



《托拉奧爾》• 帕拉沙 BEREISHIS • 瑪瑪爾 1

השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'

「諸天是我的寶座，地是我的腳凳」



為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

likuteitorah.com/zh-Hant/torah-ohr/bereishis/1/

1 השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'. להבין איך שייך עליו ית' לומר כסאי והדום רגלי.

「諸天是我的寶座，大地是我的腳凳；什麼樣的殿……」等等。[我們需要]明白，將「我的寶座」和「我的腳凳」這樣的說法用於祂，願祂受頌讚，究竟何以恰當。

שהרי אין לו דמות הגוף ואינו בגדר מקום וכמ"ש הנה מקום אתי שהוא מקומו של עולם ואין העולם מקומו.

因為祂沒有形體，也不受空間範圍所限，正如經上所說：「看哪，有一處地方與我同在」；這是說，祂是世界的所在，而世界不是祂的所在。

אך להבין הענין כי הנה התורה היא מן השמי' כמ"ש כי מן השמים דברתי וגו'

然而，要明白這件事：妥拉來自天上，正如經上所說：「因為我從天上說話」，等等；

דהיינו שהיא בחי' שמים כי שמים אש ומים. וכך גבי התורה כתיב מימינו אש דת למו.

也就是說，它屬於「天」這一層面，因為「天」（שמים，shamayim）由「火」（אש，esh）與「水」（מים，mayim）構成。妥拉也如此，經上說：「從祂右手而出，為他們的是火的律法。」

2 והנה כתיב ושמרתם את חוקתי ועשיתם אתם אתם כתיב שהאדם הוא העושה את התורה. וכך אנו

מבקשים בברכת אהבת עולם אהבתנו כו' לשמור ולעשות ולקיים

如今經上寫道：「你們要遵守我的律例，並實行它們（אתם，osam）」；這裡寫作「אתם」（atem，「你們」），意即人正是造作妥拉者（העושה，ha' oseh）。因此，我們也在祝福「祢以永恆的愛愛了我們」等祈求：「使我們遵守、實行（לעשות，la' asos）並履行（לקיים，lekayem）。」

תחלה לעשותה ואח"כ לקיימה והיינו ע"י אב הרחמן רחם עלינו ותן בלבנו בינה שמבחינת רחמים

עליונים נמשך בינה והתבוננות בלב להיות בה ועל ידה עשיית והתהוות התורה.

先是實行它，然後才履行它。這是藉著「憐憫的父啊，求祢憐憫我們，並將理解（בינה，Binah）賜入我們心中」而成就的：因為從上界憐憫的層面，理解與沉思被引入心中，使妥拉在心中並藉著心而被造作、得以生成。

3 וכיצד תהי' התבוננות זו מבואר בק"ש [בקריאת שמע] שמע לשון הבנה והבנה זו היא בתיבת שמע

עצמה

至於這種觀照應當如何進行，誦讀「聽」（שמע，Shema）時便有所說明：שמע不僅表示「聽」，也表示「理解」；而這種理解就在「聽」這個詞本身之中；

כי שמע שם ע' פי' כי עי"ן רבתי היא בחינת לך ה' הגדולה והגבורה וכו'

因為שמע是「ע字之名」(שם ע', shem ayin)。也就是說，大字母ע (ayin) 所代表的層面，正是經文所說的：「הי'，偉大與大能都屬於你」等等；

ז' מדות עליונות שהם בחינת לך דהיינו שהם בטלים אליו ונכללים במקורן שעדיין אינן בבחינת

המשכה והתפשטות למטה להיות עולים בשם גדולה וגבורה וכו' ואזי נקרא בשם ע' רבתי

這七個超越的屬性，正是「屬於你」的層面；也就是說，它們對祂完全自我消融，並歸入其源頭，尚未處於向下引下並向下擴展的狀態，因而還不以「偉大」、「大能」等名稱稱之；此時便稱為放大的ע；

והמשכה שנמשך ומתפשט למטה הוא רק בחינת שם לבד שהוא הארה בעלמא

而向下引下並向下擴展的，只是「名字」這一層面，不過是微光而已；

וכמאמר ברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד שאין זו אלא מבחינת שם ומדת מלכותו ית' כי מלכותך

מלכות כל עולמים כתיב.

正如所說：「願祂王權的榮耀之名，受祝福，直到永遠。」這僅僅出自「名字」這一層面，以及祂的
王 權

(מלכות, Malchus) 屬性，願祂受頌讚；因為經文寫道：「你的王權，是統治一切世界的王權。」

4 וזהו ענין בינה להבין דבר מתוך דבר פי' תוך דבר נקרא בחינת ממלא כל עלמין שהיא בחינת שם

דהיינו בחינת זיו והארה הנמשך תוך עלמין.

這就是理解 (בינה, Binah) 的含義：從一件事物之中理解另一件事物。也就是說，事物之「內」稱為充滿一切世界之光 (ממלא כל עלמין, memalei kol almin) 這一層面；它就是「名」這一層面，也就是在世界之中流入的光輝與微光。

וצריך להבין מזה שאינו אלא זיו כנ"ל שהוא ית' הוא הסובב כל עלמין ולית מחשבה כו' ולא מכל

מדות אליו כלל

由此必須明白，正如前面所說，這不過是光輝；祂受頌讚，乃是環繞一切世界者 (סובב כל עלמין, sovev kol almin)，而且「沒有任何思想 [能領會祂]」，等等；祂「根本不屬於這些屬性中的任何一種」。

וע"י זה נמשך להיות ואהבת את הוי"ה אלהיך ממש לדבקה בו ית' בא"ס ב"ה ממש כמ"ש מי לי בשמים ועמך לא חפצתי וגו'

藉此便能達到「你要愛 הוי' (Havayah)，你的 ה'」——真正如此：真正地與祂（願祂受頌讚）緊密相連，也就是與受頌讚的無限者（אין סוף，Ein Sof）緊密相連；正如經上所說：「我在天上有誰呢？除祢以外，我別無所求」，等等；

שיהי' [שיהיה] רק חפצו ורצונו שהוי"ה אור א"ס ב"ה עצמו יהיה אלהיך שורה בקרבך דהיינו שיהא גילוי אור א"ס ב"ה עצמו על נפשו

也就是說，他唯一的意願與渴望，是願 ה'——無限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）——本身成為「你的 ה'」，住在你內；也就是說，願無限之光本身顯現在他的靈魂之上。

דהיינו ע"י בכל לבבך שהוא כמ"ש אם ישים אליו לבו רוחו ונשמתו אליו יאסף כי רוח אייתי רוח ואמשיך רוח שע"י רוח האדם העולה למעלה שישים אליו

這是藉著「全心」而實現的，正如經上所說：「若他將心意向著祂，祂就把祂的靈與氣息收聚到他那裡」；因為「一個靈引來另一個靈，並引出一個靈」：藉著人的靈向上升起，當他「將心意向著祂」時，

דהיינו שלבבו יכסף לדבקה בו ית' ולהמשיך בחי' גילוי אלהותו ית' על נפשו ותוך נפשו.

也就是說，他的心渴望與祂受頌讚，緊密相連，並將祂受頌讚的**אלקות**顯現引至他的靈魂之上，並進入他的靈魂之中，

אזי רוחו ונשמתו מבחינת סובב כל עלמין אליו יאסף להיות מתאסף השראתו אצלו בקרב איש ולב עמוק

那麼，從環繞一切世界之光這一層面而來的「祂的靈與氣息」，就會被祂「收聚到他那裡」，使祂的臨在收聚於他那裡，「在人的內裏，以及深邃的心中」。

ומזה נמשך להיות והיו הדברים האלה אשר אנכי מי שאנכי מצוך כו' שע"י זה נמשך גילוי אלהותו והתהוות התורה בבחינת שמים אש ומים.

由此便引出「這些話——我（אנכי，Anochi），也就是『我所是的那一位』——所吩咐你的」，等等；藉此，祂的**אלקות**得以顯現，並使妥拉在「天」、火與水這一層面形成。

**כי הנה התורה קדמה אלפים שנה לעולם פי' עולם נקרא בחינת אש ומים והתורה גבהה מעלתה מאד
בבחינת אלפים שנה שהם למעלה מבחינת עולם וכדי שתמשך לבחינת עולם**

因為妥拉在世界之前已存在兩千年。也就是說，「世界」是火與水這一層面的名稱；妥拉的地位極其崇高，處於「兩千年」的層次，這遠在「世界」的層次之上；而為了使妥拉延引至「世界」的層次，

דהיינו להיות מימינו אש כו' שהוא רמ"ח מצות עשה שמימין ושס"ה מצות לא תעשה משמאל כו'
也就是使「從祂右手而出，火……」得以實現；這指的是248條積極誡命，屬於右方；以及365條禁止誡命，屬於左方，等等——

הנה המשכה זו היא על ידי אתערותא דלתתא בואהבת בכל לבבך רוח אייתי רוח ואמשיך רוח
這種延引是藉由由下而起的激發（אתערותא דלתתא， isarus dilesata），也就是「你要……全心愛」：
「一個靈引來另一個靈，並引出另一個靈。」

וע"י זה ודברת במ ודברת לשון הנהגה והמשכה דהיינו להיות המשכת אור א"ס ב"ה בתורה.
藉此，便有了「你要論及它們」：ודברת（vedibarta，「你要論及」）一詞含有引領與延引之意；也就是將無限之光（אור אין סוף， Or Ein Sof）——願祂受頌讚——延引至妥拉之中。

**5 וזהו ענין וידבר ה' אל משה שהמשכת הוי"ה להיות התורה צריך להיות המשכה תחלה לבחינת משה
שהוא מבחינת כי מן המים משיתיהו.**

這就是「Havayah（הוי'）向摩西（משה， Moshe）說話」的含義：為使妥拉（תורה， Torah）得以存在，**ה'**的流降必須先流降至摩西這一層；他所處的層面，正是「因為我把他從水中拉出來」的層面。

**וזהו השמים כסאי שהשמים היא התורה הרי היא כסא ע"ד משל שנעשה לשבת וישיבה זו היא
השפלה לגבי עמידה שכשהאדם עומד הנה הוא בעל קומה וראשו ומוחו גבוהים מעל הארץ וע"י
ישיבה נשפל קומתו.**

這就是「諸天是我的寶座」的含義：諸天就是**תורה**，而它是一張寶座——這是譬喻而言——寶座是為了坐下而設。坐下相較於站立，是一種降低：人站立時身形挺拔，頭與腦高於地面；坐下則使身量降低。

כך התורה נעשה כסא לאור א"ס ב"ה לבחינת ראשו שהיא בחינת רצונו וחכמתו ובינתו
因此，妥拉成為無限之光（אור אין סוף， Or Ein Sof），願祂受頌讚，為祂的「頭」這一層面作寶座；這「頭」就是祂的意願（רצון， ratzon）、智慧（חכמה）與理解（בינה， Binah）；

דאנת חכים ולא בחכמה ידיעא ומבין ולא בבינה ידיעא ובתורה יורדים ומשתלשלים חכמתו ובינתו בדברים גשמיים כתפילין וציצית וצדקה ותרומות ומעשרות וקרבנות כו':

因為「祢是智慧者，卻不是憑可知的智慧；祢是理解者，卻不是憑可知的理解」；而在妥拉中，祂的**חכמה**與**בינה**下降，並逐層流入物質性的事物，例如經匣（תפילין，tefillin）、衣角縫子（ציצית，tzitzis）、慈善施予、舉祭（תרומות，terumos）、什一奉獻、祭獻等等。

6 והארץ הדום רגלי. הדום בלשון הפסוק הוא כמו שרפרף בלשון הגמרא שהוא ג"כ כסא קטן.

「大地是我的腳凳。」經文用語中的腳凳（הדום，hadom），相當於《Gemara（גמרא）》用語中的小凳（שרפרף，shrafrat）；它也是一種小座椅。

והוא מה שמעמידין תחת רגלי היושב להגביה הרגל מעל הארץ וע"ז אמרו בגמ' [בגמרא] על פסוק כרסון רמיו אחד לכסא ואחד לשרפרף. כסא הוא הגדול שיושבין עליו ושרפרף הוא הקטן שמעמידין תחת הרגלים.

它是放在坐者腳下的物件，使腳抬離地面。關於這一點，《Gemara》就「寶座設立了」這句經文說：一個是寶座，一個是腳凳。寶座是供人坐的大座，腳凳則是放在腳下的小座。

7 והענין כי הנה כנסת ישראל נקרא רגל כמ"ש בנים אתם לה' אלהיכם וברא כרעא דאבוה

其義是：以色列會眾被稱為「腳」，正如經上所說：「你們是你們的 ה'（即 הוי'（Havayah））的兒女」；又說：「兒子是父親的腿。」

והנה כמו ע"ד משל שנמצא מעלה יתירה ברגל מה שאין בראש שהרגלים הם המהלכים והם נושאים את הראש ומוליכין אותו למחוז חפצו ונמצא הראש צריך להרגל

現在用比喻來說，腳有一種頭所沒有的優越之處：行走的是腳；腳承載著頭，帶它到達所期望的目的地。因此，頭需要腳。

וגם גידי הראש וחיותו שהדם הוא הנפש הם ברגלים וכשמקיזין דם מהרגל מתרפא הראש ומתקיים

此外，頭部的血管及其生命力——因為「血就是靈魂」——也在腳中；從腳上放血時，頭便得到治癒並得以維持。

וכן כמה רפואות יש שעושין ברגלים ומתרפא הראש ובבחינה זו נקרא הרגל ראש והראש רגל שהוא למטה מהרגל במדרגה זו.

同樣，也有好幾種施於腳部的療法，能使頭部得到治癒。在這方面，腳被稱為頭，頭則被稱為腳，因為在這個層次上，頭低於腳。

8 וכך הוא למעלה על ידי התכללות המשכות המדרגות נעוץ תחילתן בסופן וסופן בתחילתן אור ישר

ואור חוזר

因此，在上界也是如此：藉著各層級的流注彼此互含，「它們的起初楔入其末端，而它們的末端楔入其起初」——直射之光與回返之光。

אור ישר נקרא מלמעלה למטה כל מה שלמעלה הוא העליון ואור חוזר ממטה למעלה כל מה שלמטה הוא העליון וזהו נעוץ תחילתן בסופן שסופן הוא תחילתן שבחינת הרגל נקרא ראש.

直射之光，是從上而下的光；[在此]，越高的便越優越。回返之光則是從下而上的光；[在此]，越低的便越優越。這就是「它們的起初楔入其末端」：它們的末端就是它們的起初，因為足的層面被稱為頭。

וישראל נקראו ראשית וכתוב וירא ראשית לו וע"י אתערותא דלתתא נעשה למעלה תיקון אורות עליונים וזהו שמצינו במשה שבחטא העגל נטלו ממנו אלף אורות (ובשבת חוזרין ונותנין אליו במתנה וזהו ישמח משה במתנת חלקו)

以色列被稱為「首要者」（ראשית，reishis），經文也說：「他為自己看見了首要者。」藉著由下而起的激發（אתערותא דלתתא，isarusa dilesata），上界便成就了對上層之光的修整。這就是我們在摩西（משה）身上看到的：在金牛犢之罪中，一千道光從他身上被取走（而到了安息日，它們又作為禮物賜還給他；這就是「摩西因所得的份而歡喜」）；

ועל זה רמזו רז"ל [רבתינו זכרונם לברכה] במ"ש ע"פ לך רד רד מגדולתך כלום נתתי לך גדולה אלא בשביל ישראל

我們的賢者正是藉著他們對經文「你去，下來」的解說，暗示了這一點：「從你的尊榮之位下來；我豈不是為了以色列才賜你尊榮嗎？」

והיינו לפי שהיו ישראל בבחינת הרגל שלו וכמ"ש שש מאות אלף רגלי העם אשר אנכי בקרבם והם היו לו בחינת מקיף ובחינת ראש אף שהם היו לו בבחינת רגל ודאי.

這是因為以色列處於他的「足」的層面，正如經文所說：「我所在的百姓中，有六十萬步行的人（raglei）。」他們對他而言，是環繞的層面，也是頭的層面，儘管對他而言，他們確實處於足的層面。

וכך הוא בכל ישראל ע"י שמתקן מעשיו שהם בכח המעשה בעשי' [בעשיה] גשמיות בבחי' רגלים נעשה מוחו ולבו זכים אלף פעמים ככה.

每一位猶太人也是如此：藉著修整自己的行為——這些行為屬於行動的力量，是在物質行為中、處於足的層面——他的頭腦與心便會純淨千倍。

9 והנה להיות הדום לבחינת רגל שהוא בחינת כנסת ישראל דהיינו להגביה' [להגביהה] ולהעלותה ממטה למעלה הוא ע"י בחי' הארץ שהם מצות מעשיות וכללותן היא הצדקה

現在，要使腳的層面——也就是以色列會眾——有一個「腳凳」，即將它從下提升、高舉到上，這是藉著「地」的層面而成就的；「地」就是實際行持的誠命（מצות，mitzvos），而它們整體的總體表達就是施捨。

ועל זה נאמר צדקה תרומם גוי תרומם ממטה למעלה והגבהה והעלאה זו היא בבחינת גוי שהם אותיות ג' ו' י' דהיינו העלאת המדות שנחלקין דרך כלל לג' בחינות חסד דין רחמים

關於此，經文說：「施捨使一個民族（גוי，goy）升高」；也就是從下往上提升。這種提升與高舉，屬於 גוי 這一層面；這個詞由字母 גימל (gimmel)、וּאָ (vav)、יּוּד (yud) 組成。也就是說，提升情感屬性；這些屬性概括而言分為三個層面：慈愛、審判與憐憫。

(כי נה"י [נצח הוד יסוד] אינו אלא התפשטות חג"ת [חסד גבורה תפארת] וענפיהן) והתעלותן היא לבחינת יו"ד שהיא בחינת החכמה ע"י הוא"ו שהוא הממשיך ומחבר המחשבה כו'

（因為勝利（נצח，Netzach）、光輝（הוד，Hod）與根基（יסוד，Yesod），只不過是慈愛（חסד，Chesed）、克制（גבורה，Gevurah）、美與和諧（תפארת，Tiferes）的延展及其分支。）它們的提升，是升至字母 יו"ד (yud) 所代表的智慧（חכמה，Chochmah）；這是藉著字母 וּאָ (vav) 而成就，因為它引下並連結思想，等等。

ככה ממש נעשה למטה בנפש האדם העלאת המדות בשכלו ובינתו כי כשהמדות נפרדות מהשכל הם נחשבות לדבר בפני עצמו.

正是如此，人的靈魂之中也會在下方發生同樣的事：情感屬性被提升到他的理智與理解力中。因為當情感屬性與理智分離時，它們便被視為一個獨立自存的事物。

10 ולכן יש לך אדם שמתעורר לבו בשעת התפלה וכיוצא בה שאז היא שעת גדלות המוחין ואח"כ חולפת

ועוברת האהבה ופונה לדרכו מהיפך להיפך באין מבין כי הם שני הפכים

因此，你會遇到這樣的人：他在祈禱等時候，心中受到激發，因為那正是心智擴展（גדלות המוחין，gadlus hamochin）的時候；然而，之後愛便消退、逝去，他轉而走自己的路，從一個極端走向另一個極端，卻不明白這兩者彼此相反。

והיינו מפני שהמדות נפרדים מהשכל משא"כ בהתכללותן כו' והרי אז הוא עילוי המדות ביתר שאת

שנעשו בחינת מוחין

這是因為情感屬性（מדות，middos）與心智彼此分離；然而，當它們融攝於心智之中時，情感屬性便大大提升，達到卓越的境地，因為它們已成為心智的層面（מוחין，mochin）。

וזהו בכל נפשך דהיינו בכל כחות הנפש אפילו בבחינת רגל שגם בחינת הרגל תרום ותגביה:

這就是「以你整個靈魂」；也就是說，要用上靈魂的所有力量，甚至包括足部這一層面（בחינה，bechinah）——使足部這一層面也得以高舉、提升。

11 והנה זהו דרך כלל שנק' שמים וארץ תורה ומצות ודרך פרט בתורה עצמה שמים זו תורה שבכתב

שמים שם מים דאורייתא מחכמה נפקת וארץ נקרא תורה שבע"פ [שבעל פה]

如今，概括而言，妥拉（תורה，Torah）與誡命（מצות，mitzvos）被稱為天與地。具體而言，在妥拉本身之內：「天」是成文妥拉——天（שמים，shamayim）可讀作「那裡有水」（שם מים，sham mayim），因為妥拉源自智慧（חכמה，Chochmah）——而「地」是口傳妥拉的稱呼，

כי ארץ מלשון רצון כמאמר רז"ל [רבתינו זכרונם לברכה] למה נקרא שמה ארץ שרצתה כו' וארץ אותיות

א' רץ כו'

因為地（ארץ，eretz）一詞源自意願（רצון，ratzon），正如我們的賢者所說：「為何稱它為 eretz？因為它願意（רצתה，ratz' sah）……」等等；而 eretz 的字母也可讀作阿列夫（א'，alef）與「奔跑」（רץ，ratz）……等等。

והענין כי תורה שבע"פ [שבעל פה] היא השגת תכלית הרצון לידע איך ומה כגון סוכה שהיא גבוה כו'

שאינו זה מבואר בתורה שבכתב

其意義是：口傳妥拉乃是對意願之終極意旨的領會——要知道具體如何、是什麼；例如，[關於]棚屋（סוכה，sukkah）有多高等等，這些並未在成文妥拉中說明。

ותושב"כ [ותורה שבכתב] **היא רק בחי' אותיות להיות כדמותן בצלמן שהן שמותיו של הקב"ה**

成文妥拉僅是字母的層面，[按照它們的形貌與形象來讀]；這些字母都是 **קב"ה**（Kudsha Brich Hu，意為「聖者，願祂受頌讚」）的諸名。

ולכן נקרא קורא בתורה כמו שקורא בשם והיינו מלמעלה למטה אבל תורה שבע"פ [שבעל פה] **עיקרה ממטה למעלה ע"י השגת הרצון בנפש תכלל הנפש במקורה למעלה.**

因此，人們說是在妥拉中「讀」（קורא，kore），就如呼喚一個名字；這是由上而下的。但口傳妥拉的本質則是由下而上：藉由在靈魂中領會意願，靈魂便歸入其上方的根源。

ושלשה נקראו ארץ כנסת ישראל ותורה שבע"פ [שבעל פה] **ומצות וכולן נרמזין במקרא אחד. ארץ ארץ ארץ שמעי דבר ה':**

有三者稱為「地」：以色列會眾、口傳妥拉與誡命；它們全都暗示在同一節經文中：「地啊，地啊，地啊，聽從 **הוי**（Havayah）的話。」

12 אך אי זה בית כו' כי הכסא והשרפרף אין דרכן להעמידן בחוץ אלא בתוך הבית ובחי' בית היינו בכל מאדך שהוא בבחי' מקיף

但「哪一所房屋」等等：因為寶座與腳凳通常不會設在屋外，而是在屋內。「房屋」這一層面，就是「盡你一切力量」，處於環繞的層面；

כמו ע"ד משל בית שהוא מקיף את האדם בגגו ובקירותיו ובית זה הוא בית תפלה

正如譬喻所說，房屋以屋頂和牆壁環繞著人。這房屋就是祈禱之屋；

שע"י התפלה ח"י פעמים ברוך אתה כו' היא המשכת מקיפין מבחי' סוכ"ע (והיא בחי' רוחו ונשמתו אליו יאסף כנ"ל) שהם נמשכין ע"י כריעות והשתחויות באבות ובהודאה תחלה וסוף שהם בחינת ביטול.

因為透過祈禱——十八次「祢是受頌讚的」等等——便有環繞之光從環繞一切世界之光（**סובב כל**，**עלמין**，sovev kol almin）這一層面引下來（這就是「祂的靈與氣息，祂將聚集到自己身邊」這一層面，如上所述）；這些光是透過在[先祖的祝福]與[感恩的祝福]中，於開始和結束時所行的鞠躬與俯伏而引下來的；這些動作表達自我消融（**ביטול**，bittul）。

והענין כי אי אפשר להיות גילוי אור א"ס ב"ה דלית מחשבה תפיסא ביה כלל ולא מכל מדות וכו'
בבחינת פנימיות הלב רק מעט מזער הארה בעלמא

事情的要點是：無限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof），願祂受頌讚——「任何思想都不能把握祂」，而且祂「不屬於任何屬性」等等——不可能在心的內在層面（פנימיות，pnimiyus）顯現，除非只有極其微少的一點，不過是一絲微光；

ואפילו גילוי במוח והשגה לית מחשבה כו' רק בבחי' מקיף וסובב לבד וע"ז נאמר ואל זה אביט שרומז
על בחינת תפלה.

即使是在心智中顯現、並有所領會——「思想不能把握」等等——也只能以環繞、周遍的方式存在。關於此，經上說：「我要看顧這一位」，這指的是祈禱的層面。

13 ופי' הפסוק ואת כל אלה ידי עשתה בחינת עשיה היינו מעשה המצות. ויהיו כל אלה נאם ה' היא בחינת

תורה שבע"פ [שבעל פה] שהיא נאם ודבר ה' בחינת דבור

「這一切都是我手所造」，指的是行動的層面，也就是實踐誠命（מצות，mitzvos）。「這一切都成就了」，乃是 הוי'（Havayah）所宣告，指的是口傳妥拉的層面；口傳妥拉就是 ה'的宣說與言語，屬於言說的層面；

משא"כ אל זה אביט הוא בחינת תפלה אביט הוא בחינת הבטה היא הסתכלות בבחי' עיניך יונים שהיא
בחי' המחשבה לבד והיא היא בחי' מקיף וסובב

而「我要看顧這一個人」，指的是祈禱的層面。「看顧」是凝視的層面，也就是觀看，如同「你的眼睛如鴿子」所示；這只是思想的層面，而這正是包圍、環繞的層面，

כמו עד"מ מחשב' שמקפת מחשבתו את הדבר שחושב עליו וכן הראיה והסתכלות כו' משא"כ דבור
ומעשה הם פנימיים כו'

例如，思想會包圍自己所思念的事物；視覺與凝望也是如此，等等。相較之下，言說與行動則是內在的，等等。

והבטה זו היא אל עני ונכה רוח בחינת ביטול דלית ליה מגרמיה כלום אפילו תורה ומצות לפי שהמשכה
זו אי אפשר להשיג ע"י התורה ומצות שהם פנימיים רק ע"י בטול בתפלה וכריעות והשתחואות

而這凝望是「向著貧乏、心靈受創的人」；這是自我消融（ביטול，bittul）的層面，完全沒有任何屬於自己的東西，甚至連妥拉與誠命（מצות）也不屬於自己。因為這種引降無法藉由內在的妥拉與誠命達成，只能藉由祈禱中的自我消融，以及鞠躬與叩拜而達成——

כמשל המלך שכורעים ומשתחווים לו מפני שאי אפשר להתקרב אליו מגודל מעלתו אזי ממילא נמשך אליו בחינה זו. וזהו ברוך אתה כלומר ברוך מעצמך ומאליך.

這就如同一個比喻：人向一位君王鞠躬、叩拜，因為君王地位極其尊高，人無法親近他；於是，這個層面便自然而然地引降到他[行禮者]身上。這就是「你是蒙福的」：也就是說，福分由你自身而來，並且自然而然地臨到。

14 והנה בבחינה זו של המשכת המקיף כתיב לא הביט און ביעקב שבבחינת פנימיות כתיב בוחן לבות וכליות

如今，論到這一層面，即引下環繞之光，經文寫道：「祂沒有在雅各（יעקב，Yaakov）身上察看罪孽」；因為論到內在層面，經文寫道：「祂鑒察人心與腎臟」，

דהיינו להבחין התשוקה המורגשת אם הוא מקרב איש ולב עמוק באמת לאמתו משא"כ בבחינת מקיף לא הביט און וגו' רק ה' אלהיו עמו שנמשך מאליו תמיד:

也就是說，要鑒察那可感受到的渴望，看看它是否確實來自「人的內在與深沉的心」，是否真實無偽；然而，在環繞層面，「祂沒有察看罪孽」等等，只有「ה'（他的 ה'）與他同在」；這一層面總是自然而然地引下。



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

關於本版

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/>

英文譯文與解說：由 AI 協助（openai/gpt-6-luna-pro:batch）為 likuteitorah.com 編寫，並對照希伯來文及 Sefaria 核對；尚未經人工編輯審閱。重要內容請務必對照希伯來文查核。

雷貝曾要求，在該週內將本週帕拉夏的瑪瑪爾——「哈西迪帕拉夏」——分散於七日中學習（Sichah of Shabbos Parshas Vayakhel 5725 · Toras Menachem vol. 42, pp. 306–309）。為何要學習，以及雷貝的祝福：likuteitorah.com/about/the-chassidishe-parsha/

免費的非商業計畫；此處沒有任何內容出售。本計畫與 Kehot、Sefaria 或 Lubavitch Library 均無關聯。© likuteitorah.com

摘自 likuteitorah.com/zh-Hant/torah-ohr/bereishis/1/

為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok