



《托拉·奥尔》·帕拉沙 NOACH · 玛玛尔 1

מים רבים לא יוכלו לכבות את האהבה ונהרות...

众水不能熄灭爱情



谋生的压力，即“众水”，不能熄灭灵魂与生俱来对 **ה'** 的爱；恰恰相反，一个人整日沉浸其中，随后在祈祷中转向 **ה'**，这些压力反而会使灵魂升至无限的爱，高于它降入世间之前所知的层次。

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/noach/1/

核心思想

谋生的压力，即“众水”，不能熄灭灵魂与生俱来对 **ה'** 的爱；恰恰相反，一个人整日沉浸其中，随后在祈祷中转向 **ה'**，这些压力反而会使灵魂升至无限的爱，高于它降入世间之前所知的层次。

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

阿尔特雷贝 (**אדמו"ר הזקן**) 将《雅歌》(**שיר השירים**, Song of Songs) 中的“众水”解作谋生的忧虑与忙碌。这些不能熄灭源于 **ה'** 的灵魂 (**נפש האלקית**, nefesh Elohis) 内藏的爱 (**אהבה מסותרת**, ahavah mesuteret)；这爱如火焰，自然向其源头升腾，甚至能使灵魂升至它降世之前更高的层次。以赛亚 (**ישעיהו**) 称这些为“诺亚之水”；诺亚 (**נח**, Noach) 意为安息。洪水不仅是为了毁灭，也是为了洁净大地，如同浸身池 (**מיקוה**, mikveh)；同样，当圣殿中超自然的祝福停止后开始的谋生劳役，也会像地狱 (**גיהנום**, Gehinnom) 一样洁净灵魂。一个人从整日物质的“黑暗”中出来，在祈祷时思索整个受造界不过是 **ה'** 的光辉，便会被激发出“尽你一切力量”的爱；这种爱没有限度，因为它汲取自动物之魂 (**נפש הבהמית**, nefesh habahamis)，其根源在混沌界 (**תהו**, Tohu)，高于源于 **ה'** 的灵魂的根源。因此，方舟，也就是祈祷的话语 (**תיבה**, teivah；这个词也指“词语”)，被众水托举起来；经商的人可以比学者祈祷得更深。这就是低阶安息日 (**שבת תתאה**, Shabbos tata'ah)；在未来，高阶安息日将显现自上而来的更大之爱。

提纲

- 众水不能熄灭的爱** ¶1-2
“众水”是谋生事务带来的牵挂；它们不能熄灭源于 **ה'** 的灵魂与生俱来的爱，反而能使灵魂升至它降世之前更高的层次。
- 诺亚之水** ¶3
诺亚意为安息；洪水像浸身池一样洁净大地，而谋生的劳役也像地狱一样洁净灵魂，使其升至最高层次。
- 劳役究竟是什么** ¶4
这里所说的不是异族统治或税赋，而是谋生的忧虑；当圣殿中的超自然祝福流溢时，人们并不知晓这种忧虑。
- 从黑暗中生出的光** ¶5-7
经商一日后在祈祷中的思索，会点燃“尽你一切力量”的无限之爱；这种爱唯有通过动物之魂才能产生，因为动物之魂在坠落的混沌界诸王中的根源，高于源于 **ה'** 的灵魂的根源。
- 祈祷的方舟** ¶8-10
由众水筑成的“方舟”是 **תיבה**，既指方舟，也指祈祷的话语；它被一日中的众水高高托起。经商的人可以比学者祈祷得更多。

6 低阶安息日

¶11

正如六个工作日之后，世界在安息日升腾，一日的劳作也在祈祷中升腾；这是每周之中安息日的一道光辉。

7 高阶安息日

¶12

在未来，即“全然是安息日的那一天”，将显现自上而来的大爱——至高的慈爱（חסד, Chesed）；它甚至高于由众水激发的爱。

核心概念

众水 מים רבים

谋生的牵挂与忧虑，以及世俗事务带来的种种念头；它们可能淹没一个人对 ה' 的觉知。

内藏的爱 אהבה מסותרת

每个犹太人灵魂中与生俱来的对 ה' 的爱，即使人没有感受到它，它也始终存在；它如火焰一般，奋力向源头升腾。

灵的安息 (naycha d' rucho) נייחא דרוחא

这是诺亚之名的含义：劳作之后的安宁与升腾，也是安息日的内在特质。

劳役 שעבוד

在这篇 maamar 中，指流亡时期谋生的负担与忧虑；它像洪水洁净大地一样洁净灵魂。

黑暗中生出的光之超越 יתרון האור מן החשך

黑暗被制伏（אתכפיא, iskafya）并被转化（אתהפכא חשוכא, is' hapcha chashocha）后所产生的更大光明；它胜过从未经历黑暗的光明。

尽你一切力量 בכל מאדך

对 ה' 最高、无限的爱；这种爱从与其对立面——动物之魂——的搏斗中生起。

动物之魂 נפש הבהמית

赋予身体及其种种驱力生命的灵魂；它最终的根源在坠落的混沌界诸王中，高于源于 ה' 的灵魂的根源，因此与它交锋会产生更高的爱。

方舟／言语 תיבה

תיבה既指诺亚的方舟，也指一个词语；方舟就是祈祷的话语，被一日中的众水托举起来。

低阶与高阶安息日 שבת תתאה ושבת עילאה

低阶安息日是劳作之后的安息，每周以及每次祈祷中都能体现；高阶安息日则指 משיח (Moshiach) 时代的未来，届时将显现自上而来的爱。

众水不能熄灭的爱

1 **מים רבים^{1,2} לא יוכלו לכבות את האהבה ונהרות לא ישטפוה אם יתן איש את כל הון ביתו באהבה בוז בבוזו לו.**

“众水不能熄灭爱情，江河也不能冲去它；若有人为爱情献出他家中全部财物，也必遭彻底藐视。”

这篇 maamar 以《雅歌》中的一节经文开篇；Chassidus 将它解读为 ה' 与犹太民族之间的爱情之歌。经文宣告，无论洪水多么汹涌，都无法熄灭这份爱；maamar 接下来会说明“众水”指什么，以及它们为何不能将这份爱熄灭。

הנה מים רבים הם כל טרדות הפרנסה³ והמחשבות שבעניני עוה"ז⁴ כו' ועכ"ז [ועם כל זה] לא יוכלו לכבות את האהבה

如今，“众水”指一切为谋生而操劳的事务，以及关于此世之事的种种思虑，等等；然而它们“不能熄灭爱情”——

阿尔特雷贝将“众水”解释为日常的工作生活：为谋生而承受的持续压力，以及关于世间事务不断涌现的思绪。这些事可能挤占一个人对 ה' 的觉知，却不能真正熄灭他对 ה' 的爱。

שהוא בחי' האהבה המוסתרת שיש בכל נפש מישראל⁵ בטבע מבחי' נפש האלקי' שטבעה לעלות וליכלל תמיד למעלה כשלהבת העולה מאליה

这爱乃是隐藏之爱的层面，是每个以色列灵魂天生具有的；它源自源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis），而这灵魂的本性，是不断向上升起、融入上方，犹如自行上升的火焰。

这份得以长存的爱，是每个犹太人天生具有的“隐藏之爱”（אהבה המוסתרת, ahavah mesuteres），无论他是否感受到它。它属于源于 ה' 的灵魂；这灵魂自然奋力向上，渴望回归本源，就像火焰凭其本性自行向上升腾，毫不费力。

כמ"ש לעיל מיניה רשפיה רשפי אש⁶ שלהבת יה שהוא בחי' שלהבת הבאה מלמעלה שהיא הנפש האלקית שקודם התלבשותה בגוף הגשמי היתה נהנית מזיו השכינה והיתה מיוחדת בתכלית היחוד בא"ס ב"ה.⁷

正如其前一节所写：“它的火花是火焰的火花，是 ה' 的火焰。”这就是从上方而来的火焰这一层面：它指源于 ה' 的灵魂；在它被包裹于肉身之前，它曾享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉，并与无限者（אין סוף, Ein Sof）达至绝对的合一；愿祂受称颂。

“众水”之前的那节经文，将这份爱描述为“火焰的火花，是 ה' 的火焰”：这是源于神圣之处的火焰。它指源于 ה' 的灵魂；在进入肉身之前，这灵魂曾享受灵性世界中 ה' 临在的光辉，并与无限者完全合一。它渴望上升，正是对那次合一的忆念。

2 ולזאת גם אחר התלבשותה בגוף הגשמי לעסוק בענינים גשמיים שהן הנקראים מים רבים עכ"ז [עם כל

זה] לא יוכלו לכבות⁸ ה מלהיות תמיד בבחי' אהבה ותשוקה נפלאה לעלות וליכלל למעלה ואדרבה

因此，即使它披覆于肉身之中，去从事种种物质事务——这些事务被称为“众水”——然而，它们仍“不能熄灭”它，使它不再恒常处于爱与奇妙渴望之中，一心上升并归入上界。相反，

因为灵魂的爱就是它本有的性质，所以灵魂进入身体、忙于物质事务，并不会使这爱消逝。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）把这些物质方面的涉入称为“众水”，并强调它们不能扑灭灵魂那恒常渴望上升、消融于^ה的心志。

ע"י התלבשותה במים רבים הנ"ל יכולה להגיע למדרגה היותר גבוה מקודם שירדה לעוה"ז⁹ כאשר

יתבאר:

藉着它披覆于上述“众水”之中，它能够达到一个比它下降到这个世界之前[所处的层次]更高的层次，正如接下来将要阐明的：

接着，这篇 maamar 提出一个大胆的论点：灵魂不只是经受住了对世俗事务的投入；正是藉着这投入，它能够达到比下降到这个世界之前更高的层次，即使那时它沐浴在^ה临在的光辉之中也是如此。这篇 maamar 其余部分将解释其中的缘由。

第2节 · 13

诺亚之水

3 והנה בחי' מים רבים¹⁰ הנ"ל נק' מי נח וכמ"ש (ישע"י [ישעיה] נד) אשר נשבעתי מעבור מי נח עוד על

הארץ כן נשבעתי מקצף עליך¹¹ ומגער בך (עיי' בספר עיר גבורים)¹² כי

现在，上文所说的“许多水”这一层面，称为“诺亚（נח, Noach）之水”，正如经上所写（以赛亚书 54）：“我曾起誓，不再让诺亚之水漫过大地；我也起誓，不向你发怒，也不斥责你。”（参见《Ir Gibborim》（עיר גבורים）。因为

以赛亚将^ה应许不再向以色列发怒，与洪水之后^ה起誓不再让“诺亚之水”漫过大地相比较。阿尔特雷贝把先知所用的“诺亚之水”这一说法，作为世间生活中“许多水”的名称，并请读者参阅《Ir Gibborim》；该书由《Kli Yakar》妥拉注释的作者所著。

הנה נח הוא נייחא דרוחא¹³ שהוא בחינת שביתה כאדם השובת ממלאכתו. וכמ"ש וישבת ביום השביעי^{14,15} ותרגמו ונח ביומא שביעאה¹⁶ כו'.

Noach这个名字意为安息。《Zohar》(זהר)将它解读为“精神安息”(נייחא דרוחא, naycha d' ruha)，这属于停止的层面，如同一个人停止工作。正如经上所写：“祂在第七日停止了 (וישבת, vayishbos)”；而《昂克罗斯译本》[将此译为]：“祂在第七日安息了 (ונח, venach)”，等等。

Noach这个名字意为安息：《Zohar》将它解读为“精神安息”，即工作结束时所生的安定、满足之感。作为依据，妥拉说 ה'在第七日“停止了”，而昂克罗斯的亚兰语译本把这个词译作与Noach同根的“安息了”。

ומ"ש נח נח ב"פ [ב' פעמים]¹⁷ הם נייחא דעילאי¹⁸ ונייחא דתתאי שהוא בחי' שבת תתאה ושבת עילאה שיהיה לעתיד שנק' יום שכולו שבת¹⁹ משא"כ שבת תתאה אינו כולו שבת כאשר יתבאר.

至于经上两次写道“诺亚，诺亚”，这是指上层者的安息与下层者的安息，也就是下层安息日与上层安息日的层面；后者将在未来时代到来，称为“全然是安息日的一日”。相比之下，下层安息日并非全然是安息日，正如后文将要阐明的。

经文重复写下名字“诺亚，诺亚”，米德拉什解释说，这一重复是指上层众生的安息与下层众生的安息。阿尔特雷贝将它们对应于两种安息日：我们如今所知的每周“下层安息日”，其安息并不彻底；以及弥赛亚时代的“上层安息日”，即“全然是安息日的一日”。本篇论文稍后会解释这两者。

כי הנה לכאורה אינו מובן ענין המבול שאם היה רק להעביר ולשחת האנשים החוטאים למה הוצרך לבחי' רעש גדול כזה הלא ברגע א' היה ביכולי [ביכולת] ה' להעבירם אף בלא המבול.

因为，乍看之下，洪水一事令人不解：倘若它只是为了除去并毁灭犯罪的人，为何需要如此巨大的变故？显然，ה'完全能够在一瞬间除去他们，即使不借助洪水也能做到。

阿尔特雷贝现在提出：ה'为何要降下洪水？如果目的只是毁灭恶人，祂本可以顷刻间悄然做到；历时一年的水患浩劫，必定另有目的。

אך באמת היה המבול בא לטהר את הארץ²⁰ שנאמר כי מלאה הארץ חמס²¹ ונתקלקלה מאד והיה נצרך לטהרה ולזאת בא המבול²² דוקא שהוא בחי' מים בכדי לטהר את הטמאים

但实际上，洪水是为了洁净大地而来，正如经上所说：“因为大地充满了强暴。”大地已经极其败坏，需要得到洁净。因此，洪水特意以水的层面降临，为要洁净不洁之物，

答案出自《塔木德》：洪水是为洁净大地本身而来，因为大地已被其上发生的强暴所败坏。惩罚之所以特意采取水的形式，是因为在妥拉律法中，水是洁净的媒介。

שהוא כדוגמת המקוה מ' סאה²³ שהיא מטהרת את הטמא כמו כן היה המבול בא בכדי לטהר את כל הארץ

这如同盛有四十个液量单位（סאה, se' ah）水的礼仪浸池（מקוה, mikveh），能够洁净不洁之物；同样，洪水也是为洁净整片大地而来，

这里以礼仪浸池为例：它必须至少容纳四十个液量单位的水，才能洁净人或器皿。洪水实际上就是整片大地的礼仪浸池。

וכמ"ש (יחזקאל לו) וזרקתי עליכם מים טהורים וטהרתם²⁴ כו' ולזאת נקראים מי נח שנעשה מזה נייחא דרוחא כו'.

正如经上所写（以西结书36）：“我必将洁净的水洒在你们身上，你们就洁净了”，等等。因此，它们称为“诺亚之水”，因为由此产生了“精神安息”，等等。

以西结书中，应许“将洁净的水洒在”以色列身上，这表明水是属灵洁净的媒介。洪水之水洁净了世界，由此带来Noach这个名字所表示的“精神安息”，所以它们称为“诺亚之水”。

והנה שעבוד הפרנסה נק' ג"כ מי נח וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] שבחר לו²⁵ אברהם אבינו שעבוד נגד גיהנם.

现在，谋生所受的劳苦也称为“诺亚之水”，正如我们的贤者所说：我们的先祖亚伯拉罕（אברהם, Avraham）为自己选择了受奴役，而非地狱（גיהנם, Gehinnom；死后净化灵魂之地）。

现在，阿尔特雷贝把这一点应用于工作生活：必须辛劳谋生，也属于“诺亚之水”。米德拉什记述，当亚伯拉罕向亚伯拉罕显明未来时，他为自己的后裔选择了流亡受奴役，而不是地狱（灵魂死后受净化之处）；阿尔特雷贝将这种受奴役理解为谋生的重担，它如同地狱一样，能使灵魂得到净化。

שכמו שאי אפשר להנשמה לבא בג"ע [בגן עדן] ליהנות מזיו השכינה עד שתדך קודם לכן בגיהנם וכמו שאמרו גבי אחר מוטב דלידייני' וליתי לעלמא דאתי

正如灵魂不可能进入伊甸园，享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉，除非它先降入地狱（גיהנם, Gehinnom）——正如人们论及阿赫尔（אחר, Acher，意为“另一个人”）时所说：“宁可让他受审判，然后进入来世。”——

他解释了为何这种洁净是必经的阶段。灵魂若不先经历地狱的涤净，就不能进入伊甸园享受神圣的光辉；因此，塔木德论及那位偏离正道后被称为阿赫尔（“另一个人”）的贤者以利沙·本·阿布雅（אלישע בן אבויה, Elisha ben Avuyah）时说，宁可让他受审判并得到净化，使他得以进入来世。

וגם לטבול בנהר דינור כמ"ש במ"א.²⁶ כמ"כ [כמו כן] ע"י שעבוד יכולים לעלו' למעלה מעלה למדרגה היותר גבוה.

还要[它]在火之河（נהר דינור, Nehar Dinur）中浸浴，正如别处所解释的；同样，借着劳役，人能够不断上升，达到最高的层次。

此外，灵魂从下层伊甸园升往上层伊甸园时，必须浸入“火之河”，以忘却它先前所知的较低层次的愉悦。同样，谋生的劳役虽然痛苦，却能净化灵魂，使它得以攀升至最高的层次。

第3节 · 14

劳役究竟是什么

4 והנה שעבוד אין הפי' מה שיש עלינו עתה מלך ושנוטל מאתנו מס שגם בזמן בהמ"ק [בית המקדש] היה עלינו מלך ישראל והמס היה ביותר כידוע שחלק עשירי הוצרך כ"א [כל אחד / כל אחת] ליתן.²⁷

现在，“奴役”并不是指如今有君王统治我们、向我们征收税赋；因为在圣殿时期，以色列也有君王统治我们，税赋甚至更重。众所周知，每个人都必须缴纳十分之一。

阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）阐明，此处“奴役”的含义并非政治上的屈从或纳税：圣殿时期，以色列也有君王向百姓征税，而且税赋更重，征收十分之一。

אלא הכוונה היא שבזמן שבהמ"ק [שבית המקדש] היה קיים היה נמשך ברכה והשפע' עצומה עד שא"י [שארץ ישראל] היתה ארץ זבת חלב ודבש²⁸ כו'

相反，意思是：圣殿尚存时，祝福与极其丰盛的福泽不断流降，以致以色列地成为“流淌着奶与蜜的土地”等等，

真正的区别在于，圣殿尚存时，ה'的祝福丰盛地流降，以致以色列地确实成为“流淌着奶与蜜的土地”。

שלא ע"פ הטבע כלל כמ"ש²⁹ בגמ' [בגמרא] סוף מסכת כתובות ולא היה כלל דאגות וטרדת הפרנסה.

完全不是依循自然规律，正如《Gemara》（גמרא）《Kesubos》（כתובות）末尾所说；而且，人们完全没有谋生方面的忧虑或操劳。

正如《Kesubos篇》末尾的《Gemara》所描述，那种丰盛超乎自然，因此人们无需为谋生而忧虑。由此可见，流亡中的“奴役”，就是在公开降临的祝福止息后，为谋生而忧虑、操劳。

从黑暗中生出的光

5 ועתה יש לכאנ"א [לכל אחד ואחד] יגיעות וטרדת הפרנסה לעסוק בעניני עוה"ז הגשמי והוא בחי' מים

רבים הנ"ל שנק' מי נח

如今，每个人都必须劳苦，并为谋生而忧心，忙于这物质世界的事务；这就是前文所说的“众多的水”这一层面，被称为“挪亚（נח, Noach）之水”，

阿尔特·雷贝指出，圣殿被毁之后，每个人都必须劳作并为谋生操心。他说，这正是经文所称的“众多的水”，也是以赛亚所称的“挪亚之水”。

שהוא בחי' נייחא דרוחא לפי שע"י מים רבים הנ"ל מתעלית הנשמה למדרגה היותר גבוה מקודם

התלבשותה כו' שהיתה רק נהנית מזיו השכינה כו'

这就是心神安息（נייחא דרוחא, naycha d' rucha）这一层面，因为通过前文所说的“众多的水”这一层面，灵魂被提升到比它穿入身体之前更高的层次；在那时，它不过是享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉，等等。

之所以称为“安息之水”，是因为它们使灵魂获得比进入身体之前更高的满足。那时它只是享受 ה' 的光辉；如今，它通过在世间的奋斗，能够升至更高之处。

וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] יפה שעה אחת בתשובה ומע"ט [ומעשים טובים] בעוה"ז מכל חיי

העוה"ב [העולם הבא]^{30,31} לפי שהוא בחי' יתרון האור מתוך החושך דוקא שהוא בחינת אתכפייא סט"א

[סטרא אחרא] ואתהפכא חשוכא כו'

正如我们的先贤所说：“在这个世界中，一小时的回归（תשובה, teshuvah）与善行，胜过来世全部的生命。”这是因为，光[从黑暗中而来]的优越性，恰恰在于它出自黑暗；这就是压伏（אתכפייא, iskafya）另一面（סטרא אחרא, sitra achra），以及把黑暗转化为光明（אתהפכא חשוכא, is' hapcha chashocha）这一层面，等等。

《米示拿》所教导的“在这个世界中，一小时的回归与善行胜过整个来世”，正表达了这一点。这种优越性来自“黑暗中的光”：压伏另一面（与神圣相对的力量），以及把黑暗本身转化为光，所产生的光明胜过从未经历黑暗的光。

שכשעוסק כל היום בענינים גשמיים בטרדת הפרנסה שהם הנק' חשך ומתבונן אח"כ בתפלה איך שאין

לך עשב מלמטה³² שאין לו מזל מלמעלה³³ כו'

因为，一个人若整日忙于物质事务，为谋生而奔波——这些正是所谓的“黑暗”——随后在祷告中思索：“地上每一根草叶，上方都有与之相应的天上力量（מזל, mazal）”，等等——

接下来，他具体说明这一过程如何发生。一个人整日专注于营生，这就是“黑暗”；随后，他在祷告中思索先贤的教导：每一根草叶都有一个在上界的 מזל，即一种指引它生长的灵性力量。

שהם המזלות שהם המשפיעים חיות כל עוה"ז וכמ"ש (דברים לג) וממגד תבואות שמש וממגד גרש³⁴
כו'

这些 **מזלות** 将生命力传递给整个世界，正如经上所写（《申命记》33）：“太阳所出产之物的丰美，以及 [月亮] 所结出之物的丰美”，等等——

这些 **מזלות** 是天上的力量（与星宿相关），生命力正是通过它们传递给世间万物。摩西（משה, Moshe）赐给约瑟（יוסף, Yosef）的祝福提到太阳和月亮所催熟的出产，这说明天体支配着大地上的生长。

והמזלות הם מקבלים מע' שרים והשרים מקבלים משמרי אופנים והם מקבלים מהמלאכים וגבוה מעל גבוה עד שכולם מקבלים מבחי' מלכותו ית'

这些 **מזלות** 从七十位王子那里领受，王子们从 **אופנים** 的守护者那里领受，而后者从天使那里领受；一层高于一层，直到他们全都从祂的王权（מלכות, Malchus）这一层面领受，愿祂受颂赞；

这一番思索沿着影响力的链条逐级上溯：**מזלות** 从七十位受命统管各民族的天使“王子”那里领受；这些王子从更高的天使——“**אופנים** 的守护者”，即以“轮”为意象的天使类——那里领受，如此层层向上，每一层都从高于自己的层次领受，直到一切都从 **ה'** 的王权、也就是祂创造并治理世界的属性领受。

וכמ"ש מלכותך מלכות כל עולמים³⁵ שמהווה את כל העולמות מאין ליש ממש והוא רק בחי' זיו השכינה בלבד שאינו

正如经上所写：“你的王权是统辖一切世界的王权。”它使一切世界从虚无中成为实有；而这不过是临在的（שכינה）光辉这一层面，

王权是使一切世界从绝对虚无中成为存在的力量，正如经文“你的王权是万世的王权”所说。然而，这整个创造的力量不过是临在的光辉，即从 **ה'** 发出的光。

אלא בחי' זיו והארה בעלמא בלבד לגבי מהותו ועצמותו יתבי' [יתברך] כביכול שהוא בבחי' א"ס ממש היה הוה ויהיה בלי שינוי ממש וכמאמר אתה הוא קודם שנברא ואתה הוא לאחר שנברא כו'.

相对于祂的自体与本质——愿如此说——它不过是微微的光辉；而祂的本质真正处于无限者（אין סוף, Ein Sof）的层面，过去、现在、将来全无任何改变；正如那句话所说：“世界被创造之前，你就是那一位；世界被创造之后，你仍是那一位”，等等。

与 **ה'** 自身的本质相比，那光辉不过是一缕微光。祂的本质真正无限，不因创造而改变，正如礼仪中的话所说：世界被创造之前如此，世界被创造之后也如此。

ואחרי התבוננוי [התבוננות] כל הנ"ל בעומק הדעת תתעורר נפשו בבחי' אה' ותשוקה נפלאה כרשפי אש לצאת מתוך החשך והעלם הגשמי הזה ורק לדבקה בו ית'

在深入认知（דעת, Daas）中思量上述一切之后，他的灵魂便会被唤起，生发出奇妙的爱与渴慕，如火焰般迸射，渴望脱离这物质性的黑暗与遮蔽，唯独依附于祂，愿祂受称颂，

一个人若深入思量这些内容，而非浮于表面，他的灵魂便会被爱与渴慕点燃，如“火焰般迸射”，令人想起本文开篇的经文。他渴望冲出物质世界的黑暗与遮蔽，唯独依附于 ה'。

וכמ"ש (תהלים עג) מי לי בשמים ועמך³⁶ לא חפצתי כו' שלא יחפוץ כלל לא בג"ע [בגן עדן] התחתון ולא בג"ע [בגן עדן] העליון שהם רק בחי' זיו והארה בלבד

正如经上所写（《诗篇》73）：“我在天上有谁呢？除你以外，我别无所求。”等等——他对下层或上层的伊甸园都不应有丝毫欲求，因为它们仅仅是光辉与光照的层面而已，

诗篇作者呼喊：“我在天上有谁呢？除你以外，我别无所求。”这表达了这样的爱。这样的人甚至不求下层或上层的伊甸园，也就是灵魂所享有的属灵奖赏，因为它们也不过是 ה' 的光辉，并非 ה' 本身。

וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] צדיקים יושבים³⁷ וכו' ונהנין מזיו השכינה כ"א לדבקה בו ית' ליכלל בבחי' מהותו ועצמותו ית' ונק' בזה"ק [בזהר הקדוש] לאשתאבא בגופא דמלכא³⁸ כו'

正如我们的贤者——愿他们的记忆蒙福——所说：“义人坐着……并享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉”——然而，他只愿依附于祂，融入祂的自体与本质这一层面，愿祂受称颂；神圣的《Zohar》（זהר）称此为“融入君王的身体”，等等。

塔木德将来世描述为义人享受“临在的光辉”；但这种爱所渴求的远不止光辉。它渴望融入 ה' 的自体，正如《Zohar》所说，成为“融入君王的身体”。

ונק' בחי' אהבה זו בחי' תשובה שהוא בחילא יתיר³⁹ שבאה דוקא מתוך החשך שהיה עוסק רק בענינים גשמיים והבלי עולם.

这种爱被称为归回（תשובה, teshuvah）这一层面，具有“更强大的力量”，因为它恰恰从黑暗中生起；那时，他只忙于物质事务和世俗虚妄之事。

这种爱是一种归回 ה'。Zohar说，归回者以“更强大的力量”事奉，胜过完全正直的人，因为他们的爱从黑暗中迸发而出；他们曾沉浸于物质事务之中。

לפי שיתרון האור הוא מתוך החשך דוקא. ונקי אהבה זו בחי' בכל מאדך שהוא בלי גבול ממש שבאה דוקא מן ההפוך שהוא החשך

因为光的优势恰恰来自黑暗。这种爱被称为“尽你一切力量”（מאדך, me' odecha）这一层面；它确实毫无限量，因为它恰恰来自与之相反的一方，也就是黑暗，

既然从黑暗中生出的光更为卓越，这种爱便被称为“尽你一切力量”，即《示玛》中的第三种、也是最高层次的爱，意指毫无限量的爱。它之所以毫无限量，正是因为它从自己的反面生发出来。

וכמ"ש טוב זה מלאך חיים (טוב) מאד⁴⁰ זה מה"מ [מלאך המות]⁴¹ שע"י ההפוך והחשך דוקא שהוא בחי' נה"ב [נפש הבהמית] יכולים לבא לבחי' אהבת בכל מאדך שהוא בלי גבול ממש.

正如经上所写：“好，这是生命天使；‘甚（מאד, me' od）好’，这是死亡天使。”正是借着相反的一方，尤其借着黑暗——也就是动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）这一层面——人才能达到“尽你一切力量”之爱这一层面；这种爱确实毫无限量。

贤者们将 ה' 对受造界所作的判定“甚好”解释为甚至包含死亡天使：“好”是生命天使，“甚”是死亡天使。阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）将此应用于动物之魂：它所带来的对立，恰恰使“甚”成为可能，也就是“尽你一切力量”那种毫无限量的爱。

והיינו לפי שבשרשה למעלה מעלה שורש נה"ב [נפש הבהמית] גבוה יותר מבחי' נפש האלקית וכמ"ש (בראש"י [בראשית] לו) ואלה המלי' אשר מלכו⁴² כו'

这是因为在其极其高远的根源中，动物之魂的根源高于源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）这一层面，正如经上所写（《创世记》36）：“这些是曾作王的诸王”，等等，

原因颇为出人意料：动物之魂在其最终根源上，源自高于源于 ה' 的灵魂的层面。经文列举以东诸王，证明他们曾“在以色列有王作王以前”作王。

לפני מלך מלך לבנ"י [לבני ישראל] שהוא בחי' נפש האלקית רק שע"י שבה"כ [שבירת הכלים] נפלו למטה מטה כמ"ש וימלך וימת כו' אבל בשרשם הם למעלה מעלה⁴³ מבחי' נפש האלקית.

“在以色列子民中有任何君王作王以前”；这指的就是源于 ה' 的灵魂这一层面。只是由于器皿破碎，它们才跌落到极低之处，正如经上所写：“他作王，又死了”，等等。但在它们的根源中，它们远高于源于 ה' 的灵魂这一层面。

在卡巴拉中，这些以东诸王代表混沌之境（תהו, Tohu），那是一个光极其强烈的领域，先于秩序井然的修正之境（תיקון, Tikun）；源于 ה' 的灵魂属于后者，即“以色列诸王”所属的世界。混沌之境的器皿无法容纳其中的光，因而破碎，于是经文反复说“他作王，又死了”；所以，根源于其中的力量虽源自远高于源于 ה' 的灵魂之处，却跌落到了极低之处。

6 ולזאת גם כמו שנפלו למטה יש להם תגבורת על נפש האלקית מפני ששרשם הוא מבחי' מלוכה שהוא בחי' התנשאות כו'.

因此，即使它们已经堕落到下层，仍能凌驾于源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）之上，因为它们的根源出自王权这一层面；王权正是自我高举的层面，等等。

由于动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）的根源在混沌之境（תהו, Tohu）的诸王那里，即使它处于堕落状态，也有力量支配源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית）。它的根源是“王权”，而君王的本性是自我高举；因此，נפש הבהמית具有强烈的自我膨胀。

וגם האדם מקבל חיות מבחי' בהמות ומאכלים ובלעדן אינו יכול לחיות משא"כ המאכלים אינם צריכים אל האדם.

人也从动物和食物这一层面获得生命力（חיות, chayus）；没有它们，人便无法生存，而食物却不需要人。

更高根源的第二个标志是：人作为最高的受造物，其生命来自动物和食物；没有它们便无法生存，而它们却不需要人。较高者依赖较低者，表明较低者有更高的根源。

7 וכל זה מפני שבשרש שרשם למעלה הם גבוהים הרבה מבחי' הנשמות ולזאת ע"י ירידת והתלבשות נפש האלקית בנפש

这一切都是因为，它们在上方的根源之根远高于灵魂的层次。因此，源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）下降并包裹在

Alter Rebbe重申这一原则：在它们最深处的根源中，这些力量远高于灵魂。因此，源于^{ה'}的灵魂必须下降，并包裹在动物之魂之中。

הבהמית דוקא לעסוק בטרדות ומחשבות הפרנסה בענינים גשמיים שהם הנקראים מים רבים הנ"ל יכולה לבא לבחי' אהבת בכל מאדך.

动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）中，特意借此从事生计上的种种操劳与思虑，以及物质方面的事务——这些就是上文所说的“众水”——它便能达到“以你一切的力量去爱”的层次，

源于^{ה'}的灵魂借着动物之魂，在为生计忧虑、操劳，也就是处于“众水”之中时，能够达到“以你一切的力量去爱”的境界。

שהוא בלי גבול כנ"ל שהיא מדרגה היותר גבוה מהיותה קודם ירידתה בגוף שהיתה רק נהנית מזיו השכינה כו'.

这种爱是无限的，如上所述；这层境界高于它在下降进入身体之前的境界，那时它只是享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉，等等。

这种无限的爱高于灵魂进入身体以前所享有的境界；当时，它只是享受^{ה'}的光辉。

והיינו ע"י אתכפי"י [אתכפי"א] ואתהפכא חשוכא דוקא שהוא בחי' יתרון האור שמתוך החשך כנ"ל. לפי ששרשם למעלה גבוה ממדרגת נפש האלקית כנ"ל רק שנפלו למטה כמ"ש וימלך וימת כו' וע"י אתכפי"א נעשה תה"מ [תחיית המתים]:

这正是通过克制（אתכפי"י, iskafya）以及转化黑暗（ואתהפכא חשוכא, is' hapcha chashocha）而实现的；这正是上文所说的黑暗中所显出的光之优越。因为它们在上方的根源高于源于ה'的灵魂的层次，如上所述；只是它们堕落到了下方，如经文所说：“他作王，又死了”，等等；而借着אתכפי"י，死者复活便得以实现。

这只有通过אתכפי"י与ואתהפכא חשוכא，也就是克制并转化黑暗，才能实现。动物之魂的根源更高；克制它，便能释放出那更高的光。而这个克制的过程最终会带来死者复活，使物质身体本身也得到提升。

第5节 · 10-18

祈祷的方舟

8 וזהו מארז"ל [מאמר רבותינו זכרונם לברכה] יפה שעה א' בתשובה ומע"ט [ומעשים טובים] בעוה"ז מכל חיי העוה"ב [העולם הבא] כנ"ל. ולזאת נקראו מים רבים הנ"ל מי נח לפי שנעשה

而这正是我们的贤者ז"ל所说“在此世中，一小时的归回（תשובה, teshuvah）与善行，胜过来世的一切生命”这句话的[含义]，如上文所述。因此，上文所说的“众多的水”被称为“诺亚（נח, Noach）之水”，因为由此会产生

这解释了前面引用的《米示拿》：在此世中，一小时的归回与善行胜过来世，因为只有在此世，才有黑暗可以转化。这也解释了为什么“众多的水”以诺亚命名；“诺亚”有“安息”之意。

ע"י נייחא דרוחא שנעשה מהם תבת נח שהוא בחי' תיבות התפלה וכמ"ש בא אתה וכל ביתך אל התבה⁴⁴ כו'.

藉着[它们]而有心灵的安宁（נייחא דרוחא, naycha d' rucha）；因为由这些水造出了诺亚的方舟（תבת, teivah），这对应于祈祷字句（תיבות, teivos）的层面，正如经上所说：“你和你全家都进入方舟中”，等等。

生计之水形成方舟，即teivah；这个希伯来词也有“字句”之意。方舟就是祈祷的字句；ה'呼召诺亚与家人进入方舟，也就是呼召他全然进入祈祷的字句之中，在那里，一日的奋斗得以提升。

9 וזהו ויגברו המים⁴⁵ מאד כו' חמש עשרה אמה מלמעלה גברו המים⁴⁶ כו' שהוא בחי' תגבורת נפש הבהמית על בחי' נפש האלקית בעסק הפרנסה ועניינים הגשמיים אך עי"ז נעשה אח"כ יתרון אור כו' כנ"ל.

这就是[“水势大大增强”……，“水势在上方高出十五肘而占了上风”……]的意思：这指的是在谋生和各种物质事务中，动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）凌驾于源于^{ה'}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）之上的层面；然而，正是通过这一点，后来才产生了光明的增益……如上所述。

经文描述洪水上涨，水位高过群山十五肘。阿尔特雷贝将此解读为：人在专注于经营谋生之事时，动物之魂暂时支配了源于^{ה'}的灵魂；然而，正是这种支配，后来带来了祈祷中更大的光明。

10 וזהו ותלך התבה על פני המים⁴⁷ דוקא ותרם התבה⁴⁸ כו' שע"י המים דוקא מתעלות תיבות התפלה ועולה למעלה מעלה כנ"ל.

而这正是“方舟行在水面上”——特意如此——“方舟便升高了”等等[所表达的含义]：正是借着水，祈祷的词句（תיבות, teivos）才得以提升，并升到越来越高之处，如上所述。

“方舟行在水面上”，正是水本身把方舟托举高起。同样，祈祷的词句，恰恰因一天物质生活中的艰难奋斗这“水”而被提升，并升至最高的层面。

וזהו טעות הבעלי עסקים שבדעתם שאין יכולי' [יכולת] להתפלל כ"כ [כל כך] כמו היושבי אוהלים כי אדרבה נהפוך הוא שהם יכולים להתפלל יותר כי יתרון האור הוא מתוך החשך דוקא כו'.

这就是经商者的错误：他们以为自己不能像住在帐篷中的人那样多祈祷；其实恰恰相反，他们能够祈祷得更多，因为光的优势恰恰来自黑暗，等等。

实际的结论是：经商者常常以为自己不能像全职研习者——那些居于学习帐篷中的人——那样好好祈祷。阿尔特雷贝却说，事实恰恰相反：他们的祈祷能够达到更高之处，因为他们的光是从黑暗中显出的。

第6节 · 11

低阶安息日

11 וזהו שנק' מי נח נייחא דרוחא שהוא בחי' השבת כמ"ש כי בו שבת מכל מלאכתו⁴⁹ כו'.

这就是为什么挪亚之水被称为灵里的安歇（נייחא דרוחא, naycha d' rucha）；它属于安息日（שבת, Shabbos）的层面，正如经上所说：“因为在这日，祂停止了一切工作”，等等。

阿尔特雷贝解释，为什么挪亚的“安息”就是安息日。托拉说，在第七日，^{ה'} “停止了一切工作”；停止创造性的工作，正是安息日的特点。

שבו' ימי המעשה הוא בחי' התפשטות והמשכת מלכותו ית' למטה כמו ביום הראשון נאמר ויאמר אלקים⁵⁰ יהי אור כו'

因为六个工作日属于祂（愿祂受颂赞）的王权（מלכות, Malchus）向外展开、并向下延伸的层面；正如在第一日，经上说：“אלקים说：‘要有光。’”等等，

在创造的六日中，ה'的王权——祂创造万物的主权——向外、向下展开，延伸至越来越多的世界和受造物；每一日都以新的言语开始，首先是“要有光”。

יהי רקיע⁵¹ תדשא הארץ דשא⁵² כו' שנקראים ימי המעשה ובשבת הוא בחי' שביתה ממלאכה וניחא דרוחא שהוא עליית העולמות למעלה כאדם השובת ונח ממלאכתו.

“要有穹苍”，“地要长出植物”，等等；这些日子被称为工作日。而在安息日，属于止息工作、灵里的安歇（ניחא דרוחא）这一层面；这就是世界向上升起，如同一个人停止工作、从劳作中安歇。

后续的言语——穹苍与植物——延续了这种向外的流布，因此这些日子被称为“工作日”。到了安息日，流布的方向逆转：世界向上升起，回归其源头；这就如同一个人停止工作，从手头的事务中抽身而出、安歇下来。

כמו"כ [כמו כן] הוא בחי' טרדת⁵³ ועסק הפרנסה בענינים גשמיים שנק' מים רבים כשמתהפכים ועולים אח"כ בבחי' אלקות ע"י התפלה כנ"ל נק' בחי' זו בחי' ניחא דרוחא

同样，谋生之事使人忙碌、劳作于物质事务，这也属于一个层面；这些事务被称为“众多之水”。当它们转化，并随后借着祈祷升入אלקות这一层面时，如上所述，这一层面就称为ניחא דרוחא，

同样的模式也发生在人一周的生活中。一个人忙于生计的那一天，是向外“劳作”的；当这些事务借着祈祷而转化、升入אלקות时，所得的结果便是ניחא דרוחא，即灵里的安歇。

שהוא בחי' שבת כנ"ל כידוע שכל תפלה מו' ימי המעשה היא הארה מבחי' שבת^{54.55} כנ"ל. אך כל זה הוא שבת תתאה.

这就是安息日的层面，如上所述。众所周知，六个工作日中的每一次祈祷，都是安息日这一层面的光辉，如上所述。但这一切都只是较低层面的שבת。

因此，工作日的祈祷具有安息日的性质：每一次工作日的祈祷，都带有安息日的光辉，使世界升起。然而，阿尔特雷贝补充说，这一切都只是“较低层面的安息日”，也就是劳作之后的安息；与之相对的，是他接下来要引出的较高层面的安息日。

高阶安息日

12 ויש עוד בחי' שבת עילאה שהוא מה שיהיה לעתיד שנקרא יום שכולו שבת.⁵⁶ וזהו אשר נשבעתי

מעבור מי נח עוד על הארץ.⁵⁷

此外还有更高层面的安息日（שבת, Shabbos），即未来时代将有的安息日，称为“全然是安息日的一日”。这就是[……的含义]：“我曾起誓，不让诺亚（נח, Noach）的水再漫过大地。”

除了每周的安息日之外，还有一个“更高的安息日”：即弥赛亚时代，米示拿（משנה, Mishnah）称之为“全然是安息日的一日”。阿尔特·雷贝现在回到以赛亚书中，起誓不再带来“诺亚之水”的经文。

כי הנה אף שהם באו לטהר אך לא בכל זמן צריך טהרה כ"כ [כל כך]. כן נשבעתי מקצף עליך ומגער בך.

因为，尽管这些水曾来施行洁净，但并非每个时期都需要如此多的洁净。“所以我起誓，不再向你发怒，也不再斥责你。”

这些水曾发挥洁净的作用，但洁净并非永远都需要。未来，当世界得到精炼时，奴役与忙碌的“水”将不再需要，因此，起誓，不再向以色列发怒或斥责他们。

כי הנה אף שמבואר למעלה⁵⁸ שע"י בחי' מים רבים הנ"ל נעשה יתרון אור כו'. שהוא בחי' אהבת בכל מאדך כנ"ל.

因为，尽管上文已经阐明，借着上述“众水”这一层面，会产生光的优势，等等；这就是“尽你一切力量去爱”这一层面，如上所述，

阿尔特·雷贝承认自己已经阐明的内容：“众水”使光因黑暗而显得更有优势，带来“尽你一切力量去爱”那无边无际的爱。

עכ"ז [עם כל זה] יש עוד בחי' אהבה רבה הבאה מלמעלה שהיא למעלה מעלה אף מבחי' האהבה שבאה ע"י מים רבים הנ"ל.

然而，还有另一层面：由上而来的伟大之爱（אהבה רבה, ahavah rabbah），它远远高于、甚至超越借着上述“众水”而产生的爱。

然而，还有一种更高的爱，即“伟大之爱”（ahavah rabbah）；它不是由人从下方努力而产生的，而是从上方赐下的。它甚至超越了与“众水”搏斗而生的爱。

והוא מ"ש וימינו תחבקני⁵⁹ כו'. ובחי' האהבה זו יתגלה לעתיד. וכמ"ש (ישעיה' [ישעיה] נד) כי ההרים ימושו והגבעות תמוטינה וחסדי⁶⁰ מאתך לא ימוש וברית שלומי לא תמוט כו'.

这就是经上所说：“祂的右手拥抱我”，等等。这一层面的爱将在未来时代显露；正如经上所说（《以赛亚书》54）：“群山虽要离去，丘陵虽要移动，我的慈爱却不离开你，我平安的约也不移动”，等等。

《雅歌》以“祂的右手拥抱我”来描述这种爱：右手代表慈爱（חסד, Chesed），即 ה' 的慈爱；祂主动以此拥抱灵魂。这种爱将在未来显露，正如以赛亚所应许的：即使群山移动，ה' 的慈爱也不会离开。

שהוא בחי' חסד עליון ואה"ר [ואהבה רבה] הבאה מלמעלה להיות וימינו תחבקני (וזהו) (שם נב) וגבה מאד⁶¹ שבחי' בכל מאדך יהיה מבחי' גבוה יותר כו':⁶²

这就是至高的 חסד，以及由上而来的伟大之爱，使“祂的右手拥抱我”。（这就是[……的含义]）(ibid. 52) “他必极其高升”：也就是说，“尽你一切力量”这一层面，将来自一个更高的层面，等等。

这就是至高的慈爱，以及由上而来的伟大之爱。方括号中的补充把以赛亚关于那仆人“必极其高升”的话，解释为：在未来，“尽你一切力量”之爱本身将来自一个更高的层面；如此一来，“众水”所带来的益处也会因由上方赐下的恩典而提升。

在阿沃达中

整日经商的人不应认为自己的祈祷必定比学者的薄弱。经历了一整天的“众水”之后，他应在祈祷中思索：下界的一切都从上界领受，直到一切最终取决于 ה' 的王权（מלכות, Malchus），而王权本身也不过是祂本质的光辉；如此一来，一日中的黑暗本身便成为更强烈、无限之爱的源头，他的祈祷也会升至更高之处。

讨论问题

1. 为什么阿尔特雷贝说谋生的忧虑不能熄灭灵魂的爱？它们又如何能使灵魂升至比降世之前更高的层次？
2. 如果把洪水理解为洁净，而不只是惩罚，这会如何改变人们看待谋生压力的方式？
3. 在这篇 maamar 中，诺亚（安息）、安息日与祈祷之间有什么联系？
4. 为什么从“黑暗中”生出的爱胜过从未经历黑暗的爱？动物之魂根源高远又与此有何关系？
5. “尽你一切力量”所表达的爱，与未来将显现的“自上而来的大爱”有何不同？

注释

第1段

1

מים רבים

此注指出，这篇 maamar 的一份早期誊本由 R. Pinchas Reizes 记录，标题注明是在 5568 年 (1807) 于 Shklov 按 Parshas Noach 讲授。读者可据此比较最初记录下来的措辞；下列注释会引用其中的异文。

KEHOT 注释

משנת תקס"ח. הנחת הר"פ בסה"מ הנחות הר"פ ע' סט בכותרת "פ' נח שקלאב". והביאור שם ע' נח. ראה ברשימת המאמרים דשנת תקס"ח במאמרי אדה"ז תקס"ח כרך ב ע' תתקכ"ה הערה 2. הגהות וביאור באוה"ת בראשית כרך ג תרט, א (מלקו"ת לג"פ עם שינויים, ושם נדפס המאמר עם הגהות). ראה לעיל בציונים לכ"ק אדמו"ר זי"ע. לכללות מאמר זה ראה: ד"ה אלה תולדות נח — מאמרי אדה"א בראשית ע' ק. ד"ה מים רבים תשל"ח (נדפס בלקו"ש ח"כ ע' 276). ד"ה כה אמר ה' השמים כסאי תשמ"א. ראה גם ד"ה כי ידעתיו תשל"ו. בד"ה אשריכם ישראל תרל"ט ח"ב ע' תתקכ"ה נבארו כמה ענינים מהמאמר. בבוק 1110 נמצא הגה"ה לתו"א שנכתב בגוכתי"ק כ"ק אדמו"ר הרי"צ זצוקללה"ה: "בס"ד. יום ה' כ"ט תשרי תער"ג. תו"א פ' נח ד"ה מים רבים. מים רבים דטרדות הפרנסה אינם מכבים האהבה מסותרת, והמבול בא לטהר את הארץ והם טרדות הפרנסה שמשעבדי את האדם, ועי"ז נעשה הניחא, הוא העלי' וכמו טוב מאד הנה"ב ששרשו גבוה מהנה"א, ונעשה יתרון האור דטרדת הפרנסה מתעלי' ע"י התפלה, וגבהה עבוד' בעלי עסקים, חמש עשרה כו' גברו המים, ותרם התבה, דתיבת התפלה מתרוממים ע"י המים, הון ביתו הוא חכמת התו' וטעמי המצות בוז יבוזו לו, אבל עצם המצות מעשיות שהם פנימיות רצונו ית' דנעוץ תחלתו בסופן דוקא, ועקימת שפתיו הוי מעשה". ע"כ.

2

מים רבים

《雅歌》中的爱人说：“众水不能熄灭爱情，江河也不能将它冲去；若有人为爱情献出他家中一切财产，人必极其藐视他。”按字面意思，爱情不能用钱买到；凡为此献出家产的人，都会遭人藐视（לו，即“他”）。下一篇 maamar 将 לו 解作“它”：爱人自己藐视的是财产。本篇 maamar 将“众水”解作谋生的重担。

Song of Songs 8:7/ז' ח' שיר השירים

מים רבים לא יוכלו לכבות את־האהבה ונהרות לא ישְׁטֹפוּהָ אִם־יִתֵּן אִישׁ אֶת־כָּל־הוֹן בֵּיתוֹ בְּאַהֲבָהּ בּוֹז יְבוּזוֹ לוֹ:

Many waters cannot quench love, Neither can the floods drown it; If a man would give all the substance of his house for love, He would utterly be contemned.

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

KEHOT 注释

שה"ש ח, ז.

3

טרדות הפרנסה

雷贝指出，“为谋生而操劳”这一措辞十分精确：一个人可能被此类牵累困扰，这表明他尚未真正铭记，是 ה' 的祝福使人富足；然而，即便是这些牵累，也绝不能熄灭每个犹太人内在的隐藏之爱。

KEHOT 注释

וזהו דיוק הלשון "טרדות הפרנסה" דהגם שהוא במצב שנמשך לו טרדות הפרנסה [שזה מראה אשר אינו מתבונן כדבעי אליב' דנפשי' שברכת הוי' היא תעשיר (דרמ"צ ז, א ואילך, קונטרס ומעיין מכ"ה פ"ג, ד"ה וידעת תרנ"ז)] מ"מ, הנה גם הטרדות לא יוכלו לכבות ח"ו את האהבה המוסתרת שבכ"א מישראל — ד"ה מים רבים תשל"ח (נדפס בלקו"ש ח"כ ע' 276 ואילך). ראה תו"ח נח, ד ואילך. המשך מים רבים תרל"ו בתחלתו, ובפרק עה. במאמרי אדה"א בראשית ע' ק מאריך בזה שענין הכיבוי הוא כי הנשמה נק' אור שהוא בהתפעלות במוח או בלב כו', ועכשיו המים רבים מכבים דהיינו טרדות הפרנסה מכבים אור הנשמה שלא תתפעל לא במוח ולא בלב ואפי' בהתעוררו' תשובה וכמ"ש כי באו מים עד נפש ועד בכלל כו' ע"ש. ראה בשיחת ש"פ נח תשי"ג בסעי' יד (מהנחה בלתי מוגה) מבאר השייכות בין דאגות הפרנסה למבול ומקוה.

4

שבעיני עוה"ז

一处异文：本篇 maamar 的早期誊本在此增添了“它们也是受制于列国的层面”一语，将“众水”与流亡中的受奴役联系起来。

KEHOT 注释

בהנחת הר"פ מוסרף: "והם בחי' שעבוד מלכיות".

5

האהבה המוסתרת שיש בכל נפש מישראל

Tanya 解释说，每个犹太人心中的“隐藏之爱”是从列祖承受的遗产；Kehot 的注释就这一概念指向该处。

תניא, חלק ראשון; ליקוטי 3-18:2 Tanya, Likkutei Amarim

אמרים י"ח:ב' ג'

... מַמְשׁ, מַעֲמִיקָא דְלִבָּא, בְּאֵמַת לְאֻמִּיתוֹ, בְּדַחֲלוֹ וְרַחֲמֵי, שְׁהִיא "אַהֲבָה מְסוּתֶרֶת" שֶׁבְּלֵב כָּל־לֵוִי יִשְׂרָאֵל, שְׁהִיא יְרוּשָׁה לָנוּ מֵאַבְרָהָם. רַק שְׁעָרֶיהָ לְבָאָר וְלִהְיוֹתִים תִּחְלָה בְּאֵר הַיֵּטֵב, שֶׁרֶשׁ אַהֲבָה זוֹ, וְעֲנִינֶיהָ, וְאִידָּהּ הִיא יְרוּשָׁה לָנוּ, וְאִידָּהּ נִקְלָל בָּהּ גַּם דַּחֲלוֹ.

Kehot Publication Society (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

ראה תניא פי"ח-י"ט, וראה גם באוה"ת שה"ש ע' ס ואילך.

6

רשפי' רשפי אש

紧接在前面的经文说，爱情的“火花是火焰的火花，是 ה' 的烈焰”。Alter Rebbe 将 ה' 的烈焰解作源于 ה' 的灵魂 (nefesh Eloikis)，即一团从上而来的火。

Song of Songs 8:6/ו' ח' שיר השירים

שִׁמְנִי כַחֲתָם עַל־לִבִּי כַחֲתָם עַל־זְרוֹעֲךָ כִּי־עֲזָה כִּמְוֶת אַהֲבָה קָשָׁה כַּשָּׂאֹל קִנְיָה רִשְׁפִּיהָ רִשְׁפִּיהָ אֵשׁ שְׁלֵקֶתֶיהָ:

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)

KEHOT 注释

שה"ש ח, ו.

7

שלהבת י-ה . . הבאה מלמעלה

雷贝请读者参阅 Shir HaShirim Rabbah 对这节经文的阐释；该书称 ה' 的火焰是从上方而来的火，水不能将它熄灭；

也请参阅 Maharzu 在该处的注释。这些材料支持了这样的理解：火焰是“从上方而来”的火。

KEHOT 注释

ראה גם שהש"ר עה"פ (בסופו): שלהבת י-ה.. כאש של מעלה.. ולא המים מכבין לאש, וראה בפירוש מהרז"ו שם — לקו"ש ח"כ ע' 277 הערה 24. בענין אהבה מסותרת ראה בד"ה ועשית ציץ — תרנ"א ע' קמא.

第2段

8 Kehot 的注释为这些文字指向 Song of Songs 8:7.

Song of Songs 8:7: ח' השירים

מים רבים לא יוכלו לכבות את־האהבה ונהרות לא ישטפוה אִם־יִתֵּן איש את־קִלְהוֹן בֵּיתוֹ בְּאֶהֱבָה בּוֹזֵז וְבוֹזֵז לוֹ:

Many waters cannot quench love, Neither can the floods drown it; If a man would give all the substance of his house for love, He would utterly be contemned.

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

9 להגיע למדרגה היותר גבוהה מקודם שירדה לעוה"ז

一种异文：早期抄本接着写道：“达到更高的层次，因为上述‘众水’，即臣服于诸王国的层次，被称为‘挪亚（נח）之水’。”因此，它从一开始就把“众水”与流亡中的受制联系起来。

KEHOT 注释

בהנחת הר"פ: להגיע למדרגה היותר גבוהה כי מים רבים הנ"ל שהוא בחי' שעבוד מלכיות נק' מי נח.

第3段

10 והנה בחי' מים רבים

从这里开始，本篇论文的内容见于《Or HaTorah》（אור התורה）；柴马赫·泽德克（הצמח צדק）引用并加以发挥。

KEHOT 注释

מכאן מובא באוה"ת בראשית כרך ג תרכב, א.

11 他将祂对以色列的应许，与洪水之后所起的誓相比：正如“诺亚（נח）之水”永不会再淹没大地，祂也不会再向以色列发怒。本篇将“诺亚之水”视为生计中的“众水”之名。

Isaiah 54:9: ט' ד' ט' ישיעוהו

כִּי־מִי נָח זֶה לִי אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי מֵעַבְרִי מִיַּגֵּת עוֹד עַל־הָאָרֶץ כִּן נִשְׁבַּעְתִּי מִקֶּצֶף עָלֶיךָ וּמִגֶּעַר־כֶּד:

For this is as the waters of Noah unto Me; for as I have sworn that the waters of Noah should no more go over the earth, so have I sworn that I would not be wroth with thee, nor rebuke thee.

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

12 עיין בספר עיר גיבורים

正文提到了这本书；注释指出，其作者就是《Kli Yakar》妥拉注释的作者，推测此书讨论了“诺亚之水”。

KEHOT 注释

מבעל המחבר כלי יקר עה"ת.

13 נח הוא נייחא דרוחא

Kehot 注释所引的《佐哈尔》（זהר）将诺亚之名解释为“安息”（נַיְיחָא, naycha），即本篇讲论（מאמר, maamar）所依

据的心灵安适。

Zohar I, 60a: ס' זח"א

KEHOT 注释

ראה זח"א ס, א. אוה"ת במדבר ע' רס. ובלקוטי שיחות ח"א פ' נח ע' 4.

14

וישבות ביום השביעי

“第七日，祂停止了自己的一切工作。”阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）借此说明，诺亚所表示的安息，与安息日（שבת, Shabbos）所表示的止息，是同一概念。

Genesis 2:2/ב' בראשית

וַיְכַל אֱלֹקִים בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה וַיִּשְׁבֹּת בַּיּוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלַמְלֹאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה:

And on the seventh day G-d finished His work which He had made; and He rested on the seventh day from all His work which He had made.

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

KEHOT 注释

בראשית ב, ב. ראה אוה"ת נח סט, א שמציין לזח"א מז, ב "וישבות דא יסודא דעלמא, והיינו יחוד זו"נ שזהו הנייחא והענג "ע"ש.

15

וישבת ביום השביעי

据 Kehot 注释，此处引自《奥尔·哈托拉》（אור התורה）：“（אור התורה）（Vayishbos，意为“止息”）指世界的根基（Z'air Anpin，即小面相 / זעיר אנפין）（Yesod，即大面相 / נוקבא）的结合；这正是“安息”与“愉悦”。

ספר הזהר, בראשית ע"ה: קע"ח-188-77-178: Zohar, Bereshit

ע"ז: קפ"ח

The words “on the seventh day” are used here three times, viz. “and G-d finished on the seventh day”, “and he rested on the seventh day”, and “and G-d blessed the seventh day”. The “seventh day” in the first of these quotations is the Oral Torah, because with this seventh day the world was completed, as we have said.

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

16

ותרגמו ונח ביומא שביעאה

昂克罗斯（אונקלוס）将“祂停止了”译作“安歇”（ונח, venach），即“祂歇息了”；这个词与诺亚之名同根，由此将诺亚之名与“安息”的安息联系起来。

תרגום אונקלוס על בראשית ב' ב' 2: Genesis Onkelos

וְשִׁינִי וְיָ בְיוֹמָא שְׁבִיעָאָה עֲבַדְתָּה דִּי עֲבָד וְנַח בְּיוֹמָא שְׁבִיעָאָה מְכַל עֲבַדְתָּה דִּי עֲבָד:

Sifsei Chachomim Chumash, Metsudah Publications, 2009 (CC-BY-NC)

17

נח נח ב"פ

“这是诺亚的后代；诺亚是个义人……”诺亚之名接连出现两次，米德拉什（מדרש, Midrash）对此作了解释。

Genesis 6:9: ו' בראשית

אֵלֶּה תּוֹלְדֹת נֹחַ נֹחַ אִישׁ צַדִּיק תָּמִים הָיָה בְּדֹרֹתָיו אֶת־הָאֱלֹקִים הִתְהַלָּךְ־נֹחַ:

These are the generations of Noah. Noah was in his generations a man righteous and wholehearted; Noah walked with G-d.

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

18

נייחא דעילאי

将重复的“诺亚，诺亚”解释为：上界者的安息，以及下界者的安息。阿尔特雷贝将此应用于下层与上层的 שבת。

בראשית רבה ל:ד' Bereshit Rabbah 30:4

“אֵלֶּה תּוֹלְדֹת נֹחַ נֹחַ” א”ר אבא בר כהנא כל מי שנכפל שמו יש לו בעולם הזה ויש לו בעולם הבא אתיבון ליה והכתיב (בראשית יא, כז): “תֵּרַח תֵּרַח” א”כ יש לו חלק בעולם הזה ולעולם הבא א”ל אף היא לא תברא דא”ר יודן בשם רבי אבא בר כהנא (בראשית טו, טו): “וַתֵּלֶךְ תְּבוֹאָה אֶל אֲבוֹתֶיהָ בְּשָׁלוֹם” בשרו שיש לאביו חלק בעוה”ב “תקבר בשיבה טובה” בשרו שישמעאל עושה תשובה:

“These are the offspring of Noah; Noah” – Rabbi Abba bar Kahana said: Anyone whose name is written twice in succession has a [double] share – in this world and in the World to Come. They raised an objection to him: But is it not written: “Teraḥ Teraḥ” ? (Genesis 11:27). If so, he has a share in this world and in the World to Come! He said to them: This, too, is not a contradiction, as Rabbi Yudan said in the name of Rabbi Abba bar Kahana: [When G-d told ...

Wikisource Bereshit Rabbah (CC-BY-SA) • The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)
KEHOT 注释

ב”ר ל, ד.

19

יום שכולו שבת

《米示拿》(משנה) 称 משיח (Moshiach) 时代为“全然是 שבת, 并为永恒生命而安息的日子”; 阿尔特雷贝将其认定为上层 שבת, 这一点将在本篇 מאמר 末尾阐明。

משנה תמיד ז:ד' Mishnah Tamid 7:4

... בְּשֵׁשִׁי הָיוּ אוֹמְרִים (שם צב), ה' מִלֵּךְ גָּאוֹת לְבַשׁ וְגו'. בְּשֶׁבֶת הָיוּ אוֹמְרִים (שם צב), מִזְמוֹר שִׁיר לַיּוֹם הַשֶּׁבֶת, מִזְמוֹר שִׁיר לְעֵתִיד לְבָא, לַיּוֹם שֶׁכָּל שֶׁבֶת מְנוּחָה לְחַיֵּי הָעוֹלָמִים:

The following are the psalms that were chanted in the Temple. 1) On the first day they used to say, “The earth is the L-rd’s and the fullness thereof, the world and they that dwell therein” (Psalms 24). 2) On the second day they used to say: “Great is the L-rd and highly to be praised, in the city of our G-d. His holy mountain” (Psalms 48). 3) On the third day they used to say: “G-d stands in the congregation of G-d, in the midst of the judges he ...

Torat Emet 357 (Public Domain) • Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY)

20

המבול בא לטהר את הארץ

《塔木德》讨论洪水是否降临以色列地，并引用以西结 (יחזקאל) 将其描述为“在忿怒之日不蒙雨水洁净的土地”；这暗示洪水之水洁净了大地。Kehot 注释将此作为洪水前来净化的依据。

זבחים ק”ג א”י-י”א”י-11א-10 Zevachim 113a:10-11

אָמַר מֶר, אָמַר לוֹ רַבִּי יוֹחָנָן: וְהָלֹא קָל אֶרֶץ יִשְׂרָאֵל בְּדוֹקָה הִיא. בְּמֵאֵי קְמִיפְלָגִי? מֶר סָבַר: יָרַד מִבּוֹל לְאֶרֶץ יִשְׂרָאֵל, וּמֶר סָבַר: לֹא יָרַד. אָמַר רַב נַחֲמָן בֶּר יִצְחָק, וְשִׁנְיָהֶם מִקְרָא אֶחָד דָּרְשׁוּ: “כִּן אָדָם אָמַר לֵה אֶת אֶרֶץ לֹא מִטְהָרָה הִיא לֹא גִשְׁמָה בְּיוֹם זָעַם”.

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

21

כי מלאה הארץ חמס

“他告诉诺亚 (נח), 他要毁灭世界, “因为地上充满了强暴”。这篇 maamar 将此理解为大地本身需要洁净的原因。

בראשית ו':13 Genesis 6:13

וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים לְנֹחַ קֵץ כָּל־בָּשָׂר בָּא לְפָנַי כִּי־מָלְאָה הָאָרֶץ חָמָס מִפְּנֵיהֶם וְהִנְנִי מַשְׁחִיתָם אֶת־הָאָרֶץ:

And G-d said unto Noah: “The end of all flesh is come before Me; for the earth is filled with violence through them; and, behold, I will destroy them with the earth.

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

בראשית ו, יג.

22

והי' נצרך לטהרה ולזאת בא המבול

阿尔特雷贝另一篇文章, 论述大地为何需要洁净以及洪水为何降临。

KEHOT 注释

ראה במאמרי אדה”ז פרשיות ח”א ע”ס. אוה”ת במדבר ע”רס. ובמאמרי אדה”א בראשית ע”קא “שכל הרע שבני אדם עושין ואפי’ הרע של חיות ובהמות הכל הוא בארץ. . ובמבול נלקח הרע מן הארץ ע”י רחיצה במים.”

23

כדוגמת המקרה מ' סאה

柴马赫·泽德克提出一个难题：米德拉什文献将洪水比作“四十下鞭打”，这是惩罚，并非礼仪浸池。他提出一种可能的解释，即此事如同“谁能使洁净的从不洁净中出来”。

KEHOT 注释

ראה אוה”ת בראשית ח”ג תרכד, א שצ”ע לפי המדרשים דהמבול כענין ארבעים יכנו, ומתרגם שאפשר לומר שזהו ע”ד מי יתן טהור מטמא, ע”ש. לקו”ש ח”א ע”4.

24

“我必将清水洒在你们身上，你们就洁净了。” 这节经文表明，水是 ה' 用来洁净的工具；这篇 maamar 将此应用于洪水。

יחזקאל ל”ו:כ”ה Ezekiel 36:25

וְזָרַקְתִּי עֲלֵיכֶם מִיַּם טְהוֹרִים וְשִׁחַרְתֶּם מִכָּל טִמְאוֹתֵיכֶם וּמִכָּל־גִּלּוּלֵיכֶם אֲשַׁחֵר אֹתְכֶם:

And I will sprinkle clean water upon you, and ye shall be clean; from all your uncleannesses, and from all your idols, will I cleanse you.

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

25

וכמארוז”ל שבחר לו א”א שעבוד

米德拉什记述, 亚伯拉罕 (אברהם) 曾被展示地狱 (גיהנם, Gehinnom) 和受列国辖制的情形, 并为自己的后裔选择了受列国辖制。阿尔特·雷贝 (אדמו”ר הוקן) 将这种奴役等同于谋生的重担。

בראשית רבה מ”ד:כ”א Bereshit Rabbah 44:21

KEHOT 注释

ב"ר פמ"ד, כא.

26

וכמו שאמרו גבי אחר . . כמ"ש במ"א

以利沙·本·阿伏亚（阿赫尔 [אחר]；אלישע בן אבויה）死后，有人说：“宁可让他受审判而进入未来世界。”这篇 maamar 借此说明，经历审判是获得更高奖赏的途径。

חגיגה ט"ו ב:ג' ד'-4/3:15b Chagigah

כי נח נפשיה דאחר, אַמרי: לא מידן לידייניה, ולא לעלמא דאחי ליתי. לא מידן לידייניה — משום דעסק באורייתא, ולא לעלמא דאחי ליתי — משום דחטא. אַמר רבי מאיר: מוטב דלידייניה ולייתי לעלמא דאחי. מתי אמות, ואעלה עשן מקברו. כי נח נפשיה דרבי מאיר סליק קוטר־א מקבריה דאחר. אַמר רבי יוחנן: גבורתא למיקלי רביה? חד הוה ביננא ולא מצינו לאצוליה? אינקטיה ביד, מאן מרמי לקה מן. אַמר: מתי אמות, ואכבה עשן מקברו. כי נח ...

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

KEHOT 注释

חגיגה טו, ב. ראה לקו"ת בשלח א, ד. בהר מא, ב ובכ"מ. וראה לקמן לב, ד. עג, ג.

第4段

27

שעבוד אין הפי' . . כ"א ליתן

雷贝解释说，奴役指的是这种全神贯注，而不是物质事物本身：人把 ה' 赐予他的理智，也就是“水”这一层面，用于谋生之事，直至整个人被这些事吞没。

KEHOT 注释

בד"ה כי ידעתי תש"ל מפרש "אלא הכוונה היא על ענין הטרדה שבזה, מה שהאדם מוטריד בזה וכו', ולא על עצם הענינים הגשמיים, והטרדה הוא באופן שמשתמש בהשכל שנתן לו הקב"ה, בחי' מים, בעניני פרנסה, ועד שנעשה מוטריד בזה " (מהנחה בלתי מוגהת). להעיר מאוה"ת פ' שמיני ע' תפח "כי הנה אנו רואים שהשר הגשמי יותר יחפרץ וישתוקק בעול המסים בריבוי אחר ריבוי להכביד על ישראל כי' משא"כ בנכרי המתפרנס מקרקעו אינו חפץ כלל להגביר עליו כו' " וע"ש הטעם.

28

《Kesubos》篇末描述了以色列地及其出产在未来和古时所使用的超自然丰饶；阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）引用此处，以说明圣殿尚在之时，人们蒙受的祝福使他们根本不知为生计忧虑为何物。

כתובות קי"א ב:כ"ג:11b Ketubot

אמר רבי יעקב בן דוסתאי: מלוד לאונו שלשה מילין, פעם אחת קדמתי בנשף וקלקתי עד קרסוליי בדבש של תאנינים. אַמר ריש לקיש: לדידי חזי לי "זבת חלב ודבש" של צפורי, והוי שיתסר מילין אשיתסר מילין. אַמר רבא בר בר חנה: לדידי חזי לי "זבת חלב ודבש" של כל ארץ ישראל,

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

29

שלא ע"פ הטבע כלל כמ"ש בגמרא סוף מס' כתובות

一个异文：早期记录稿中没有“完全不是依循自然规律，正如《Kesubos》末尾的《Gemara》所说”这句话。

KEHOT 注释

בהנחת הר"פ ליתא.

第5段

30

וכמארז"ל יפה שעה אחת . . מכל חיי העוה"ב

Kehot 对这些文字所列的出处指引（其注释见下方）。

KEHOT 注释

אבות פ"ד, משנה יז.

31

יפה שעה אחת בתשובה ומע"ט בעוה"ז מכל חיי העוה"ב

“在这个世界中，一小时的回归（תשובה, teshuvah）与善行，胜过来世的一切生命。”阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）借着黑暗中显出的光的优越性来解释这句话。

משנה אבות ד' י"ז:17/4: Pirkei Avot

הוא הנה אומר, יפה שעה אחת בתשובה ומעשים טובים בעולם הזה, מכל חיי העולם הבא. ויפה שעה אחת של קורת רוח בעולם הבא, מכל חיי העולם הזה:

He used to say: more precious is one hour in repentance and good deeds in this world, than all the life of the world to come; And more precious is one hour of the tranquility of the world to come, than all the life of this world.

Torat Emet 357 (Public Domain) • Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY)

32

שאין לך עשב מלמטה

米德拉什教导说，地上没有一株草，在天上没有一个支配它的天界力量（מזל, mazal）击打它并对它说：“生长吧。”这篇 maamar 以此作为祈祷中默想的起点。

בראשית רבה י"ז:6 Bereshit Rabbah

בר סירא אמר: אלוה העלה סמים מן הארץ, בהם הרופא מרפא את המכה, ובהם הרוקח מרקח את המרקחת. אַמר רבי סימון: אין לך כל עשב ועשב, שאין לו מזל ברקיע, שמכה אותו ואומר לו גדל, הדא הוא דכתיב (שם לח): הידעת חקות שמים אם תשים משטרו בארץ וגוי. לשון שוטר (שם י). התקשר מעדנות כימה, או מושכות כסיל תפתח. רבי חנינא בר פפא ור' סימון אמר: כימה מעדנת את הפירות, וכסיל מושך בין קשר לקשר. הדא הוא דכתיב (שם): התוציא מזרות בעתו ועיש על בניה תנחם. רבי תנחום בר חייה ...

Bar Sira said: G-d produced drugs from the earth with which the physician heals the wound, and with which the pharmacist mixes his compounds.38:4. Rabbi Simon said: There is not a single blade of grass that does not have a constellation in the firmament that strikes it and says to it: 'Grow.' That is what is written: "Do you know the rules of the heavens? Will you establish its dominion [mishtar] on earth?" (Job 38:33). It is an expression of being in charge [shoter]. "Will you tie the chains of ...

Daat Bereshit Rabbah (Public Domain) • The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

Zohar I, 251a זח"א רנא, א

Zohar II, 172b זח"ב קעב, ב

חולין מ' א:ג' ד'-4/3:40a Chullin

אמר אביי לא קשיא הא דאמר להר הא דאמר לגדא דהר דיקא נמי דקתני דומיא דמיכאל שר הגדול ש"מ אמר רב הונא היתה בהמת חבירו רבוצה לפני עבודת כוכבים כיון ששחט בה סימן אחד אסרה סבר לה כי

הא דאמר עולא אמר ר' יוחנן אע"פ שאמרו המשתחוה לבהמת חבירו
לא אסרה עשה בה מעשה אסרה

Wikisource Talmud Bavli (CC-BY-SA)

KEHOT 注释

ב"ר פ"י, ו. זח"א רנא, א. זח"ב קעב, ב. לקמן עא, א. ועוד. וראה במאמרי
אדה"א בראשית ח"א ע' סו שאף בדומם והביא ראייה מגמרא חולין מ, א
לגדא דהר. . כי נפל מזל אותו החר ע"ש. וראה גם במאמרי אדה"ז על
מאדנ"ל ע' קלה. אדה"א דברים כרך ג ע' תתמח שהמזל מקבל מהעליון
הימנו כי גבוה מעל גבוה ע"ש. וע' תתעו ד"ה ויהי ביום השמיני תש"כ.

- 33 שאין לך עשב מלמטה שאין לו מזל מלמעלה
- KEhot 的注释所引《Zohar》(זהר)也教导说, 地上每一种生长之物, 在天上都有一个受委派支配它的力量。

Zohar, Addenda, Volume I 1:1:א' א' כרך א תוספות, כרך א א' א' 1:1

- 34 摩西 (משה) 以“太阳所产的丰美和众月所产的丰饶”祝福
约瑟 (יוסף) 的土地。阿尔特雷贝引用这句话, 说明天体将
生命力传递到这个世界。

Deuteronomy 33:14 דברים ל"ג:14

וממנך תבואת שמש וממנך ירחים:

And for the precious things of the fruits of the sun, And for
the precious things of the yield of the moons,

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

- 35 מלכותך מלכות כל עולמים
- “你的王权是统管一切世界的王权。”这篇 maamar 将其解
读为 你的王权 (מלכות, Malchus), 即使一切世界得以存在的
属性。

Psalms 145:13 תהילים קמ"ה:13

מלכותך מלכות כל־עלמים וממ־שְׁלֹתֶךָ בְּכָל־דּוֹר ודור:

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)

- 36 “在天上, 除你以外我还有谁? 在地上, 除你以外我也别无
所求。”这表达了一种爱: 它所渴求的是 你本身, 甚至不求
伊甸园中的属灵喜乐。

Psalms 73:25 תהילים ע"ג:כ"ה

מי־יִלִּי בַשָּׁמַיִם וְעַמְּךָ לֹא־תַפְצְתִּי 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)

- 37 צדיקים יושבים
- 在来世, “义人坐着, 头戴冠冕, 享受临在 (שכינה,
Shechinah) 的光辉。”阿尔特雷贝称这仅是一种光辉, 远不
及“尽你一切力量”之爱所追求的。

Berakhot 17a:12 ברכות י"ז א:12

מִרְגְּלָא בְּפִמְיָה דְּרַב: לֹא כְּעוֹלָם הָזֶה הָעוֹלָם הַבָּא. הָעוֹלָם הַבָּא אֵין בּוֹ
לֹא אֲכִילָה וְלֹא שְׁתִּיָּה וְלֹא פְרִיָּה וְרִבְיָה וְלֹא מִשְׁא וּמִמָּן וְלֹא קִנְיָה וְלֹא
שְׁנָאָה וְלֹא תַּחְרוּת, אֲלֵא צַדִּיקִים יוֹשְׁבִין וְעִסְרוּתֵיהֶם בְּרִאשֵׁיהֶם וְנִהְיִים
מִזִּיזוּ הַשְּׂכִינָה, שְׁנָאָמַר: "וְיִחְזְזוּ אֶת הָאֱלֹקִים וְיִאֲכְלוּ וְיִשְׁתּוּ".

It was a favourite saying of Rab : Not like this world is the
world to come. In the world to come there is neither eating
nor drinking; no procreation of children or business transac-

tions; no envy or hatred or rivalry ; but the righteous sit en-
throned, their crowns on their heads, and enjoy the lustre of
the Shekinah; as it is said, "And they beheld G-d, and did eat
and drink" (Exod. xxiv. ll).

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

KEHOT 注释

ברכות יז, א.

- 38 לאשתאבא בגופא דמלכא

《Zohar》(זהר)谈到灵魂“被吸纳进君王的身体之中”。本
篇 maamar 将此用于说明灵魂渴望融入 你本身的本质。

Zohar I, 217b זח"א ריו, בבב

KEHOT 注释

זח"א ריו, ב. ראה לקו"ת בהר מ, א שמבאר איך הנשמה שהיא בחי' נברא
יש ודבר בפני עצמו תוכל לאשתאבא. ע"ש. ראה לקמן עא, א.

- 39 בחילא יתיר

《Zohar》说, 回归者 (בעלי תשובה, baalei teshuvah) 比完
全正直的人更“有力地”亲近君王。阿尔特雷贝将此应用于
从黑暗中生出的爱。

Zohar I, 129b זח"א קבט, בבב

KEHOT 注释

זח"א קבט, ב. "פי' בחילא יתיר בכח גדול ועצום" — מאמרי אדה"א
בראשית ע' קעב.

- 40 (טוב) מאד

“我看见自己所造的一切, 看哪, 都甚好。”圣贤将“甚”
解作死亡天使, 正是以这节经文为依据。

Genesis 1:31 בראשית א':31

וַיֵּרָא אֱלֹקִים אֶת־כָּל־אֲשֶׁר עָשָׂה וְהִנֵּה־טוֹב מְאֹד וַיְהִי־עֶרֶב וַיְהִי־בֹקֶר יוֹם
הַשְּׁשִׁי:

And G-d saw every thing that He had made, and, behold, it
was very good. And there was evening and there was morn-
ing, the sixth day.

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

- 41 טוב זה מלאך חיים . . מאד זה מה"מ

这句话出自 Ki Sisa maamar; 该 maamar 讨论爱与敬畏
(אהבה ויראה, ahavah v' yirah) 如何从上方被引下, 以及
人必须先击破并谦卑身体; 祷告便是由下而起的激发。

Zohar I, 14a זח"א יד, 14a

KEHOT 注释

נסמן לקמן פו, ב וראה בלקו"ת חקת סב, א. וראה גם זח"א יד, א.

- 42 “这些是在以色列子民中有王作王之前, 曾在以东地作王的
诸王。”在卡巴拉中, 他们是 Tohu (תהו) 的诸王; 他们的
根源先于并超越源于 你的灵魂 的根源。

Genesis 36:31 בראשית ל"ו:31

וְאֵלֶּה הַמְּלָכִים אֲשֶׁר מָלְכוּ בְּאֶרֶץ אֱדוֹם לִפְנֵי מֶלֶךְ־יִשְׂרָאֵל:

And these are the kings that reigned in the land of Edom, be-
fore there reigned any king over the children of Israel.

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

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

43

אבל בשרשם הם למעלה מעלה

《Torah Ohr》中其他 maamarim 也阐发了这一思想：那些因器皿破碎而坠落之物的根源，高于源于 ה' 的灵魂所在的层次。

KEHOT 注释

ראה לקמן בשלח סב, סע"ד ואילך. יתרו עא, א. לקו"ת ר"פ בלק ועוד. ד"ה להבין ענין כתיבת ספר תורה תש"ל הערה 19.

第8段

44

בא אתה וכל ביתך אל התבה

ה'对挪亚（נח）说：“你和你全家都进入方舟。”这篇 maamar 将方舟（תיבה, teivah）解读为祈祷的词语（תיבות, teivos）。

בראשית ז':1

וַיֹּאמֶר ה' לְנֹחַ בְּאַרְבָּעַת וְכָל־בֵּיתָךְ אֲלֵי־הַתֵּבָה כִּי־אָתִידָה לְעֹשֵׂדִיק לְפָנַי בְּדֹר־הַזֶּה:

And the L-RD said unto Noah: 'Come thou and all thy house into the ark; for thee have I seen righteous before Me in this generation.

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

第9段

45

ויגברו המים

“水势在地上愈发浩大。”阿德莫尔·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）将水势上涨解读为动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）在经商的一天中不断增强的力量。

בראשית ז':18

וַיִּגְבְּרוּ הַמַּיִם וַיִּרְבּוּ מְאֹד עַל־הָאָרֶץ וַתִּלָּךְ הַתֵּבָה עַל־פְּנֵי הַמַּיִם:

And the waters prevailed, and increased greatly upon the earth; and the ark went upon the face of the waters.

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

KEHOT 注释

בראשית ז', יח.

46

חמש עשרה אמה מלמעלה גברו המים

“水势上涨了十五肘，群山都被遮盖了。”这是水势占据主导地位这一意象的一部分。

בראשית ז':20

חֲמֵשׁ עָשָׂרָה אַמָּה מִלְּמַעְלָה גָּבְרוּ הַמַּיִם וַיִּכְסּוּ הָהָרִים:

Fifteen cubits upward did the waters prevail; and the mountains were covered.

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

第10段

47

ותלך התבה על פני המים

“方舟行在水面上。”方舟，即祷告的话语，行在谋生之水上。

בראשית ז':18

וַיִּגְבְּרוּ הַמַּיִם וַיִּרְבּוּ מְאֹד עַל־הָאָרֶץ וַתִּלָּךְ הַתֵּבָה עַל־פְּנֵי הַמַּיִם:

And the waters prevailed, and increased greatly upon the earth; and the ark went upon the face of the waters.

48

ותרם התבה

“水势上涨，托起方舟，方舟便升到地面以上。”水本身托起方舟，正如一天中的艰辛托起祷告。

בראשית ז':17

וַיְהִי הַמַּבּוּל אַרְבָּעִים יוֹם עַל־הָאָרֶץ וַיִּרְבּוּ הַמַּיִם וַיִּשְׂאוּ אֶת־הַתֵּבָה וַתָּרָם מֵעַל הָאָרֶץ:

And the flood was forty days upon the earth; and the waters increased, and bore up the ark, and it was lifted up above the earth.

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

第11段

49

כי בו שבת מכל מלאכתו

“因为在那日，祂停止了祂所创造、为要成就的一切工作。”这篇 maamar 将这种停止认作精神安息（נייחא דרוחא, naycha d' rucha），也就是诺亚（נח）的安息。

בראשית ב':3

וַיְבָרֶךְ אֱלֹקִים אֶת־יוֹם הַשְּׁבִיעִי וַיְקַדְּשׁ אֹתוֹ כִּי בּוֹ שָׁבַת מְקַל־מְלָאכְתּוֹ אֲשֶׁר־בָּרָא אֱלֹקִים לַעֲשׂוֹת:

And G-d blessed the seventh day, and hallowed it; because that in it He rested from all His work which G-d in creating had made.

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

KEHOT 注释

בראשית ב', ג.

50

ויאמר אלקים יהי אור

创造的第一句言语。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）引用它，作为六日之中王权（מלכות, Malchus）向外流出的开始。

בראשית א':3

וַיֹּאמֶר אֱלֹקִים יְהִי אוֹר וַיְהִי־אוֹר:

And G-d said: 'Let there be light.' And there was light.

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

51

יהי רקיע

第二日的言语，是创造向下流出的又一个阶段。

בראשית א':6

וַיֹּאמֶר אֱלֹקִים יְהִי רָקִיעַ בְּתוֹךְ הַמַּיִם וַיְהִי מַבְדִּיל בֵּין מַיִם לְמַיִם:

And G-d said: 'Let there be a firmament in the midst of the waters, and let it divide the waters from the waters.'

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

52

תדשא הארץ דשא

第三日的言语，属于“工作的日子”。

בראשית א':11

וַיֹּאמֶר אֱלֹקִים תִּדְשָׂא הָאָרֶץ דָּשָׁא עֵשָׂב מִזֵּרִיעַ זֶרַע עֵץ פְּרִי עֵשָׂה פְּרִי לְמִינּוֹ אֲשֶׁר זֶרְעוֹ־בוֹ עַל־הָאָרֶץ וַיְהִי־כֵן:

And G-d said: 'Let the earth put forth grass, herb yielding seed, and fruit-tree bearing fruit after its kind, wherein is the seed thereof, upon the earth.' And it was so.

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

53 שו"ה למעלה — כמו"כ הוא בחי' טרדת

一份手稿异文将“忙碌这一层面”改作“受列国奴役——也就是谋生的忙碌”，同样把谋生的重担与流亡中的奴役联系起来。

KEHOT 注释

בבוכ 1824: שעבוד מלכות שהוא טרדת.

54 כידוע שכל תפלה מו' ימי המעשה היא הארה מבחי' שבת

在那里，阿尔特雷贝解释：安息日上，至高的意愿被引降下来时，它的一道光辉会照耀六个工作日；当人因对 ה' 的爱而受到激发时，这道光辉便显现在工作日的祈祷中。正如《Zohar》(זהר) 所说，安息日“赐给其他日子力量”。

KEHOT 注释

ראה כוזרי מאמר ג אות ה. וראה גם לקמן פת, א. לקו"ת בהר מא, א. האזינו עב, ג.

55 כידוע שכל תפלה מו' ימי המעשה היא הארה מבחי' שבת

KEHOT的注释引用《Kuzari》(הכוזרי) 对虔敬者一天与一周生活的描述：每日的祈祷与安息日(שבת, Shabbos)，分别是一日和一周中最精华的部分；阿尔特雷贝称此为“众所周知”。

הכוזרי ג'ה' 3:5 Kuzari

... והמחשב והזקרון, ואחר כן הכח התקפי המשתמש בכל אלה, והם משמשים עובדים לחקץ השכל. ולא עוב אהד מאלו הכחות והאברים שניבדו במה שהוא מנהג בו ויפחית הנשאים. וכאשר עשה צרכי כל אחד מהם ונתן לטבעיים מה שיספיק להם מהמנוחה והשנה, ולחיוניים מה שיספיק להם מהקיצה והתנועה במעשי העולם, אז יקרא אל עצתו, כמושל הנשמע שקורא אל חילו השומע לעזר לו, להדבק במדרגה שהיא למעלה ממנה, ...

5. The Rabbi: The pious man is nothing but a prince who is obeyed by his senses, and by his mental as well as his physical faculties, which he governs corporeally, as it is written: 'He that ruleth his spirit [is better] than he that taketh a city' (Proverbs 16:32). He is fit to rule, because if he were the prince of a country he would be as just as he is to his body and soul. He subdues his passions, keeping them in bonds, but giving them their share ...

Sefer haKuzari - Project Ben-Yehuda (CC-BY-SA) • Kitab al Khazari, translated by Hartwig Hirschfeld, 1905 (Public Domain)

第12段

56 יום שכולו שבת

《Mishnah》(משנה) 称 משיח (Moshiach) 时代为“全然是安息日(שבת, Shabbos)，并为永恒生命而安息的一日”。阿尔特雷贝(אדמו"ר חזקן) 将其认定为更高层面的安息日(שבת)。

משנה תמיד ז'ד' 7:4 Mishnah Tamid

... בששי היו אומרים (שם צב), ה' מלך גאות לבש וגו'. בשבת היו אומרים (שם צב), מזמור שיר ליום השבת, מזמור שיר לעתיד לבא, ליום שכולו שבת מנוחה לחיי העולמים:

The following are the psalms that were chanted in the Temple. 1) On the first day they used to say, “The earth is the L-rd's and the fullness thereof, the world and they that

dwell therein” (Psalms 24). 2) On the second day they used to say: “Great is the L-rd and highly to be praised, in the city of our G-d. His holy mountain” (Psalms 48). 3) On the third day they used to say: “G-d stands in the congregation of G-d, in the midst of the judges he ...

Torat Emet 357 (Public Domain) • Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY)

57 אשר נשבעתי מעבור מי נח עוד על הארץ

不再降下挪亚(נח)之水的誓言；这篇 maamar 将其解读为：未来不再需要用于净化的生计之“水”。

ישעיהו נ"ד:ט' Isaiah 54:9

כִּי־מִי נַח זֹאת לִי אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי מֵעַבֹּר מִי־נַח עוֹד עַל־הָאָרֶץ כִּן נִשְׁבַּעְתִּי מִקֶּצֶף עֲלִיךָ וּמִקֶּעֶרֶךָ:

For this is as the waters of Noah unto Me; for as I have sworn that the waters of Noah should no more go over the earth, so have I sworn that I would not be wroth with thee, nor rebuke thee.

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

58 שו"ה למעלה — למעלה שעי

一份手稿异文增有“对列国的奴役这一层面，也就是”这几个字，于是读作：“借着对列国的奴役这一层面，也就是上文所说的‘众水’这一层面。”

KEHOT 注释

בבוכ 1824 נוסף: בחי' שעבוד מלכות שהוא: בחי'

59 וימינו תחבקני

“祂的左手在我头下，祂的右手拥抱我。”右手是慈爱(חסד, Chesed)，即从上而来的大爱。

שיר השירים ב'ו' Song of Songs 2:6

שְׂמָאלוֹ תַּחַת לְרֹאשִׁי וְיָמִינוֹ תַּחְבֵּקֵנִי:

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)

KEHOT 注释

שה"ש ב, ו.

60 “大山或可迁移，小丘或可挪去，但我的慈爱必不离开你。”阿尔特雷贝将其解读为：至高的 חסד 将在未来显现。

ישעיהו נ"ד:י' Isaiah 54:10

כִּי הִהָרִים יִמוּשׁוּ וְהַגְּבֻעוֹת תִּמוּשְׁנָה וְחִסְדִּי מֵאֲתֶד לֹא־יִמוּשׁ וּבְרִית שְׁלוֹמִי לֹא תִמוּשׁ אֲמַר מֶלֶךְ־מֶלֶךְ ה'

For the mountains may depart, and the hills be removed; but My kindness shall not depart from thee, neither shall My covenant of peace be removed, saith the L-RD that hath compassion on thee.

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

61 “看哪，我的仆必亨通；他必被高举、被抬升，且极其崇高。”「极其」(מאד, me' od) 一词被解读为：「尽你全力」(מאדך, me' odecha) 之爱被提升到更高的层次。

ישעיהו נ"ב:יג' Isaiah 52:13

הִנֵּה יִשְׁכַּל עַבְדִּי יָרוּם וְנִשָּׂא וְגִבָּה מְאֹד:

Behold, My servant shall prosper, He shall be exalted and lifted up, and shall be very high.

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

62 שו"ה להיות — (וזהו . . יותר כו')

这份手稿中缺少以赛亚关于“极其高升”的结尾括号；注释说，这似乎是 Tzemach Tzedek 所加。

KEHOT 注释

כנראה הוספת כ"ק הצ"צ. בבוך 1824 ליתא.



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）：Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA); The Holy Scriptures: A New Translation (JPS 1917) (Public Domain); Kehot Publication Society (CC-BY-NC); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Sifsei Chachomim Chumash, Metsudah Publications, 2009 (CC-BY-NC); Wikisource Bereshit Rabbah (CC-BY-SA); The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY); Torat Emet 357 (Public Domain); Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY); William Davidson Edition - Vocalized Aramaic (CC-BY-NC); Daat Bereshit Rabbah (Public Domain); Wikisource Talmud Bavli (CC-BY-SA); Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain); Sefer haKuzari - Project Ben-Yehuda (CC-BY-SA); Kitab al Khazari, translated by Hartwig Hirschfeld, 1905 (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/noach/1/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲，Reb Levi Yitzchok