



《托拉·奥尔》·帕拉沙 VAYECHI · 玛玛尔 4

חכלילי עינים מייך ולבן שנים מחלב

酒使眼目红润，奶使牙齿洁白



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/vayechi/4/

1 חכלילי עינים מיין ולבן שנים מחלב. הנה גבי יין כתיב תירושי המשמח אלקים כו'.

“眼目因酒而红，牙齿因奶而白。”如今，论到酒，经上写道：“我的新酒，使 אלקים 喜悦”，等等。

ולהבין מהו בחי' יין המשמח אלקים ואיך יהיה כחו גדול כ"כ [כל כך] לשמח אלקים. הנה אמרו נכנס יין יצא סוד.

要明白：酒“使 אלקים 喜悦”这一层面究竟是什么？它的力量为何如此之大，竟能使 אלקים 喜悦？现在，[贤者]说：“酒入，秘密出。”

2 והענין כי בתורה יש ב' בחי' יין וחלב וכדכתיב לכו שברו ואכלו כו' בלוא כסף ובלוא מחיר יין וחלב.

解释是，托拉中有两个层面：酒与奶，正如经上所写：“你们来，买来吃……不花钱，也不付代价，买酒和奶。”

וביאור הדבר כי הנה יש ב' אהבות אה"ע [אהבת עולם] ואה"ר [ואהבה רבה]. אהבת עולם היא האהבה הגלויה.

说明此事：有两种爱，即世界之爱（אהבת עולם, ahavas olam）和大爱（אהבה רבה, ahavah rabbah）。世界之爱是显明的爱。

3 ואה"ר [ואהבה רבה] היא אהבה המסותרת. ולהבין למה נק' האהבה המסותרת בשם אה"ר [אהבה רבה]. אך

הנה אה"ע [אהבת עולם] היא האהבה שנקלחה מעולמות דהיינו מחמת התבוננות איך שהוא ית' מחדש בטובו כו'. ומהוה מאין ליש בכל יום מבחי' מל' ית'

大爱（אהבה רבה, ahavah rabbah）就是隐藏之爱。要明白为何隐藏之爱被称为「大爱」：现在，源自诸世界的爱（אהבת עולם, ahavas olam），是从诸世界而来的爱；也就是说，它源于观想祂如何以其良善更新万物，等等，并且每天从无创造有——这乃是从祂的王权（מלכות, Malchus）这一层面而来；祂当受称颂。

כי מלכותך מכ"ע [מלכות כל עולמים] כתיב שכל עולמים עליונים ותחתונים הם חיים וקיימים מבחי' מלכותו ית' ממכ"ע [ממלא כל עלמין] וסוכ"ע ואתה מחיה את כולם.

因为经上写道：「你的王权是一切世界的王权」：一切世界，无论上界还是下界，皆由祂的王权这一层面而得以存活并存在——也就是充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）和环绕一切世界的光（סובב כל עלמין, sovev kol almin）——「你赐生命给它们全体。」

4 ואינו כדמיון הנשמה שמחיה את הגוף. שהחיות מתפשט ומתלבש בגוף ממש להחיותו. כי הוא ית' קדוש ומובדל כו'. רק התפשטות בחי' שם בלבד. דהיינו מחמת כי מלך שמו נק' עליהם.

这并不像灵魂赋予身体生命那样：生命力（חיות, chayus）向外扩展，并实际包裹在身体之中，以使身体存活。因为祂，愿祂受称颂，是神圣而与一切有别的，等等。相反，[它]只不过是「名」这一层面／方面（בחינה, bechinah）的延展；也就是说，因为祂的名「王」被称在他们之上。

5 וכמאמר ישתבח שמך לעד פי' לעד עד אין קץ כו'. וע"ז אנו אומרים איש"ר [אמן יהא שמיה רבא] מברך לעלם ולעלמי עלמאי יתברך. פי' שאנו מתפללים ומבקשים שיהיה שם זה בבחי' ברכה והמשכה מההעלם אל הגילוי.

正如“愿祢的名永远受赞美 (la' ad)”这句话所说：“永远”是指无有穷尽，等等。关于这一点，我们说：“阿们，愿祂伟大的名永远、直到万世万代蒙福 (le' alam ule' almei almaya)；愿其受祝福。”也就是说，我们祈求并恳求，使这个名成为蒙福并得以引下的状态，从隐蔽转为显现。

דהיינו שלא יהי' [יהיה] בבחי' העלם והסתר פנים אצלינו בידיעת אנשים מלומדה בלבד שאין זה אלא בבחי' הודאה. אבל בחי' ברכה היא בחי' גילוי ממש במוחו ולבו באמת לאמתו.

也就是说，对我们而言，它不应处于隐蔽、掩面的状态，只停留在“人的诫命，不过是死记硬背学来的”那样的知识上；这样的知识不过属于承认这一层面。然而，祝福这一层面，乃是在人的理智与心中真实显现，确凿无疑。

6 ושיהי' [ושיהיה] גילוי זה נמשך לעלם ולעלמי עלמאי אפי' [אפילו] בעולמות התחתונים כמו בעוה"ז הגשמי וכענין שנאמר ברוך ה' אלקי ישראל מן העולם ועד העולם.

并使这一显现被引下，达到“世界，并到诸世界之世界”（לעלם ולעלמי עלמאי, le' alam ule' almei almaya），甚至进入下层世界，例如这个物质世界；正如经文所说：“愿 ה' (Havayah) — אלקי ישראל — 从世界直到世界蒙福。”

ועד"ז תקנו כל פסוד"ז [פסוקי דזמרה] מב"ש [מברוך שאמר] עד ק"ש [קריאת שמע] להאריך ולהרחיב הדבור בשבחו של מקום איך שמלכותו הוא מכ"ע [מלכות כל עולמים].

沿着这个思路，[贤者们]设立了整套晨祷赞美诗篇（פסוקי דזמרה, Pesukei deZimrah），从《ברוך שאמר》（Baruch She' amar）直到诵读《Shema》（שמע，意为“听”）：为要详尽而充分地赞颂无所不在者，阐明祂的王权（מלכות, Malchus）如何是“万界之王权”。

7 ואיך שהוא קדוש ומובדל כו' עד שיהיה נקבע בקרב איש ולב עמוק. ועי"ז יגיע לקיום הק"ש [הקריאת שמע] **שמע ישראל.**

并且[他们讲述]祂如何神圣而超然，等等，直到这一认识牢固地确立在“人里面，并[在]一颗深沉的心中”。借此，他便能落实诵读“听”（שמע, Shema）经文：“听啊，以色列。”

שמע לשון הבנה להתבונן כי ה' אחד פי' אחד ז' רקיעים וארץ וד' רוחות העולם בטלים אל האל"ף הוא אלופו של עולם.

“听”是指理解；要思量“ה'是一”。“一”（אחד, echad）意指：七重天与大地，以及世界的四方，都归于字母（א, alef）而处于自我消融（ביטול, bittul）的状态；这字母就是世界的主宰（אלופו, aluf）。

8 וכמו שיש בגשמיות ז' רקיעים כו'. כך ברוחניות יש כמה מדרגות זו למעלה מזו וכולם בטלים אליו ית' רק שברוך שם כו'.

正如在物质层面有七层天界等等，在灵性层面也有许多层级，一层高于一层；它们全都在祂面前自我消融，只是还有“祂国度的荣耀之名当受称颂”等语。

שמבחי' דלי"ת רבתי דאחד נמשך בחי' ברכה והמשכה להיות בחי' שם כבוד מלכותו כו'. ועי"ז יגיע למדרגת ואהבת.

因为从「一」的大字母 דלי"ת (dalet) 这一层面，引出了祝福与向下延展，使之成为“祂国度的荣耀之名”这一层面，等等。借此，他便能达到“你要爱”的层面。

פי' ואהבת הוא מלשון רצון. דהיינו שיהי' [שיהיה] רצונך שהוי' יהיה אלקיך בכל לבבך בשני יצריך יצ"ט [יצר טוב] ויצה"ר [ויצר הרע] לאהפכא חשוכא כו'

“你要爱”（אהבת, ve' ahavta）一语，是意愿（רצון, ratzon）之意。也就是说，你的意愿应当是：让 הוי' (Havayah) 成为你的 אלקים (Elokim)；要“全心全意”——以你的两种倾向，即善的倾向与恶的倾向——使黑暗转为[光明]，等等。

שיעקור רצונו מהבלי עולם להיות לו שינוי רצון ולהפך רצונו לה' אחד וכמ"ש מי לי בשמים ועמך לא חפצתי בארץ:

[也就是说，]要从世俗虚妄之事中拔除自己的意愿，使自己的意愿发生改变，并转而归向独一的 ה'；正如经上所说：“我在天上有谁呢？有你同在，我在地上便无所贪求。”

9 והנה כ"ז [כל זה] הוא בחי' אה"ע [אהבת עולם] שאומרים אהבת עולם אהבתנו. פי' אהבתנו שאהבה זו היא מתלבשת בתוך נפשנו.

现在，以上所述都是永恒之爱（אהבת עולם, ahavas olam）的层面，正如我们所说：“你以永恒之爱爱了我们（אהבתנו, ahavtanu）。”所谓“爱了我们”，意思是这种爱披覆于我们的灵魂之中。

שהנפש יכולה להיות כלי להגביל ולהלביש את האהבה זו בתוכה ממש להיות תוכה רצוף אהבה זו. אבל אה"ר [אהבה רבה] היא בשרש הנפש במקור חוצבה כי חלק הוי' ממש עמו.

因为灵魂能够成为器皿，在自身之内实实在在地容纳并包裹这种爱，使它的内里镶嵌着爱——镶嵌的正是这种爱。但伟大之爱（אהבה רבה, ahavah rabbah）位于灵魂的根源之中，也就是它被凿出之源；因为“祂的子民”字面上就是“ה' (Havayah) 的一部分”。

10 ואני הוי"ה לא שניתני כתיב שהוא ית' למעלה מגדר עלמין ואין ערוך אליו ית' כלל אפי' [אפילו] כמשל טפה מים אוקיינוס.

经上写道：「我——הוי' (Havayah) ——并未改变」；因为祂（愿祂受称颂）超越诸世界的界限，与祂（愿祂受称颂）完全无从相比——甚至连「一滴水[与海洋之水相比]」这样的比喻也不适用。

שעם היות שהוא חלק קטן מאלף אלפי אלפים ורבי רבבות. עכ"ז [עם כל זה] שייך איזה ערך ויחוס במהותו הדומה לו שגם מהות הטפה היא מים כמו הים הגדול ממש.

尽管[这滴水]只是千千万亿与无数万万中的[一个]极小部分，然而，凭着它的本质与海洋相似，仍有某种可比性和关联：因为这滴水的本质也是水，与大海完全相同。

משא"כ אליו ית' אין ההשתלשלות ערוך כלל ולכך האהבה שנלקחה מבחי' זו אינה מתלבשת ממש תוך הנפש ואין הנפש יכולה להגבילה אלא היא בבחי' מסותרת

但祂（愿祂受称颂）并非如此：逐级下降的世界链条（השתלשלות, hishtalshelus）与祂[相比]完全无从相比。因此，从这一层面引出的爱并未真正内着于灵魂之中，灵魂也无法容纳它；相反，它处于隐藏的状态。

והיא באה לידי גילוי בבחי' בכל מאדך כו'. (וע' בתניא ס"פ מ"ג ועי' [ועיין] ג"כ פי' י"ט):

它显露出来时，便达到「尽你一切的力量」（בכל מאדך, bechol me' odecha）这一层面，等等。（参见 Tanya（תניא）第43章末；另见第19章。）

11 והנה ההפרש שבין אה"ע [אהבת עולם] לאה"ר [אהבה רבה] הוא כי אה"ע [אהבת עולם] הבאה מחמת התבוננות ועומק מחשבתו יש לה הפסק שאם לבבו פונה לדברים אחרים וטרוד במחשבתו בעסקי עולם אזי חולפת ועוברת ממנו כו'

现在，属世之爱（אהבת עולם，ahavas olam）与伟大之爱（אהבה רבה，ahavah rabbah）的区别是：属世之爱来自省察和思想的深度，因此会受到干扰；因为若他的心转向其他事物，思想又被世间事务占据，那么这种爱就会从他身上消退而去，等等。

משא"כ האה"ר [האהבה רבה] שבשרש נפשו ממקור חוצבה אין לה הפסק שגם אם לבבו פונה לדברים אחרים הרי אין בזה לעומת זה להיות לעומת האהבה הזאת להטרידה ולהפסיקה.

但根植于他灵魂的根源、源自灵魂被凿出的源头的伟大之爱，却不会中断。因为即使他的心转向其他事物，也没有“此一与彼一相对”的情形，[没有什么]能与这爱相对而立，扰乱并中断它。

12 ולזאת תשאר אהבה זו בבחי' רשימו להיות זכרונה תקועה בלב בל תמוט עולם ועד.

因此，这份爱以印痕（רשימו，reshimu）的形式留存，使它的记忆牢牢固定在心中，“永不动摇，直到永远”。

אך כיצד תהיה אה"ר [אהבה רבה] זו בבחי' גילוי שיעלה ויגיע למדרגת בכל מאדך ע"ז אמרו נכנס יין יצא סוד היא התורה שנק' בשם יין.

但是，这份广大之爱（אהבה רבה，ahavah rabbah）如何才能显露出来，使它升起并达到“尽你一切的力量”这一层次？对此，他们说：“酒入，秘密显露”：[酒]就是托拉，而托拉被称为“酒”。

13 וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] ערבים עלי ד"ס יותר מיינה של תורה כי על האהבה נאמר וירא אלקים את האור כי טוב ואמרו רז"ל [רבותינו זכרונם לברכה] כי טוב לגנוז בתורה.

正如我们的贤者（愿其忆念受福）所说：“经师的话语对我而言，比妥拉之酒更令人欣悦。”关于爱，经上说：“אלקים看见光，认为它是好的”；我们的贤者（愿其忆念受福）又说：“它是好的，适宜藏在妥拉中。”

וכשנכנס יינה ש"ת [של תורה] יצא סוד הוא אור האהבה הגנוז מהעלם אל הגילוי להיות אצלו גילוי האה"ר [האהבה רבה] המושרשת בשרש נפשו במקור חוצבה בבחי' בכל מאדך

当妥拉之酒进入时，秘密——也就是隐藏的爱的光——便从隐匿中显露出来，使他显现出扎根于其灵魂之根、根植于其灵魂被凿出之源的深广之爱（אהבה רבה，ahavah rabbah），处于“尽你一切力量”的层面。

וע"ז נא' [באמר] פותח את ידיך. יודי"ך הן הם בחי' הצמצומים רבים ועצומים מאא"ס [מאור אין סוף] ב"ה להיות השתלשלות המדרגות מעילה לעלול כו'.

关于此事，经文说：“你张开你的手（ידיך, yadecha）。”所谓“你的诸个 יודי (yud)”（יודי"ך, yudecha），指的是无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof；愿祂蒙福）所发出的许多强大收缩（צמצומים, tzimtzumim）层面，使诸层级的逐级下降链条得以形成，由因至果，等等。

14 ומקור התהוות העולמות מאין ליש מרצה"ע [מרצון העליון] ב"ה וע"י התורה שהיא חכמתו ורצונו ית' פותח את היודי"ן והצמצומים להיות גילוי רצה"ע [רצון העליון] ב"ה.

诸世界从无到有的生成，其根源在于至高意愿，愿祂受称颂。并且借着托拉（תורה, Torah）——祂的智慧与意愿，愿祂受称颂——[祂]开启那些希伯来字母 היודי"ן (yudin；即希伯来字母 יודי 的复数形式) 以及收缩（צמצום, tzimtzum），使至高意愿得以显现，愿祂受称颂。

ומשביע לכל חי דהיינו בכל חיות ואור המתפשט בעולמות מריש כל דרגין כו'. להיות בהם בחי' רצון שיהי' [שיהיה] שורה ומתגלה בהם בחי' רצה"ע [רצון העליון] ב"ה ונמשך לנפש האדם ג"כ שיהי' [שיהיה] מתגלה בו רצה"ע [רצון העליון] שבנפשו

“并使一切有生命者满足”：也就是说，在遍布诸世界的每一分生命力与光中——从一切层级之首等等——都应有意愿这一层面，使至高意愿这一层面安住其中并在其中显现。这意愿也被引至人的灵魂，使其灵魂中的至高意愿也在他里面显现。

דהיינו האה"ר [האהבה רבה] המושרשת בשרש נפשו למעלה מכדי שתוכל הנפש שאת מאחר שהרצ"ע [שהרצון העליון] בא אצלו לידי גילוי למטה בלבושי הנפש דבור ומעשה ע"י דבור בת"ת [בתלמוד תורה] ומעשה המצות ולכן אמרו רז"ל [רבתינו זכרונם לברכה] שישואלים את האדם קבעת עתים לתורה.

也就是说，这是扎根于他灵魂根源、超出灵魂所能承受范围的广大之爱（אהבה רבה, ahavah rabbah）；因为至高意愿已在他里面于下方显现，显现在灵魂的言语与行为这两种外在衣饰中——借着学习托拉时的言语，以及履行诫命（מצות, mitzvos）的行为。因此，我们的先贤，愿其记忆蒙福，说人会被问：“你是否为托拉学习安排了固定时间？”

שע"ז יעורר את האהבה מלמעלה בשרש נפשו שאינה מתלבשת בשום כלי המעלים ומסתיר שאין כמוה ולא דוגמתה בזלעו"ז [בזה לעומת זה] הנ"ל ואין לה הפסק שאפי' [שאפילו] בעסקו בשאר ענינים תהיה אהבה זו תקועה בלבו.

因为借此，他会从上方唤起扎根于自己灵魂根源中的爱；这爱不包裹在任何会遮蔽隐藏它的器皿之中。在上文所说的“彼此相对”之中，没有任何与它相同者，也没有任何与它相似者；而且它不会中断，因此即使他忙于其他事务，这爱仍会固定在他心中。

ומזה יבא לידי ודברת במ כו' (וע' באגה"ק [באגרת הקודש] ד"ה איתא רפ"ד דמגלה ודאשתמש בתגא כו' במי ששונה הלכות כו' יעו"ש [יעוין שם]):

由此，他便会达到“你要谈论这些话”等等。（见《Iggeres HaKodesh》（אגרת הקודש）中以“据说，《Megillah》（מגילה，Megillah）第四章开篇说道：‘使用冠冕的人’等等”为题的一节；那里谈到学习律法条文（הלכות，halachos）的人等等；可参阅该处。）

15 ובזה יובן הכתוב חכלילי עינים מיין. פי' עינים הוא מ"ש עיני תמיד אל ה'. הנה עין ה' אל יראיו.

由此便可明白经文“眼目因酒而红”。“眼目”[如同]经上所说：“我的眼目常常仰望 ה' (Havayah)”；“看哪， ה'的眼目眷顾敬畏祂的人。”

והוא בחי' לאסתכלא ביקרא דמלכא דהיינו שיאיר בלבו אור האהבה לה' בבחי' ראיא היא בחי' אהבה בתענוגים שהיא מדרגה העולה על כולנה למעלה מאה"ר [מאהבה רבה] ואה"ע [ואהבת עולם]

这是“注视君王的荣耀”这一层面，也就是说，对 ה'的爱的光明在他的心中照耀，如同亲眼看见一般；这便是以愉悦为乐的爱。这一层面超越其他一切，高于广大之爱（אהבה רבה，ahavah rabbah）和永恒之爱（אהבת עולם，ahavas olam）。

(וצ"ע [וצריך עיון] בתניא פמ"ג משמע דאה"ר [דאהבה רבה] היא אהבה בתענוגים. וצ"ל שיש ב' בחינות אה"ר [אהבה רבה] הא' האהבה הנז' [הנזכר] בתניא פי"ט כשבאה לידי גילוי כשאינה בבחינת גילוי התענוג.

（对此还须结合《Tanya》（תניא）第43章考察；该章似乎表明，广大之爱就是以愉悦为乐的爱。必须说，广大之爱有两个层面。第一种是《Tanya》第19章所说的爱：它显露出来时，并不处于愉悦显露的层面。

וגדולה ממנה היא אה"ר [אהבה רבה] בתענוגים. ועיין במ"א ע"פ אחותי רעיתי יונתי כו'. שם נתבאר אחותי היא מצד אהבה טבעית ויונתי היא אהבה בתענוגים)

比它更高的，是带有愉悦的广大之爱。另请参看他处关于“我的姊妹、我的伴侣、我的鸽子”等经文的阐释；那里解释说，“我的姊妹”属于自然之爱的层面，“我的鸽子”则是以愉悦为乐的爱。）

וכענין שכתוב עיניך יונים כמו זוג יונים שמסתכלים תמיד זע"ז [זה עם זה / זה על זה] ומתענוגים כו'. כך יהיה קשר האהבה בדביקות נפלא ועצום עד שיהיו עיניו ולבו כל הימים רק לאסתכלא ביקרא דמלכא. וכמ"ש בזהר ע"פ הסבי עיניך כו' דמוקדין ליה בשלהובין דרחימותא.

正如经上所说：“你的眼目如鸽子。”这好比一对鸽子，不断彼此注视，并从中得享愉悦，等等；爱的联结也当如此，达到奇妙而深切的依附，以至于他的眼目和心终日只注视“君王的荣耀”。正如《Zohar》（זהר）在“转开你的眼目”等经文的阐释中所说：“它们以爱的火焰使祂燃烧。”

שתהא האהבה מתלהבת ומתלהטת בלב איש להתענג על ה' מרוב כל עד שאין כח בנפשו להגביל את האהבה בלב רק בבחינת ראייה מבחוץ (ועיין במ"א ע"פ עיניך יונים וע"פ הראיני את מראיך):

也就是说，爱在人的心中炽烈燃烧，使他以^{ה'}为乐，胜过一切[其他事物]；直到他的灵魂没有力量将这爱收束在心中，只能以从外部观看的方式来面对它。（另请参看他处关于“你的眼目如鸽子”和“求你让我看见你的容貌”的阐释。）

16 וזהו ענין חכלילי עינים. פירוש אדמומית העינים שאודם העינים הוא מחמת תוקף רשפי אש דמוקדין ליה בשלהוביתא כו'.

这就是“眼目红润”的含义：眼目发红，是因为“火焰般的火花”极其炽烈，“使祂在烈焰中燃烧”，等等。

והוא בחינת מעלת ומדרגת השבת אז תתענג כו' וקראת לשבת ענג. אך מי שטרח בע"ש [בערב שבת] כו'.

这就是安息日（^{שבת}, Shabbos）的特殊尊贵和层次：“那时你必享受”，等等；“你要称安息日为喜乐。”然而，“在安息日前夕劳作的人”，等等。

ולכן צריך כל ימות החול ליגע את נפשו. לעורר את האה"ר [האהבה רבה] ואה"ע [ואהבת עולם]. וע"י זה יגיע לבחינת האהבה בתענוגים המתגלית בשבת.

因此，在一周的每个平日，人都必须以自己的灵魂辛勤努力，唤起广大的爱（^{אהבה רבה}, ahavah rabbah）和永恒之爱（^{אהבת עולם}, ahavas olam）；借此，他便能达到安息日显现的悦乐之爱这一层次。

17 והנה כ"ז [כל זה] בא מבחינת ומדרגת יין. יינה ש"ת [של תורה]. וזהו חכלילי כל חיק הטועם אומר לי לי.

如今，这一切都源自酒的层面与阶次，即托拉（^{תורה}, Torah）之酒。这就是“^{חכלילי} (chachlili)”：“每个尝到滋味的口（^{חיק}, chech）都说：‘为我，为我’（^{לי לי}, li li）。”

לפי שיתגלה בחי' חיק הטועם את היין דהיינו בחי' חכמה וטעמי מצות שהם בחי' תענוג העליון.

因为尝酒之口这一层面将要显露；这就是智慧（^{חכמה}, Chochmah）这一层面，以及诫命（^{מצות}, mitzvos）的理由——即滋味（^{טעמי}, te' amim）——它们都属于至高愉悦这一层面。

וע"י כן נתעלה בעילוי אחר עילוי לי לי עד רום המעלות (פי' חיק הטועם זהו בחי' אהבה בתענוגים המתגלה בשבת שהוא בחי' שם ע"ב [שם ע"ב] דחכמה

由此，他便不断升高，一重又一重地上升，“为我，为我”，直至最高的高处。（也就是说，“尝味的口”是安息日（^{שבת}, Shabbos）显露的愉悦之爱这一层面；它属于智慧的^{ע"ב} (Av, 72) 之名这一层面；

ואזי אומר לי לי ב"פ [ב' פעמים] דהיינו שנכללו בו ב' אהבות הנ"ל אה"ר [אהבה רבה] ואה"ע [ואהבת עולם]
 שהם מ"ה [שם מ"ה] וב"ן [ושם ב"ן] דמ"ה [דשם מ"ה] מברר ב"ן [שם ב"ן] וע"י יחוד מ"ה [שם מ"ה] וב"ן [ושם ב"ן]
 מתגלה בשבת בחי' הגבוה משניהם והוא בחי' שם ע"ב [שם ע"ב] אהבה בתענוגים):

此时便两次说“为我，为我”，也就是说，前面提到的两种爱——宏大之爱（אהבה רבה, ahavah rabbah）与永恒之爱（אהבת עולם, ahavas olam）——都包含在其中。这两种爱分别是 מ"ה (Mah, 45) 与 ב"ן (Ban, 52)，因为 מ"ה 澄清 ב"ן；而通过 מ"ה 与 ב"ן 的结合，安息日显露出高于二者的层面，即 ע"ב 之名这一层面：愉悦之爱。）

18 ולבן שינים מחלב. פירוש כי שינים הם הטוחנות את המאכל להיות מתעכל במעיו שע"ז יהי [יהיה]
 מזון לגוף

“牙齿因奶而白。”意思是：牙齿用来磨碎食物，使食物在他的腹中得以消化；由此，食物便成为身体的养分。

משא"כ כשלא ילעוס ויטחון המאכל בשיניו לא יבא לידי עכול כלל ולא יהיה לו למזון ולשובע.

反之，如果他不咀嚼，不用牙齿磨碎食物，食物就完全不能被消化，也不能成为他的食物，使他得饱足。

19 וכך עד"מ כדי שיהי [שיהיה] מזון לרמ"ח אברין דמלכא שתהא נפשו מרכבה אליהם שיתאחד ממש עם
 הנפש צ"ל בבחי' שינים הטוחנות ומפררות

同样，以此作比方：为了使“君王的248个肢体”有食物，使他的灵魂成为它们的战车，并使食物与灵魂真正合一，就必须具备牙齿这一层面，能够研磨、碾碎食物。

דהיינו לפרר ולברר כל מעשיו ודבוריו ומחשבותיו ולדקדק ולפשפש בהן ולהיות ממארי דחושבנא
 לשקול כל דרכיו ולפלס מעגלותיו.

也就是说，要把自己的一切行为、言语和思想加以分解、辨析，仔细审察、查究，并成为“核算之人”，衡量自己的一切行径，度量自己的道路。

20 ונק' בלשון הגמ' [הגמרא] מדקדק במעשיו שע"כ [שעל ידי כך] יהיה בבחי' עכול כנפש שהטוב יקבל למזון
 ולשובע והפסולת המעורב תערוכת זר ופסולת ידחה לחוץ.

在《Gemara》（גמרא）的用语中，这称为“细察自己的行为”。借此，灵魂中便会有一种消化作用：善会被吸收为食物，使灵魂得饱足；而混杂其中的废物——异质的混杂物和残渣——则会被排到外面。

וכן בענין בירורי המדות אוי"ר [אהבה ויראה] כל חד לפום מאי דמשער בלבוי' ושוקל במאזני שכלו כיצד היא האהבה האמיתית לה'.

同样，在澄清情感属性（מדות, middos）——爱与敬畏（אהבה ויראה, ahavah v'yirah）——这件事上，“各人按自己心中所衡量的”，都要用理智的天平衡量：对 ה' 的真正之爱是什么。

21 וכיצד היא בחי' אתהפכא חשוכא כו' באמת לאמתו להיות מייגע א"ע [את עצמו] ביגיעת הנפש לבא למדרגה זו שיהיה נקבע בלבו באמת לאמתו בלי דמיונות כו'

并且，[他衡量]何谓真正真实地达到“转暗为明”等这一层面——要以灵魂的辛劳使自己疲惫，努力达到这一层次，使之真实无伪地固定在心中，而非出于想象，等等。

וכיוצא בזה כמה דרכים הידועים למבקשי ה' יבינו כל מאליהם שצריך לדקדק ולפשפש כו' ולהיות מייגע עצמו כו'.

类似的道路还有许多，为“寻求 ה' 的人”所熟知；他们“自会明白一切”：人必须仔细审察、反省，等等，并使自己辛劳努力，等等。

אך אח"כ יגיע לבחי' ומדרגת החלב.

然而，之后他会达到奶的层次和境界。

כמו שהחלב עד"מ מגדל את הולד להיות אבריו נגדלים. כך בחי' החלב של תורה מגדל את מדותיו אהוי"ר [אהבה ויראה] כו' להיות לו אוי"ר [אהבה ויראה] היותר גדולים בגדלות המוחין

正如奶——姑且作此比喻——使婴儿成长，使他的肢体发育；同样，Torah之奶的层次使他的情感属性（מדות, middos）、爱与敬畏等增长，使他拥有最宏大的爱与敬畏；这来自认知机能（מוחין, mochin）的成熟扩展（גדלות המוחין, gadlus hamochin）。

(שהאברים הם המדות ועיקרם הם חג"ת [חסד גבורה תפארת] נה"י [נצח הוד יסוד] ובחי' חב"ד [חכמה בינה ודעת] שבתוכן המקיימות אותן וכל א' מג' מיני בחינות אלו כלולה מכל הנ"ל הרי פ"א. וכל בחי' נחלקת לג' בחי' ראש תוך סוף הרי רמ"ג. ושרשם ה"ח [ה' חסדים] המגדילים הרי רמ"ח).

（肢体就是情感属性，其主要部分是慈爱（חסד, Chesed）、克制（גבורה, Gevurah）、荣美（תפארת, Tiferes）、永胜（נצח, Netzach）、辉煌（הוד, Hod）和根基（יסוד, Yesod）；其中的智慧（חכמה, Chochmah）、理解（בינה, Binah）和认知（דעת, Daas）这一层面维系着它们。这三类层面各自都包含上述一切，共为81。每一层面又分为头、中、末三个层面，共为243。它们的根源是使其增长的五种慈爱（חסדים, Chasadim），合计为248。）

וזהו רוחצות בחלב כו' שהחלב מרחיץ המדות ונהפכין ממהות למהות להיות נהפך לבו ונעשה כאיש אחר לגמרי בשינוי המדות כולן שוין לטובה.

这就是“以奶洗净”，等等：奶洗净情感属性，使它们从一种本质转变为另一种本质；于是他的心发生转变，他完全变成另一个人，一切属性都改变，且无一不趋于善。

ומזה יומשך להיות לבן שינים שיהיה בהם בחי' לבנונית ובהירות בבירורי המדות בעילוי אחר עילוי עד רום המעלות בבחי' ראייה חושיית שלא ביגיעה יגיעת הנפש ויגיעת בשר רק מיד יגיע אליו כו'.

由此便会达到“牙齿洁白”：其中具有洁白、明亮的层面，在情感属性的精炼上不断提升，直至最高境界，并达到感官可见的境地——不再需要辛劳，不必耗费灵魂与肉身的力量；相反，这会立刻临到他，等等。

וזה חכלילי כו' מיין כו' מחלב כו' ובחי' יין וחלב נעשה הכל בחי' חכלילי לי לי עד רום המעלות:

这就是“红润”，等等，“因酒”，等等，“因奶”，等等：酒与奶的层面全都成为“红润”（חכלילי, chachlili）这一层面——“为我，为我”——直至最高境界。



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

关于本版

This edition contains the Hebrew text and the English translation.

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.

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/vayechi/4/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok