOT 注释

ראה מאמרי אדה"א בראשית ע' שעד.

21 אתה הוא קודם שנבה"ע

那段论述还引用了“我 ה' 并没有改变”以及“世界被创造以前，祢就是祂；祢仍是祂”，并解释说，ה' 不同于灵魂；灵魂会因身体所发生的事而受到影响，因为它确实包裹在身体之中。

KEHOT 注释

בתפלת השחר. וראה לעיל לו, א ובהנסמן לשם.

第10段

22 ושם שייך כח הפועל

《Yahel Or》就这一陈述援引了《Likkutei Torah》中的三处讨论。

KEHOT 注释

ביהל אור ע' תמ מציין לעיין בלקו"ת בד"ה ה' לי בעזורי פ"א. ובד"ה כי תצא דרוש הראשון ספ"ב. ובד"ה כי תצא דרוש השני פ"ב. וראה בארוכה

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

במאמרי אדה"א בראשית ע' שעד ואעפ"י שבכל מעשה בראשית נאמר בהם כמו ענין כח בעשי' ופועלה גשמיית ע"ש.

23 בדבר ה' שמים נעשו

诗篇作者赞美 ה' 的创造：“凭 הוי' (Havayah) 的话语，诸天被造；凭祂口中的气息，其中的一切天军都成。”本篇 maamar 借此说明，创造是一种言说，是王权 (מלכות, Malchus) 的层面。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Psalms 33:6/ו': תהילים

בדבר ה' שמים נעשו וברוח פיו כל-צבאם:

By the word of the L-RD were the heavens made; And all the host of them by the breath of His mouth.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים לג, ו. "נעשו בפו"מ כי הוא אמר ויהי כו' הוא ציוה באותיות מוח' שבדיבור דבר מלך שלטון כו' שגורר ומקיים, ונמצא בחי' המעשה שנק' כח הפועל האלקי בעשי' ממש". — מאמרי אדה"א בראשית ע' שעד ואילך בארוכה.

24 דבר מלך שלטון

《Koheles》(קהלת) 论及君王的权柄：“因为君王的话具有主宰权；谁能对他说：『你在做什么？』”君王的意愿仅凭其言语便得以施行，正如 ה' 通过祂的 מלכות 创造。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Ecclesiastes 8:4/ד': קהלת ח'

באשר דבר-מלך שלטון ומי יאמר-לו מה-תעשה:

Forasmuch as the king's word hath power; and who may say unto him: 'What doest thou?'

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

קהלת ח, ד.

25 וכאשר יעמיק . . אזי תבטל הנפש החיונית מהשכלתה בגשמיות

《Yahel Or》解释说，这是对知识树中善恶的混合层面——外壳 (kelipas nogah, קליפת נוגה) ——之智慧与理解的精炼。精炼情感属性则较难，因为器皿的破碎主要发生在七个较低的流溢属性，因此这些属性更容易在圣洁面前自我消融 (ביטול, bittul)。

KEHOT 注释

היינו בירור חו"ב שבק"נ בירור עה"ד טו"ר, דלכאורה בירור זה בקל יותר מבירור המדות כו' כי עיקר שבה"כ ה' בד"ת משא"כ בג"ר ולכן בקל יותר הם מתבטלים לגבי קדושה כו' — יהל אור ע' תמ.

26 אהבה עזה כרשפי אש

“因为爱如死亡般猛烈……它的火焰是火焰的烈焰。”本篇借用这一意象，说明由沉思而生的炽烈之爱。

Song of Songs 8:6/ו': שיר השירים

שימני כחותם עלי-לבך כחותם עלי-זרועך כחותם עלי-זרועך קשה כשאל קנאה קשפיה קשפי אש שלקבתיה:

Set me as a seal upon thy heart, As a seal upon thine arm; For love is strong as death, Jealousy is cruel as the grave; The flashes thereof are flashes of fire, A very flame of the L-RD.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

27

נכספה וגם כלתה נפשי

诗篇作者渴望圣殿：“我的灵魂渴慕，实在已为 ה' 的院宇而消耗殆尽。”本篇引用此句，说明那种渴慕至使灵魂消耗殆尽的爱。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 84:3 פ"ד:ג

נכספה וגם כלתה נפשי לחצרות ה' לבי ובשרי ירְגְנוּ אֶל אֱלֹהֵי:

My soul yearneth, yea, even pineth for the courts of the L-RD; my heart and my flesh sing for joy unto the living G-d.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים פד, ג.

28

מלכותך מכ"ע

“你的王权是一切世界的王权。”这表明 ה' 与一切世界的关系乃是王权关系。

Psalms 145:13 קמ"ה:יג

מלכותך מלכות כל־עלמים וממִשְׁלֶתְךָ בְּכָל־דּוֹר וָדוֹר:

Thy kingdom is a kingdom for all ages, And Thy dominion endureth throughout all generations.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים קמה, יג.

第 11 段

29

ועמד לא חפצתי בארץ

亚萨 (אסף) 在为恶人的亨通而挣扎之后，对 ה' 说：“除你以外，我在天上还有谁？在地上，与你同在，我别无所愿。”这表达了一种不容其他愿望存在的渴望。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 73:25 כ"ה:כ"ג

מִי־יֵלֵךְ בַּשָּׁמַיִם וְעָמַד לֹא־חָפְצָתִי בָאָרֶץ:

Whom have I in heaven but Thee? And beside Thee I desire none upon earth.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים עג, כה.

30

כלה שארי ולבבי

“我的肉身和我的心都消耗殆尽； ה' 是我心的磐石，是我永远的福分。”这篇 maamar 将“消耗殆尽”解作灵魂在爱中燃烧，如同油在火焰中燃烧。

Psalms 73:26 כ"ו:כ"ג

כָּלֶה שְׁאָרֵי וּלְבָבִי צוֹר־לִבִּי וְחֶלְקִי אֱלֹקִים לְעוֹלָם:

My flesh and my heart faileth; But G-d is the rock of my heart and my portion for ever.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

31

ואזי תהי' החכ' שבנפש החיונית כשמן

Yahel Or 指出，“生命之魂中的 חכמה”是辉光（נוגה）之 חכמה，正如本篇 maamar 的解说（ביאור, biur）所言。

KEHOT 注释

היינו חכמה דנוגה כמ"ש בהביאור — יהל אור ע' תמ.

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

32

נר ה' נשמת אדם

“ ה' נשמת אדם חפש כלי־חַדְרֵי־בָשָׂר: ”这里，灵魂是灯芯，把爱的火焰与油连接起来；这油就是动物之魂（נפש, nefesh habahamis）。

Proverbs 20:27 כ"ז:כ"ו

נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם חָפֵשׁ כְּלֵי־חַדְרֵי־בָשָׂר:

The spirit of man is the lamp of the L-RD, searching all the inward parts.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

33

ואהבת וגו' בכל לבבך

“你要尽你的全心爱 ה'”，这句话应理解为要以两种倾向去爱；动物之魂转化后的爱，便实现了这一点。

Deuteronomy 6:5 ה'ה:ו

וְאַהֲבָתָה אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל־לִבְּךָ וּבְכָל־נַפְשְׁךָ וּבְכָל־מְאֹדְךָ:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

34

צעק לבם

在哀悼耶路撒冷的经文中说：“他们的心向 ה' 呼喊。”这篇 maamar 用这句话表达一种呼喊：一颗心自身的火已转向 ה'。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Lamentations 2:18 ח"ח:ב

צָעַק לָבָם אֶל־אֲדֹנָי צִיּוֹן חֲמוֹת בַּת־צִיּוֹן הוֹרִידִי כְנָחַל דְּמָעָה יוֹמָם וּלְיָלָה אֶל־תִּתְּנִי פִּגְמָה לָךְ אֶל־יָתֶדֶם בַּת־עֵינֶיךָ:

Their heart cried unto the L-rd: 'O wall of the daughter of Zion, Let tears run down like a river Day and night; Give thyself no respite; Let not the apple of thine eye cease.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

第 12 段

35

שהמצוה יש לה סגולה פרטית

该注释就诫命的特殊功效指向该处。

KEHOT 注释

ראה אה"ת פ' מטות ע' א'רעא.

36

וענין נר של המצוה . . להעלות את נה"ב

Yahel Or 对这段有一条注释。

KEHOT 注释

ביהל אור ע' תמה יש הגה"ה לכאן.

37

ולקשרה באו"ס ב"ה

该注释提到本篇 maamar，谈到借着诫命将灵魂系于无限之光。

KEHOT 注释

ראה ד"ה לולב וערבה בהמשך תרס"ו.

38

כי המצות הם לבושין . . זורקין אותו למעלה יותר

从“因为诫命是衣裳”到“它被抛得更”这一段，引自《Or HaTorah》(אור התורה) 关于 Nach 的部分。

KEHOT 注释

מובא באוה"ת פ"ך כרך א ע' לא.

39 — כמא' אק"ב בקדש העליון

中间的雷贝详细解释说，这种圣洁是至高无上的圣洁，高于所有更高层次的圣洁。

KEHOT 注释

בארוכה במאמרי אדה"א בראשית ע' שצא: ובח' קדושה זו דהיינו קדושה העליונה ביותר שלמעלה מכל בח' קדושו' העליונות ע"ש.

40 צורה בצרור החיים את ה'

亚比该 (אביגיל) 对大卫 (דוד) 的祝福；当时大卫正逃避扫罗 (שואל)：“我主的灵魂必与 ה' (Havayah) ——你的系在生命之束中”；而他仇敌的灵魂，则如投石器中的石子一般被甩出去。本篇 maamar 将这段话应用于披覆在诫命 (מצוות, mitzvos) 之中的灵魂。(背景：Steinsaltz Tanakh)

I Samuel 25:29 א כ"ה: כ"ט

וְיָקָם אָדָם לְרֹדֵף וּלְבָקֵשׁ אֶת־נַפְשׁוֹ וְהִנֵּה נָפֶשׁ אֲדֹנָי צְרוּרָה בְּצִרּוֹר הַחַיִּים אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ וְאֵת נַפְשׁ אֲבִיךָ יִקְלָעֶנָּה בְּתוֹךְ כַּף הַקָּלָע:

And though man be risen up to pursue thee, and to seek thy soul, yet the soul of my lord shall be bound in the bundle of life with the L-RD thy G-d; and the souls of thine enemies, them shall he sling out, as from the hollow of a sling.

Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

第 13 段

41 כצרור אבן במרגמה

“把石头系在投石带上，正如把尊荣给愚人一样。”本篇论述 (מאמר, maamar) 只运用这个意象：系在投石带中的石头飞得更高，正如环绕灵魂的诫命 (מצוה, mitzvah) 将灵魂提升。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Proverbs 26:8 משלי כ"ו: ח

כְּצִרּוֹר אֶבֶן בְּמַרְגָּמָה כְּנִיּוֹתָן לְכִסִּיל כְּבוֹד:

As a small stone in a heap of stones, So is he that giveth honour to a fool.

Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי כו, ח. ראה לקמן עו, א. לקו"ת אחרי כו, ב. דרושים ליוה"כ"פ סט, ד. ובארוכה מאמרי אדה"א כתובים (הוצאה א) ע' טו ואילך. וביהל אור מציין "זו"ש במשנה רפ"ד דאבות שמצוה גוררת מצוה כו' ". בסה"מ תרכ"ז ע' לג מציין לכאן.

42 טלית ותפלין . . בח' מקיף

注释再次指向这篇 maamar，此处谈到祈祷披巾和经匣作为包围性之物。

KEHOT 注释

ראה ד"ה לולב וערבה תרס"ו הנ"ל. יהל אור ע' תמ. "דודאי יש בכח הנשמה באדם לכוון בק"ש ביחוד בכוונה ורעותא דלבא כו', ולמה הוצרך להקדים בתחלה מצות טו"ת דוקא כו' " — מאמרי אדה"א בראשית ע' שצד.

43 ימי שנותינו בהם שבעים שנה

摩西 (משה) 的祈祷：“我们一生的年岁是七十年。”本篇论述说，人所分配到的日子，与他必须提升的动物之魂 (נפש)

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

的火花相对应。(背景：nefesh habahamis, הבהמית Steinsaltz Tanakh)

Psalms 90:10 תהילים צ"י: י

יְמֵי־שְׁנוֹתֵינוּ כֶּהֱם שְׁבַעִים שָׁנָה וְאִם בְּגִבּוֹרֹת שְׁמוֹנִים שָׁנָה וְרַהֲבָם עָמָל וְאָנוּ כִּי־גֹז חַיִּשׁ וְנָעָפָה:

The days of our years are threescore years and ten, Or even by reason of strength fourscore years; Yet is their pride but travail and vanity; For it is speedily gone, and we fly away.

Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

44 ללמוד בכל יום דבר חדש

在诸诫命中，Zohar (זהר) 列出了一项义务：勤奋研习妥拉 (תורה, Torah)，并使其每天都有所增益，以修正自己的灵魂与灵。Kehot 的注释指出，这是每天学习新内容的依据。

Zohar I, 12b זח"א יב, בב

KEHOT 注释

זח"א יב, ב. לקוטי שיחות ח"ד ע' 1163. ובלקו"ש ח"ט ע' 386 הערה 45: "וראה אגה"ק סכ"ו (קמה, א). הלי ת"ת לאדה"ז פ"ב ס"ב " ע"ש. וראה שם ע' 373.

45 כל המצות נקראות בשם צדקה

在那里，阿尔特雷贝解释，履行诫命是从下方上升至其根源，由此使托拉之光显耀，“因为所有诫命都称为施舍”；正如经文所写：“若我们谨守遵行这一切诫命，这就算为我们的施舍。”

KEHOT 注释

להלן מב, ג.

46 צדקה תרומם גוי

“施予 (צדקה, tzedakah) 使一国高升。”本篇论述将 צדקה 解作慈善施予；这个名称涵盖所有诫命 (מצוות, mitzvos)，而诫命会提升灵魂。

Proverbs 14:34 משלי י"ד: ל"ד

צְדָקָה תְּרוֹמֵם־גּוֹי וְחַטָּא לְאֻמִּים תִּשְׁאָת:

Righteousness exalteth a nation; But sin is a reproach to any people.

Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי יד, לד. נסמן לעיל א, ב.

47 להחיות רוח שפלים

י"שעיהו (ישעיהו) 宣告：祂居于高处，也与心灵破碎、谦卑的人同在，“为使谦卑者的灵重新得生，使心灵破碎者的心重新得生。”下界对穷人的慈爱，与 ה' 从上方便灵魂重新得生相对应。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Isaiah 57:15 ישעיהו ט"ו: ט"ז

כִּי כֹה אָמַר רִם וְנָשָׂא שֹׁכֵן עַד וְקָדוֹשׁ שְׁמוֹ מְרוֹם וְקָדוֹשׁ אֲשֶׁכּוֹן וְאֵת־דָּכָא וּשְׁפִלִירֹחַ לְהַחְיֹת רוּחַ שְׁפִלִים וּלְהַחְיֹת לֵב נִדְכָּאִים:

For thus saith the High and Lofty One That inhabiteth eternity, whose name is Holy: I dwell in the high and holy place, With him also that is of a contrite and humble spirit, To revive the spirit of the humble, And to revive the heart of the contrite ones.

Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

Talmud (תלמוד) 将穷人列为四种被视同死者的人之一。Kehot 的注释也指出, Zohar 中有数处经文记载了这句话。

Nedarim 64b:6 ב'י' דררים ס"ד ב'י' נדרים

אמר רבי יהושע בן לוי: כל אדם שאין לו בנים — תשוב קמת, שנאמר: "הקה לי בנים ואם אין מתה אנכי". ותנאי, ארבעה חשוכין מת: עני, ומצורע, וסומא, ומי שאין לו בנים. עני — דקתיב: "כי מתו כל האנשים". מצורע — דקתיב: "אל נא תהי כמת". וסומא — דקתיב: "במחשכים הושיבני כמתי עולם". ומי שאין לו בנים — דקתיב: "הקה לי בנים ואם אין מתה אנכי".

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC)

Zohar II, 119a8, זח"ב קיט, זח"ג לג, ב ועוד.

Zohar III, 33b2, זח"ג לג, ב ועוד.

KEHOT 注释

נדרים סד, ב. זח"ב קיט, א. קנח, ב. זח"ג לג, ב ועוד.

“总要用左手推开, 用右手拉近。”本篇论述以“右手拉近”来指 的慈爱; 这慈爱将灵魂拉近。

Sotah 47a מ"ז סוטה

所爱之人渴慕地说: “他的左手在我头下, 他的右手拥抱我。”右手的拥抱就是环绕之光, 它将灵魂提升。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Song of Songs 2:6 ב'י' שיר השירים

שאלו תחת לראשי וימינו תחבקני:

Let his left hand be under my head, And his right hand embrace me.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

Yahel Or 建议将“托拉是光”读作一个整体意象: 诫命是灯芯, 托拉是光, 并对此作了详细讨论。

KEHOT 注释

ביהל אור ע' תמא "והנה יש לפרש ותורה אור דהמצוה היא הפתילה והתורה היא אור ע' תמא "ע"ש בארוכה.

此注释指的是本篇接近篇末之处, 论及托拉如何从上向下引下。

KEHOT 注释

ראה ד"ה זה היום תרנ"ז קרוב לסופו. ראה יהל אור ע' תמא שיש הגה"ה לכאן.

本段从“它正是光明与显现”到“不是光明与显现”这部分, 引自 Or HaTorah (אור התורה) 论《Vayikra》之处。

KEHOT 注释

מובא באוה"ת ויקרא כרך ב ע' תרפו.

大卫 (דוד) 的拯救之歌描绘 隐藏 在风暴云层之中: “祂以黑暗为自己的藏身之处。”这篇 maamar 将此应用于世界递降的链条; 它遮蔽了无限之光 (אור אין סוף, Or Ein Sof)。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Psalms 18:12 ב'י' תהלים

ישת־חשך סתרו סביבותיו וי־חשך־מים עבי שחקים:

He made darkness His hiding-place, His pavilion round about Him; darkness of waters, thick clouds of the skies.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים יח, יב.

约伯 (איוב) 论 的能力: “祂从黑暗中显明深奥之事, 把死亡的阴影带到光明之中。”这篇 maamar 将此应用于托拉; 托拉显明被隐藏的 (אור אין סוף, Or Ein Sof)。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Job 12:22 ב'י' איוב

מגלה עמקות מני־חשך וי־צא לאור צלמות:

He uncovereth deep things out of darkness, And bringeth out to light the shadow of death.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

איוב יב, כב.

“上行之歌: 我从深处向你呼求——(Havayah)。”这是从困苦的深坑、从心灵深处发出的呼求。这句话与托拉揭示“深奥之事”一同被引用。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Psalms 130:1 א'י' תהלים ק"ל

שיר המעלות ממעמקים קראתיך ה'

A Song of Ascents. Out of the depths have I called Thee, O L-RD.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים קל, א. ביהל אור ע' תמא יש הגה"ה "ע' בד"ה באתי לגני בפ' עמקו מחשבותיך שזהו ענין ממעמקים כו' .

以色列的君王和救赎主 借着以赛亚 (ישעיהו) 说: “我是首先的, 也是末后的; 除我以外, 再没有 。”这篇 maamar 将此理解为: 在创造之前、之后以及其间, 都同样临在。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Isaiah 44:6 ב'י' ישעיהו

כה־אמר ה' מלך־יִשְׂרָאֵל וְגֹאֲלוֹ ה' עֲבָאוֹת אֲנִי רִאשׁוֹן וְאֲנִי אַחֲרֹן וּמִבְלַעֲדֵי אֵין אֱלֹקִים:

Thus saith the L-RD, the King of Israel, And his Redeemer the L-RD of hosts: I am the first, and I am the last, And beside Me there is no G-d.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

ישע"י מד, ו. ראה יהל אור ע' תמא "אני ראשון ואני אחרון כו' זהו ענין
אמת "ע"ש. בלקו"ת ויקרא א, ד ואילך מציין לכאן.

第 16 段

58

אורייתא מחכמה נפקת

Kehot 的注释为这些文字指向 Zohar II, 121a.

Zohar II, 121a, זח"ב קכא,

KEHOT 注释

זח"ב קכא, א. וראה שם פה, א.

59

אורייתא מחכמה נפקת

《Zohar》(זהר) 在叶忒罗 (יתרו) 篇说：“妥拉由至高的智慧 (חכמה, Chochmah) 发出。” Kehot 的注释引述 Zohar 2:121a, 也指向这段经文。

ספר הזהר, יתרו כ"א:שע"ח-21:378-22:389
Zohar, Yitro כ"ב:שפ"ט

According to R. Judah, "father" represents Wisdom (Hokhmah) and "mother" Understanding (Binah). Said R. Judah: 'Both interpretations mean one and the same thing, for we have been taught that the Torah emanated from the Supernal Wisdom.' R. Jose said that the Torah emanated from Understanding, for it says: "to perceive the words of understanding" and "forsake not the Torah of thy mother" .

The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain)

第 17 段

60

לכבודי בראתיו

ה'应许要聚集以色列的流亡者：“凡称为我名下的，我为自己的荣耀创造了他，形成了他，也造了他。”这篇 maamar 将这三个动词分别对应于《塔木德》、米示拿和经书。（语境：Steinsaltz Tanakh）

ישעיהו מ"ג:7-Isaiah 43

כל הנקרא בשמי ולכבודי בראתיו ויצרתיו אף-עשיתיו:

Every one that is called by My name, and whom I have created for My glory, I have formed him, yea, I have made him.'

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

ישע"י מג, ז.

61

כבו"ד בגימטריא ל"ב

Kehot 对这些文字所列的出处指引（其注释见下方）。

KEHOT 注释

זהר ח"ג לג, א.

62

ל"ב נתיבות חכמה

《Sefer Yetzirah》(ספר יצירה) 开篇讲到“三十二条奇妙的智慧之道”，藉藉此创造了祂的世界。这篇 maamar 将这些道路与万物被创造所为的“荣耀”联系起来。

ספר יצירה א'א:1-Sefer Yetzirah 1

בשלשים ושתים נתיבות חכמה חקק י'ה צבאות אלקי ישראל
אלקים חיים ומלך עולם אל שדי רחום והנון רם ונשא שוכן עד מרום
וקדוש שמו וברא את עולמו בשלשה ספרים בספר וספר וספור:

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

Yah, the L-rd of hosts, the living G-d, King of the Universe, Omnipotent, All-Kind and Merciful, Supreme and Extolled, who is Eternal, Sublime and Most-Holy, ordained (formed) and created the Universe in thirty-two mysterious paths of wisdom by three Sepharim, namely: 1) S'for 2 (ספר; Sippur and 3) Sapher ספֿר which are in Him one and the same.

Sefer Yetzirah, Warsaw 1884 (Public Domain) · Sefer Yezirah, trans. by Isidor Kalisch. New York, 1877 (Public Domain)

63

ואור א"ס ב"ה שורה ומתגלה בחכמה

这段注释解释了阿尔特雷贝从他的老师那里听到的道理：为什么无限之光（אור אין סוף）甚至与流溢界（אצילות）结合，也只能先包裹于智慧（חכמה）之中。无限者（אין סוף, Ein Sof）是真正的唯一者，除祂以外别无存在；这正是智慧的层面。注释接着说，学习托拉使源于 ה' 的灵魂（נפש, nefesh Elohis）与无限之光结合；而实际履行诫命（מצוות, mitzvos），还会将这光引入身体和生命之魂，使之成为从头至脚环绕周身的环绕之光（מקיף, makif）。

KEHOT 注释

ראה תניא פרק לה בהגה"ה.

第 18 段

64

אני ה' לא שנית

הוי' 借玛拉基（מלאכי）向以色列说：“因为我——הוי'（Havayah）——没有改变。”这篇 maamar 将此应用于智慧（חכמה, Chochmah）中的显现；在那里，ה' 与创造之前无异。（背景：Steinsaltz Tanakh）

מלאכי ג':6-Malachi 3

כי אני ה' לא שנית ואתם בני-יעקב לא תליחם:

For I the L-RD change not; and ye, O sons of Jacob, are not consumed.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

מלאכי ג, ו.

65

רב יהודה דכולי תנווי בניזקין

《Talmud》(תלמוד) 说，在拉夫·耶胡达（רב יהודה）在世的那些年，他们所学的全是《损害篇》（בניזקין, Nezikin）；而后世则研习全部六部《Mishnah》。这篇 maamar 解释了为何他的学习以这些法律为中心。

ברכות כ' א:4-20a-Berakhot 20a

... אי משום תנוי, בשני דרב יהודה כולי תנוי בניזקין תהו, ואנו קא מתנינן שיתא סדרי. וכי הוה מטי רב יהודה בעוקצין, האשה שוכבשת נרק בקצרה, ואמרי לה זיתים שפכשו בשרפיהן טהורים, אמר: תויות דרב ושמואל קא תזינא חכא. ואנו קא מתנינן בעוקצין תליסר מתיבתא, ואילו רב יהודה כי הוה שליף חד מקסאניה, אתי מטרא, ואנו קא מצערנינו נפשינו ומצנח קא צוחינו, ולית דמשגח בן.

Rab Pappa asked Abbai : How were our predecessors different from us that miracles occurred for them but not for us? Is it a question of learning ? In the time of Rab Judah, their whole study was limited to the Order "Damages," whereas we study the six Orders; and when Rab Judah reached the paragraph in Mishnah 'Uksin : "If a woman presses vegetables in a pot" (some declare it was the paragraph : "Olives which are

pressed with their leaves are clean"), he said, "We see here the ...

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC) · Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain)

KEHOT 注释

ברכות כ, א. ראה אוה"ת פ' משפטים ע' א'צג. ובד"ה להבין ענין הילולא דרשב"י — תשל"ה (הנחה בלתי מוגה) "דגם ר"י היתה תורתו אומנתו כמו רשב"י, אלא שישנו חילוק ביניהם באופן הביטול שלהם "ע"ש.

66

ויתפרדו כל פועלי און

安息日的诗篇说：“看哪，你的仇敌，ה, 必将灭亡；一切作孽的人都必四散。”这篇 maamar 将此应用于借着托拉律法的裁决，把邪恶从圣洁中分离出来。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 92:10 תהילים צ"ב:י

כִּי הִנֵּה אֹיְבֶיךָ ה' כִּי־הִנֵּה אֹיְבֶיךָ יִאֲבְדוּ וְתִפְרְדוּ כָּל־פְּעֻלֵי אָוֶן:

For, lo, Thine enemies, O L-RD, For, lo, Thine enemies shall perish: All the workers of iniquity shall be scattered.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים צב, י.

67

הי פטור מן התפלה

《Talmud》教导说，那些以托拉为毕生专务的学者，如拉比西蒙·本·约海（רבי שמעון בן יוחאי）及其同伴，会中断学习以诵读示玛（שמע, Shema）[意为“听！”]，却不会为了祷告而中断学习。

Shabbat 11a:8 שבת י"א א:ח

ואם התחילו אין מפסיקין, מפסיקין לקריאת שמע. הא תנא לקה רישא אין מפסיקין? סיפא אתאן לדברי תורה. דתנא: קברים שהיו עוסקין בתורה — מפסיקין לקריאת שמע, ואין מפסיקין לתפלה. אמר רבי יוחנן: לא שנו אלא כגון רבי שמעון בן יוחאי וקביריו שתורתן אומנותן. אבל כגון אנו, מפסיקין לקריאת שמע ולתפלה.

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

שבת יא, א.

68

שהיתה תורתו אומנתו

注释指向该处关于妥拉是一个人的全部职业的论述。

KEHOT 注释

ראה אוה"ת ויקרא ע' רנו. לקו"ש ח"י"ז ע' 307. 356 ואילך.

69

אין זה ילוד אשה

《Talmud》以“他心中有对师尊的敬畏”来解释拉夫·耶胡达的行为；正如什穆埃尔（שמואל）对他说：“此人并非由女人所生。”

Niddah 13a:23 נדה י"ג א:כ"ג

והקא מאי בעיתותא איקא? איבעית אימא: ביעותותא דלילא ודאגרא, ואיבעית אימא: ביעותותא דרביה, ואיבעית אימא: ביעותותא דשכינה, ואיבעית אימא: אימתא דמריה עליה, דקרי שמואל עליה: "אין זה ילוד אשה".

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

נדה יג, א.

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

70

ואשים דברי בפך

ה'借以赛亚（ישעיהו）向以色列说：“我已将我的话放在你口中。”拉夫·耶胡达的托拉，乃是 ה' 藉他而发出的言语。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Isaiah 51:16 ישעיהו נ"א:ט"ז

וְאֲשֶׁם דְּבָרִי בְּפִיךָ וּבְצֶל יְדֵי כְּסִיתִיךָ לִנְטֹעַ שָׁמַיִם וְלִיסֹד אֶרֶץ וְלֵאמֹר לְצִיּוֹן עַמִּי־אֲתָהּ:

And I have put My words in thy mouth, And have covered thee in the shadow of My hand, That I may plant the heavens, And lay the foundations of the earth, And say unto Zion: 'Thou art My people.'

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

ישע"י נא, טז.

71

ודברי אשר שמתי בפך

ה'与归回者所立的约说：“我放在你口中的话，必不离开你的口。”同一道理：托拉的话由 ה' 赐下，并藉人说出。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Isaiah 59:21 ישעיהו נ"ט:כ"א

וְאֲנִי זֹאת בְּרִיתִי אִתְּם אָמַר ה' רוּחִי אֲשֶׁר עָלֶיךָ וּדְבָרִי אֲשֶׁר־שָׁמַעְתִּי בְּפִיךָ לֹא־יִמְאָשׁוּ מִפִּיךָ וּמִפִּי יֵרָע וּרְעָךְ אָמַר ה' מִעַתָּה וְעַד־עוֹלָם:

And as for Me, this is My covenant with them, saith the L-RD; My spirit that is upon thee, and My words which I have put in thy mouth, shall not depart out of thy mouth, nor out of the mouth of thy seed, nor out of the mouth of thy seed's seed, saith the L-RD, from henceforth and for ever.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

ישע"י נט, כא.

72

מתניתין מלכתא

《Talmud》中的说法“《Mishnah》为王后”（מתניתין, matnisin malkesa），是一个记号，用来记住哪些教导出自拉夫·马尔基亚（רב מלכיא）。这篇 maamar 将其解读为描述《Mishnah》是一道王命。

Beitzah 28b:14-15 ביצה כ"ח ב:י"ד-ט"ו

רב פסא אמר: מתניתין ומתניתא — רב מלכיא. שמעתתא — רב מלכיא. וסימניה: מתניתין מלכתא. מאי ביניהון? איבא ביניהון שפחות. מתני' לא יאמר אדם לטבח: שקול לי בדינך בשר, אבל שוחט ומחלק ביניהם.

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

ביצה כח, ב. וראה לקמן מט, ב.

73

שיהי' הפסק כך

《Toras Shmuel》解释说，拉夫·耶胡达研习 Nezikin，判无辜者无罪、判有罪者有罪，由此将外壳与神圣分开，使“一切作孽者都离散”；他通过妥拉中的言语，在上方也促成相同的裁决，这就是审判（משפט, mishpat），使“每件事都各得其所”。该书在 p. 380 补充说，研习律法可以使受压迫者脱离压迫者。

KEHOT 注释

בתורת שמואל תרכ"ז ע' רעא (הוצאת תש"ס ע' רצז) מבאר זה "כמו"כ ע"י הלימוד שלמד בסדר נזיקין וזיכה את הזכאי וחייב את החייב עי"ז הפריד הקליפה מהקדושה להיות יתפרדו כל פועלי און כו'. נמצא שע"י

דבורו בתורה גרם למעלה לזכות את הזכאי כו' וז"ע בחי' משפט שיהי' כל דבר על מכונו " עכ"ל ע"ש. וראה שם ע' שפ "היינו כי ע"י לימוד דינים עי"ז מציל העשוק מיד עשוקו."

74

מלך במשפט יעמיד ארץ

“君王凭公正使国土稳固。”一个国度依靠君王的公正与秩序而立；Mishnah (משנה) 的裁决犹如君王的公正，使一切各安其位。(语境：Steinsaltz Tanakh)

Proverbs 29:4: משלי כ"ט:ד

מֶלֶךְ בַּמִּשְׁפָּט יַעֲמִיד אֶרֶץ וְאִישׁ תְּרוֹמוֹת יִהְיֶה נָתָן:

The king by justice establisheth the land; but he that exacteth gifts overthroweth it.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי כט, ד.

第19段

75

ויהי בישרון מלך

摩西 (משה) 的祝福：“耶书仑 (יִשְׁרוּן) 中有王，在百姓的首领聚集之时。”这里的“王”可能指在西奈显现的 ה', 也可能指摩西；这篇 maamar 将其解释为摩西，临在 (שכינה, Shechinah) 借着他说话。(语境：Steinsaltz Tanakh)

Deuteronomy 33:5: דברים ל"ג:ה

וַיְהִי בִישְׁרוֹן מֶלֶךְ בְּהִתְאַסֵּף רָאשֵׁי עַם יִתְדֵי שְׁבֵטֵי יִשְׂרָאֵל:

And there was a king in Jeshurun, When the heads of the people were gathered, All the tribes of Israel together.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

דברים לג, ה.

76

ושכינה היתה מדברת

在那里，阿德莫尔·哈扎肯说，在未来时代，“我要住在你们中间”时，“הוי' (Havayah) 说”这一层面的神圣言语将显露出来，正如临在从摩西的喉中发声一样；一个人在 Shema 祷文的“一”处达到献身，便会达到“我所安置在你口中的话语”。

KEHOT 注释

נסמן לעיל לה, א.

第20段

77

ותמלא כדה ותעל

在井旁，利百加 (רבקה) “下到泉边，装满她的水罐，又上来。”这篇 maamar 将她的水罐解读为汲取上界之水的妥拉 (תורה, Torah)。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Genesis 24:16: בראשית כ"ד:ט"ז

וַתֵּעַר טַבַּת מִרְאָה מֵאֵד בְּתוּלָה וְאִישׁ לֹא יָדָעָה וַתֵּרֶד הָעֵנָנָה וַתִּמְלֵא כֶּדָה וַתַּעַל:

And the damsel was very fair to look upon, a virgin, neither had any man known her; and she went down to the fountain, and filled her pitcher, and came up.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

בראשית כד, טז.

78

כ"ד ספרין דאורייתא

| 注释在此指向妥拉的二十四卷。

Tikkunei Zohar, Tikkun 21 · 47a:12–14 תקוני'ז תיקון כא

כ"ד ספרין דאורייתא ודאי אינון כ"ד דאתמלי מן ימא עלאה דאוריית' דאיהי כלילא דחמשיין אתוון דיהודא דאינון כ"ה וכ"ה דמיחדין בהון לקב"ה ב' זמנין. וכד סליק י"ם חמשיין. דא איהו ישאו נהרות דכים בהפוך אתוון דך ואיהו כ"ד. ודך איהו צדיק בהאי כד. בגין דאיהו תבירא בגלותא. שכינתא דאיהי כד עליה אתמר לב נשבר ונדכה אלקים לא תבזה.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

ראה ת"ז תרי' כא (מו, ב). אוה"ת בראשית מז, א. וראה לעיל יח, א.

79

כ"ד ספרין דאורייתא

在 Tikkun 21 中，《Tikkunei Zohar》(תיקוני זהר) 将水罐 (kad, 解读为二十四 (כ"ד) 卷妥拉，盛满了来自上界之海的水。Kehot 的注释将这段文字标为 46b；在 Sefaria 上则见于 47a。

Tikkunei Zohar 47a:12–14 תקוני זוהר מ"ז א: י"ב-י"ד

כ"ד ספרין דאורייתא ודאי אינון כ"ד דאתמלי מן ימא עלאה דאוריית' דאיהי כלילא דחמשיין אתוון דיהודא דאינון כ"ה וכ"ה דמיחדין בהון לקב"ה ב' זמנין. וכד סליק י"ם חמשיין. דא איהו ישאו נהרות דכים בהפוך אתוון דך ואיהו כ"ד. ודך איהו צדיק בהאי כד. בגין דאיהו תבירא בגלותא. שכינתא דאיהי כד עליה אתמר לב נשבר ונדכה אלקים לא תבזה.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

80

כד שנשאב מים העליון

| Or HaTorah 解释说，Yesod 之罐就是书面妥拉的二十四卷。

KEHOT 注释

ראה אוה"ת נ"ך כרך ב ע' תתכט: וכד דיסוד זהו כ"ד ספרין של תושב"כ ע"ש.

81

והיו הדברים האלה

在 שמע (Shema) 中，摩西 (משה) 对以色列说：“我 (אנוכי, Anochi) 今日吩咐你的这些话，要在你心上。”这篇 maamar 特别强调“我”：诫命 (מצוות, mitzvos) 源自 ה' 自身。

Deuteronomy 6:6: דברים ו' ו:ז

וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנִי מְצַוְךָ הַיּוֹם עַל־לְבָבְךָ:

And these words, which I command thee this day, shall be upon thy heart;

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

דברים ו, ו.

第21段

82

חכים ולא בחכמה ידיעא

“祂是智慧的，却非凭借可知的智慧”，出自以利亚 (אליהו) 在《Tikkunei Zohar》(תיקוני זהר) 中的祈祷，描述托拉的神

圣智慧，与人的智力相反。

Tikkunei Zohar 17b:3-4 ד'ג:ב:ג:ד'ג:ב:ג:ד'

אנת חכים ולא בחכמה ידיעא. אנת הוא מבין ולא מבינה ידיעא. לית לך אתר ידיעא אלא לאשתמודעא תוקפך וחילך לבני נשא. ולאחזאה לון איך אתנהיג עלמא בדינא וברחמי דאיון צדק ומשפט כפום עובדיהון דבני נשא. דין איהו גבורה. משפט עמודא דאמצעיאת. צדק מלכותא קדישא. מאזני צדק *תרין סמכי קשוט. הין צדק אות ברית. כללא לאחזאה איך אתנהיג עלמא.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

83

ה' בחכמה יסד ארץ

“以智慧奠立大地；祂以理解建立诸天。”这篇讲论（ה'），**אין סוף**（**maamar**，**מאמר**）居于智慧之中，即托拉的智慧。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Proverbs 3:19 משלי ג' י"ט

ה' בַּחֲכָמָה יִסֵּד אֶרֶץ כֹּגֶן שָׁמַיִם בְּתִבְיוֹנָה:

The L-RD by wisdom founded the earth; By understanding He established the heavens.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי ג, יט.

84

נר ה' נשמת אדם

“灯，是人的灵魂。”这里的“灵魂”指源于 ה' 的灵魂（**נפש האלקית**）；对它的观照必须先行。

Proverbs 20:27 משלי כ' י"ז

נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם חֶפֶז כְּלִי-חֲדָרִי-בָשׁוֹן:

The spirit of man is the lamp of the L-RD, searching all the inward parts.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

85

ואהבת וגו' בכל לבבך

“你要尽心爱你的 ה'”，要以两种倾向来爱，正如这篇 **מאמר** 开篇所解释的。

Deuteronomy 6:5 דברים ו' ה:ו

וְאַהַבְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל-לִבְּךָ וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-מְאֹדְךָ:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

86

רוח אייתי רוח

《Zohar》（**זהר**）教导说，在下方被唤起的灵，会带来并引下来自上方的灵。这篇 **מאמר** 将此理应用于对源于 ה' 的灵魂（**נפש האלקית**，**nefesh Elohis**）的观照；这种观照必须先行。

Zohar II, 162b זח"ב קסב,

KEHOT 注释

זח"ב קסב, ב.

87

אם ישים אליו לבו

以利户（**אליהוא**）说：“若祂将心放在他身上，便会把他的灵和气息收归自己。”也就是说，若 ה' 把心意放在人身上，人便无法继续活着。这篇 **מאמר** 将此句解释为：人把心转向

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

ה', 于是把自己的灵引向祂，正如“灵引来灵”。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Job 34:14 איוב ל"ד:י"ד

אִם-יָשִׁים אֵלָיו לִבּוֹ רוּחוֹ וְנִשְׁמָתוֹ אֵלָיו יֵאָסֶף:

If He set His heart upon man, If He gather unto Himself his spirit and his breath;

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

איוב לד, יד.

88

וימלא כבוד ה'

探子事件之后，ה' 起誓说：“然而，我指着我的生命起誓，**ה'** 的荣耀必充满全地。”这篇 **מאמר** 将此句解作提炼物质世界的目标。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Numbers 14:21 במדבר י"ד:כ"א

וְאוֹלָם חַי-אֲנִי וְיִמְלֵא כְבוֹד-ה' אֶת-כָּל-הָאָרֶץ:

But in very deed, as I live—and all the earth shall be filled with the glory of the L-RD—

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

במדבר יד, כא.

第 22 段

89

המגביהי לשבת

“谁能像 ה'（**Havayah**）、我们的 ה' 那样，高居于上（**המגביהי לשבת**，**hamagbihi lashaves**）呢？”本篇把 **המגביהי לשבת** 解作“举起”（**yud**），即借着诫命（**מצוות**，**mitzvot**）提升 ה'（**heh**）中的 ה'。

Psalms 113:5 תהילים קי"ג:ה

מִי כֹה' אֱלֹהֵינוּ הַמַּגְבִּיֵּה לְשִׁבְתּוֹ:

Who is like unto the L-RD our G-d, That is enthroned on high,

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) • JPS 1917 (Public Domain)

90

פני המגביהי י' . . נעשה ה'

Yahel Or 解释说，不应把这次上升理解为光的撤去；因此这里也把它描述为 **heh** 的提升。

KEHOT 注释

ראה יהל אור ע' תלח "ור"ל שלא תאמר עלי' זו היא הסתלקות האור . . עז"א שהוא הגבהת הה' ג"כ "ע"ש. וראה במאמרי אדה"א בראשית ע' תכג "דלכאורה יפלא מ"ש המגביהי ביו"ד שהוא לשון גוף ה"ל המגביה לשבת, אלא יו"ד זה הוא בחי' נקודה דאין דחכמה שבכתר "ע"ש. לקו"ת שלח מד, ד.

91

נעשה ה' ע"י היו"ד

Kehot 对这些文字所列的出处指引（其注释见下方）。

KEHOT 注释

פרדס שער כ"ז ספ"ז בשם הרע"מ.

92

וצדקה תרומם גוי

“义行（**צדקה**，**tzedakah**）使一个民族兴起。”这里，义行将 ה' 中的 י 提升至无限之光（**אור אין סוף**，**Or Ein Sof**）。

Proverbs 14:34 משלי י"ד:ל"ד

צִדְקָה תְּרֹמֵם-גּוֹי וְחֶסֶד לְאֲמִים תִּשָּׂאת:

Righteousness exalteth a nation; But sin is a reproach to any people.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

משלי יד, לד.

93

מכון לשבתך

海之歌：“你要领他们来，将他们栽种在你产业的山上；**ה'**啊，你所造的居所，是供你居住之处。”本篇把“居住”解释为造出一个让**אור אין סוף**居住的地方。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Exodus 15:17 שמות ט"ז:י"ז

תבאמו ותטעמו בהר נחלתה מכון לשבתה פעלת ה' מקדש אדני כוננו נדיד:

Thou bringest them in, and plantest them in the mountain of Thine inheritance, The place, O L-RD, which Thou hast made for Thee to dwell in, The sanctuary, O L-rd, which Thy hands have established.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

94

וישב ה' מלך לעולם

“洪水之时，**ה'**坐着；**ה'**永远作王（לעולם，le' olam）。”本篇也把 לעולם（le' olam）解释为“在世界之上”：统治世界，乃是**ה'**降低自身之举。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 29:10 תהילים כ"ט:י

ה' למבול יָשָׁב וַיֵּשֶׁב ה' מֶלֶךְ לְעוֹלָם:

The L-RD sat enthroned at the flood; Yea, the L-RD sitteth as King for ever.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

תהלים כט, י.

第 23 段

95

המשפילי לראות בשמים

“那位使[自己]俯身察看天上和地上。”本篇 maamar 将“天上”解作成文妥拉，将“地上”解作口传妥拉。

Psalms 113:6 תהילים קי"ג:ו

הַמְשַׁפִּילִי לְרֹאוֹת בַּשָּׁמַיִם וּבָאָרֶץ:

That looketh down low Upon heaven and upon the earth?

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

96

שמע ישראל

“以色列啊，你要听：**ה'**是我们的**ה'**，**אלקים**是独一的。”本篇 maamar 将这“听”——灵魂的沉思观照——与妥拉的“看见”相对照。

Deuteronomy 6:4 דברים ו':ד

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל ה' אֱלֹהֵינוּ ה' אֶחָד:

HEAR, O ISRAEL: THE L-RD OUR GOD, THE L-RD IS ONE.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

97

כי עין בעין יראו

以赛亚书中谈到锡安的守望者将要歌唱：“因为当**ה'**回归锡安时，他们必面对面看见。”本篇 maamar 以此指一种如同

מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

亲眼看见般的**ה'**显现，在下界如同在上界一样。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Isaiah 52:8 ישעיהו נ"ב:ח

קול צפירה נשא קול יחדו ורגנו כי עין בעין יראו בשוב ה' ציון:

Hark, thy watchmen! they lift up the voice, Together do they sing; For they shall see, eye to eye, The L-RD returning to Zion.

Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA) · JPS 1917 (Public Domain)

KEHOT 注释

ישע' נב, ח.



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

关于本版

This edition contains the Hebrew text, the English translation, our explanations和the notes.

The Hebrew text of Torah Ohr: © Kehot Publication Society, via Sefaria, CC BY-NC 4.0; formatting adapted.

Our English translation, made from the Hebrew without Kehot's notes: CC BY-NC 4.0.

Our explanations, with the overview, the questions and the page for children: CC BY-NC 4.0.

The notes: Kehot's marei mekomos ("Sources and References" , including the Rebbe's notes) © Kehot Publication Society, via Sefaria, CC BY-NC 4.0; formatting adapted; our notes on them: CC BY-NC 4.0.

引文出处 (经 Sefaria) : Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA); The Holy Scriptures: A New Translation (JPS 1917) (Public Domain); William Davidson Edition - Vocalized Aramaic (CC-BY-NC); Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain); Constantinople, 1740 (CC-BY-NC); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Sefer Yetzirah, Warsaw 1884 (Public Domain); Sefer Yezirah, trans. by Isidor Kalisch. New York, 1877 (Public Domain).

This edition as a whole: CC BY-NC 4.0. Shuls, schools and non-profit projects may copy, print and share it freely, and may ask for donations to cover the cost of printing; it may never be sold. Credit Kehot Publication Society and likuteitorah.com. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

英文译文和讲解: 由 AI 协助为 likuteitorah.com 编写 (openai/gpt-6-luna-pro:batch), 并对照希伯来文和 Sefaria 核查; 尚未经人工编辑审核。重要内容请对照希伯来文核实。

雷贝曾要求在该周内学习本周帕拉沙的迈玛尔, 即「哈西德帕拉沙」, 并分七天学完 (Sichah of Shabbos Parshas Vayakhel 5725 · Toras Menachem vol. 42, pp. 306–309)。为何要学习, 以及雷贝的祝福: likuteitorah.com/about/the-chassidishe-parsha/

免费、非商业项目; 本站内容均不出售。与 Kehot、Sefaria 或卢巴维奇图书馆均无隶属关系。© likuteitorah.com

摘自 likuteitorah.com/zh-Hans/torah-ohr/mikeitz/11/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok