



《托拉奧爾》· 帕拉沙 CHAYEI SARAH · 瑪瑪爾 3

לשון אדמו"ר נ"ע בעצמו

師尊親筆原文



靈魂的衣著（**לבושים**，levushim）——也就是誠命（**מצוות**，mitzvos）的報償——並非重新創造，而是從發光的外殼（**קליפת**，kelipas nogah，**נוגה**，kelipas nogah）中精煉出來；每個靈魂都必須藉著實際履行誠命，精煉屬於自己的衣著。然而，每一項精煉都要透過流溢界（**אצילות**，Atzilus）中的結合而完成，因此，即使是最簡單的誠命和最淺白的研習《妥拉》，其根源也在最高的世界。

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/chayei-sarah/3/

核心要旨

靈魂的衣著（**לבושים**，levushim）——也就是誠命（**מצוות**，mitzvos）的報償——並非重新創造，而是從發光的外殼（**קליפת נוגה**，kelipas nogah）中精煉出來；每個靈魂都必須藉著實際履行誠命，精煉屬於自己的衣著。然而，每一項精煉都要透過流溢界（**אצילות**，Atzilus）中的結合而完成，因此，即使是最簡單的誠命和最淺白的研習《妥拉》，其根源也在最高的世界。

每節依序列出希伯來文、譯文，以及金色分隔線下的簡短解說。希伯來文中的小號數字是文末註記的標號。

瑪瑪爾概要

作者親筆寫下的這篇札記，闡述了阿里扎爾（**האריז"ל**）關於靈魂「衣著」的教導。祈禱以陰性之水（**מייין נוקבין**，mayin nukvin）的方式，把靈魂從外殼（**קליפות**，kelipos）中提升出來；他人可以代靈魂做到這一點。但靈魂降入身體，是為了履行實際的誠命，精煉屬於自己的衣著；這件事無人能代替它完成。精煉是由上而下而來，藉著小面相（情感屬性）（**ז"א / זעיר אנפין**，Z'eir Anpin）的陽性之水（**מייין דכורין**，mayin dechurin）；這陽性之水就是五種慈愛（**חסדים**，chasadim），248條積極誠命都依賴它們。即使沒有意向，精煉仍會發生，就像麵包即使沒有祝福也能滋養人。靈魂的衣著，是母親（**אמא**，Imma）的內在形象（**צלם**，tzelem），以及環繞性的光衣（**חשמל**，Chashmal）；它們是從發光的外殼中精煉出的善。這些衣著使靈魂能承受來世之光；若靈魂的衣著有所欠缺，就要先在地獄（**גיהנום**，Gehinnom）中修補。伊甸園（**גן עדן**，Gan Eden）位於創造界（**בריאה**，Beriah），但誠命的精煉要透過流溢界中的結合而完成，因此，此世一小時的善行勝過整個來世。同樣，研習《妥拉》也是如此：經文、米示拿、塔木德和卡巴拉都根植於流溢界；它們的差別只在於被包裹到多麼低的層次。生命魂（**נפש**，nefesh）與靈性魂（**נשמה**，neshamah）的差別也只在意向，而不在淺白的研習本身。

綱要

- | | | |
|----------|--|------|
| 1 | 標題
這篇札記寫的是作者本人的話。 | 11 |
| <hr/> | | |
| 2 | 衣著是精煉而成，並非創造而出：誠命與祈禱
祈禱能把靈魂從外殼中提升出來，他人也能代為做到；實際履行的誠命則精煉每個靈魂自己的衣著，只有靈魂自身能做到。祈禱作用於內在層面，誠命則作用於外在層面。 | 12-4 |
| <hr/> | | |
| 3 | 精煉如何進行，以及衣著是什麼
精煉藉著陽性之水而來，即使沒有意向也能發生。衣著是母親的內在形象與環繞性的光衣，從發光的外殼中精煉而成；它們使靈魂能承受來世之光，而欠缺衣著的部分必須先在地獄中修補。 | 15-6 |

4 誠命為何能達至流溢界

¶6-7

伊甸園位於創造界，但每一項精煉都透過流溢界中的結合而完成。平日，流溢界會下降來完成精煉；儘管衣角縫子（ציצית, tzitzis）、經匣（תפילין, tefillin）和洗手（נטילת ידים, netilas yadayim）修補的是較低層次，它們的光仍然來自流溢界。

5 《妥拉》的各部分位於何處

¶8-11

祈禱中的意向（כוונות, kavanos）顯示，經文、米示拿、塔木德和卡巴拉都根植於流溢界；它們的差別只在於被包裹到多麼低的層次。生命魂與靈性魂的差別也只在意向，而不在淺白的研習本身。

關鍵概念

靈魂的衣著（לבושים, לבושים）

靈魂在來世所穿戴的衣著，由它研習的《妥拉》和履行的誠命構成。這些衣著並非新創造之物，而是從外殼中精煉出的善；它們使靈魂能承受來世之光。

精煉（בירור, birur）

從與惡混雜之物中篩出善，並使善歸回神聖；這只有透過流溢界中的結合才能完成，因為「藉著智慧（חכמה, Chochmah），他們得以被精煉」。

陰性之水與陽性之水（מיין נוקבין ומיין דכורין）

「陰性之水」從下方升起，喚起上方的結合；「陽性之水」則從上方流下。真正的精煉是藉著陽性之水而完成。

發光的外殼（קליפת נוגה, קליפת נוגה）

「發光的外殼」與神聖相鄰，其中有善與惡混雜；其中的善被精煉為稱作光衣的環繞衣著。

形象與光衣（צלם, חשמל, חשמל）

靈魂的內在衣著（母親的形象）與環繞衣著（光衣）：兩者是一道光，一面是內在的，另一面則是環繞的。

結合（זיווג, zivug）

小面相（ז"א / זעיר אנפין）與女性一方（נוקבא, Nukva）（或父與母（אבא ואמא, Abba v'Imma）——即智慧（חכמה, Chochmah）與理解（בינה, Binah））的結合；藉此，光被引下，精煉也得以完成。

第 1 節 · 11

標題

1 לשון אדמו"ר [אדוננו מורנו ורבנו] נ"ע [נשמתו עדן] בעצמו¹

我們的主、師、拉比本人（其靈魂安息於伊甸園）所用的原文。

這個標題告訴讀者，接下來的內容並非聽眾對口述論述（מאמר，maamar）的記錄，而是作者以自己的措辭寫下的筆記（此處「我們的主」指阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן），《Torah Ohr》（תורה אור）是他的著作）。這是一篇精簡的卡巴拉註釋，幾乎完全由援引阿里札爾（האריז"ל）的著作（《Etz Chaim》（עץ חיים）、《Pri Etz Chaim》（פרי עץ חיים）、《Sha'ar HaGilgulim》（שער הגלגולים）和《Zohar》（זהר）構成。

第 2 節 · 12-4

衣著是精煉而成，並非創造而出：誠命與祈禱

2 עיין ע"ח [עץ חיים] שמ"ט פ"ה נמצא אלו לבושים הנז' [הנזכר] פ' ויחי² אין פ' שנעשו מחדש ע"י תורה ומצות אמנם מתבררים כו'.

請參見《Etz Chaim》（עץ חיים），第49門（שער，Sha'ar），第5章：「可知，瓦耶希篇 [《Zohar》中的篇章] 所提及的這些衣著，其意並非它們是藉著妥拉與誠命（מצוות，mitzvos）重新造出的；而是它們經過澄淨，等等。」

《Zohar》（זהר）的瓦耶希篇談到，靈魂在來世所穿的衣著，是由它的妥拉與誠命形成的。Etz Chaim 澄清，誠命並非從無到有地創造這些衣著：它們原已存在，只是墮落了，並與邪惡混雜；誠命會將它們「澄淨」（篩分），把善與惡分開。

וע' שכ"ו [שער כ"ו] ספ"א [סוף פרק א'] רק להמשיך אור לתקנם כו' דוגמת גלות השכינה³ כו' ומ"ש בשער ל"ט שנר"נ [שנפש רוח נשמה] מתבררים ע"י התפלות היינו בעלייתן מן הקליפות להיות מ"נ [מין נוקבין] בנוקבא דז"א

另請參見第26門第1章末：「[目的]只在於引下光來修復它們」，等等；「如同Shechinah（שכינה）的流亡」，等等。又，第39門所說的נר"נ（靈魂的三個層次；nefesh, ruach and neshamah）藉著祈禱而得以澄淨，所指的是它們從外殼（קליפות，kelipos）上升，成為小面相（情感屬性）（ז"א / זעיר אנפין，Z'eir Anpin）之女性一方（נוקבא，Nukva）中的雌性之水（מ"י，mayin nukvin）。

《Etz Chaim》的另一段說，誠命只是引下光來修復衣著，並把它們墮落的狀態比作Shechinah（שכינה）的流亡。第三段（第39門）說，נר"נ藉著祈禱而得以澄淨；阿德莫爾·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）解釋，這指的是另一種過程：靈魂從外殼中上升，成為女性一方中的雌性之水；這些水由下而升，並在上方激發結合。

אבל ירידתן משם לעוה"ז בגוף החומרי לקיים תומ"צ [תורה ומצות] מעשיות ולא תפלה לבדה דרבנן היא דוגמת גלות השכינה ואינו

但是，它們從那裡降入此世，進入物質性的身體，是為了履行妥拉與實際的誠命，而不是只為了祈禱；祈禱本身是拉比所定的義務。這種下降正如Shechinah（**שכינה**）的流亡，而其目的無非是

相較之下，靈魂降入肉身，是為了妥拉與實際的誠命，而不僅是為了祈禱；祈禱屬於拉比所定的義務。這種下降本身就是一種流亡，猶如Shechinah（**שכינה**）的流亡。

אלא לברר ולתקן הלבושים שלהם בעצמם ומשום הכי הוא חיוב יותר על הנפש רוח נשמה לברר ולתקן לבושיהם שאי אפשר על ידי אחרים

讓它們親自澄淨並修復自身的衣著。正因如此，**נר"נ**負有更重的義務，要澄淨並修復自己的衣著；這是別人無法代為完成的。

這下降唯一的目的，是使每個靈魂親自澄淨、修復自己的衣著。由於無人能代替它完成此事，每個靈魂都有更大的義務親自行持誠命。

(משא"כ להעלות הנר"נ [הנפש רוח נשמה] מהקליפות למ"נ [למין נוקבין] לנוקבא דז"א שנעשה ע"י אחרים)

כמ"ש בגלגולים פ"א ע"ש. וכפי גודל אותה המצוה או זריזות כו' ומעלה אותה עד הנקבה העליונה כו'.

（與此不同，將**נר"נ**從外殼中提升出來，作為雌性之水引入小面相的女性一方，則可以由他人完成），正如《[Sha'ar Ha]Gilgulim》（**גלגולים**）第1章所記；請參閱該處。「依照那項誠命（**מצוה**，mitzvah）的偉大程度，或[其]行持時的迅捷，等等」，「他便將它提升至至上的女性一方，等等。」

將靈魂從外殼中提升出來，使之成為雌性之水，這件事可以由他人代為完成；《[Sha'ar Ha]Gilgulim》第1章對此有所說明，但澄淨自己的衣著則不能由他人代做。引文補充說，誠命能提升到多高，取決於它本身的偉大程度，以及行持時的迅捷；它甚至能被提升至「至上的女性一方」，也就是流溢界（**אצילות**，Atzilus）的女性一方。

וכ"כ [וכמו כן] בע"ח [בעץ חיים] שלי"ט [שער ל"ט] דרוש י"א סי' ז' או המצוה כו' וכ"כ [וכמו כן] בפע"ח [בפרי עץ

חיים] ש"א [שער א'] פ"ו כי ע"י המצות ותפלות כו'.

《Etz Chaim》第39門，論述（**דרוש**，Derush）第11篇，第7節也有記載：「或是那項誠命，等等。」

《Pri Etz Chaim》（**פרי עץ חיים**）第1門第6章也如此記載：「因為藉著誠命與祈禱，等等。」

阿里札爾（**האריז"ל**）的著作中，另有兩處指出，誠命也能提升靈魂，不只是祈禱能做到這一點。阿德莫爾·哈扎肯並列這些段落，表明這個要點在各處文獻中都成立。

3 ומ"ש"ש [ומה שכתוב שם] ובפרט מן התפלות כי הם עיקר ושרש כו' והיינו כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] ש"מ [שער

מ'] דרוש ג' שהתפלה בפנימית והמצוה בחיצוניות⁴ אע"פ [אף על פי] שיש בהן בחי' מוחין כו'

此外所寫的「尤其是藉著祈禱，因為它們是主要之事與根源」等等，正如《Etz Chaim》（עץ חיים）Sha'ar 40, Derush 3所寫：祈禱屬於內在層面（פנימיות，pnimiyus），而誡命（מצוה，mitzvah）屬於外在層面（חיצוניות，chitzoniyus），儘管其中也有心智（מוחין，mochin）的一種層面，等等。

Pri Etz Chaim（פרי עץ חיים）補充說，淨化尤其是藉著祈禱而來，因為祈禱是主要之事與根源。阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）透過Etz Chaim Sha'ar 40來解讀這一點：祈禱作用於較高層級的內在層面，而誡命作用於其外在層面，儘管誡命在某種意義上也達及心智。

ע"ש והלכך זיוג זו"נ [זעיר אנפין ונוקבא] הנעשה ע"י מ"נ [מיין נוקבין] מהמצות כמ"ש בטעמי המצות בסוף

ההקדמה הוא בחיצוניות במצות מעשיות.

見該處。因此，由誡命所帶來的陰性之水（מיין נוקבין，mayin nukvin）所促成的小面相（情感屬性）（ז"א，Z'eir Anpin）與女性一方（נוקבא，Nukva）的結合，正如《Ta'amei HaMitzvos》（טעמי המצות）引言末尾所寫，是在外在層面，透過實際履行的誡命而成就的。

因此，《Ta'amei HaMitzvos》所述，由誡命的陰性之水所促成的小面相與女性一方的結合，是一種外在的結合，藉著行為而達成。祈禱之所以是「根源」，是因為它深入內在；誡命仍不可或缺，因為它們作用於外在器皿，而靈魂的衣著正是由這些器皿構成。

4 ומ"ש בע"ח [בעץ חיים] של"ט [שער ל"ט] דרוש א' וב' על ידי תפלה דוקא היינו מ"ן [מיין נוקבין] עצמן

דנוקבא שנפלו לקליפות בחטא אדה"ר [אדם הראשון] ולא הנשמות שהיו כבר באדה"ר [באדם הראשון]

Etz Chaim（עץ חיים）第39門、論述1與2所載的「[乃是]唯獨藉著祈禱」，指的是女性一方（נוקבא，Nukva）自身的雌性之水（מ"ן，mayin nukvin），即因亞當（אדם הראשון，Adam HaRishon）的罪而墮入外殼（קליפות，kelipos）的那些，而不是原本已在亞當之內的靈魂，

Etz Chaim指出，某一種淨化唯獨透過祈禱才能完成。阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）將此限定為女性一方自身的 מ"ן：它們因亞當的罪而墮入 קליפות，而不是原本已在亞當之內的靈魂。

אלא אותן שלא נכללו בו והן בחי' בי"ע שלפני החטא כמ"ש בגלגולים פ"ז [פרק ז'] אבל אותן שנכללו בו מהם ממשיכים רוב בני"א [בני אדם] כמעט כולם כמ"ש פי"ד [פרק י"ד / פרשה י"ד] והיינו ע"י הזיוג שהוא מצות פו"ר [פריה ורביה] כמ"ש [כמה שכתוב שם] פ"ב [פרק ב'].

而是那些未被包括在他之內的；這些是罪發生前創造界（בריאה，Beriah）、形成界（יצירה，Yetzirah）及行動界（עשיה，Asiyah）的層面（בחינה，bechinah），如《[Sha'ar Ha]Gilgulim（גלגולים）》第7章所載。但是，大多數人——幾乎所有人——都是從那些被包括在他之內者中引降而來，如第14章所載；這是透過結合而實現的，而這結合正是「生養眾多」這條誡命（מצות，mitzvah），如該書第2章所載。

透過祈禱所提升的靈魂，是那些未被包括在亞當之內的靈魂：也就是罪前屬於 בריאה、יצירה 及 עשיה 層面的靈魂（《[Sha'ar Ha]Gilgulim》第7章）。幾乎所有人的靈魂都來自曾被包括在亞當之內者；這些靈魂是透過夫妻結合而引降的，而這正是藉著 מצות「生養眾多」的誡命（第14章及第2章）。

第 3 節 · 15-6

精煉如何進行，以及衣著是什麼

5 וע"ש אחר ס"פ ל"ה בקשר החברים שכל נשמה בעלייתה מהקליפות צ"ל לפחות מ' יום במלכות והיינו

שעולה שם למ"נ [למ"ן נוקבין] ע"י מצות הזיוג

又可參看《Sha'ar HaGilgulim》（שער הגלגולים）第三十五章末尾之後，在「同伴之聯結」一段中所說：每個靈魂從外殼（קליפות，kelipos）中上升時，必須至少在王權（מלכות，Malchus）中停留四十天；也就是說，它在那裡上升為陰性之水（מ"ן，mayin nukvin），藉由婚姻結合的誡命（מצות，mitzvah）而升起。

《Sha'ar HaGilgulim》在第三十五章之後、談到阿里扎 ל"י（האריז"ל）弟子們所立的聯結時說，從外殼中上升的靈魂必須在王權中停留至少四十天。阿爾特雷貝解釋說，它在那裡作為陰性之水，藉由婚姻結合的誡命而被提升。

ואף מי שאינו מתכוין למצוה יוכל להמשיך חיות מלמעלה כמ"ש בלק"ת [בלקוטי תורה (להאריז"ל)] ע"פ כי לא על הלחם לבדו יחיה⁵ כו'.

即使有人並非懷著[為此]履行誡命的意圖，也能從上方引下生命力，正如《Likkutei Torah》（לקוטי תורה）[阿里扎 ל"י所著]在解釋經文「因為[人]活著，不是單靠餅」等語時所寫的。

即使有人心中沒有想到履行誡命，仍然能從上方引下生命力。阿里扎 ל"י的《Likkutei Torah》在解釋經文「人活著，不是單靠餅」時提出這一點；這句話教導我們，維持人生命的，是餅中蘊含的 ה' 的話語。

כמו שהלחם מחי' גם כשאוכל בלא ברכה כו' ע"ש. הנה תקון וברור הוא ע"י מ"ד [מ"ן דוכרין] דוקא כי בהזכר לבדו יש בו כח לברר

正如人即使不帶祝福而吃餅，餅仍會使他有生命力，等等；可參看該處。現在，修復與提煉唯有藉由陽性之水（מ"ד，mayin dechurin）才能成就，因為唯有陽性一方自身具有提煉的力量，

餅即使被人不帶祝福地吃下，仍能滋養他；同樣，這個過程即使沒有意圖也能運作。阿爾特雷貝接著提出一項原則：真正的修復與提煉，唯有藉由陽性之水才能成就；陽性之水是從上方流下的，因為唯有施予的陽性一方具有提煉的力量。

כמ"ש בפע"ח [בפרי עץ חיים] ש"א [שער א'] פ"ו וכן בירור הלבושים ע"י המצות הוא במ"ד [במ"ן דוכרין] דז"א והיינו המשכת האור דלעילא והן הם ה"ח [ה' חסדים] דז"א שכל רמ"ח מ"ע [מצות עשה] תלויים בהם כמ"ש בטעמי מצות שם.

正如《Pri Etz Chaim》（פרי עץ חיים）Sha'ar 1, 第6章 所寫；同樣，藉由誠命而提煉衣裳，是透過小面相（情感屬性）（ז"א，זעיר אנפין / ז"א，Z'eir Anpin）的陽性之水，也就是將上方的光引下來；這些就是小面相的五種慈愛（חסדים，chasadim），所有二百四十八條積極誠命都依賴它們，正如該處《Ta'amei HaMitzvos》（טעמי מצות）所寫。

因此，藉由誠命而提煉衣裳，是透過小面相的陽性之水，也就是從上方引下的光。這些就是小面相的「五種慈愛」，所有二百四十八條積極誠命都依賴它們。

וע' ע"ח [עץ חיים] שכ"ו [שער כ"ו] (בע"ח [בעץ חיים] דפוס שקלאוו שער כ"ה) פ"א ופ"ג [ופרק ג'] שלבושים אלו הם צלם דאימא פנימי המלביש לנר"נ [לנפש רוח נשמה]

又可參看《Etz Chaim》（עץ חיים）Sha'ar 26（《Etz Chaim》的 Shklov 版作 Sha'ar 25），第1章 和 第3章，其中說這些衣裳是母親（אימא，Imma）的內在形像（צלם，tzelem），包覆著生命魂（נפש，nefesh）、靈（רוח，ruach）與靈魂（נשמה，neshamah）；

《Etz Chaim》指出這些衣裳是什麼：它們是母親——也就是理解的構型——的內在形像，包覆著一個人的 nefesh、ruach 與 neshamah。阿爾特雷貝註明，Shklov 版對這一門的編號不同。

וגם המקיף הנק' חשמל⁶ נתברר ונתקן מק"נ [מקליפת נוגה] להסמוכה לו וכמ"ש שער מ"ט ספ"ב [סוף פרק ב'] הטוב שלו נזדכך כו' ונתחבר עם החשמל הפנימי⁷ כו' ע"ש.

此外，稱為「חשמל」（Chashmal）的環繞[衣裳]，也從與它相鄰的發光外殼（קליפת נוגה，kelipas nogah）中得到提煉與修復，正如 Sha'ar 49, end of 第2章 所寫：「它的善被淨化了」，等等；「並與內在的 Chashmal 結合」，等等；可參看該處。

除了內在衣裳之外，還有一件環繞衣裳，稱為 Chashmal，這個名稱源自以西結的異象。它是從發光外殼中提煉出來的；發光外殼與神聖一側相鄰，其中善與惡混雜。《Etz Chaim》說，發光外殼中的善被淨化，並與內在的 Chashmal 結合。

誠命為何能達至流溢界

6 וע"ש שמ"ב פ"ד וזאת הבחי' נקרא חשמל שהוא צלם הבל דגרמי שבעור⁸ כו' ע"ש. ומ"ש בשער כ"ו

פ"א שצלם הפנימי הוא הבל דגרמי

另見該處第42門（שער，Sha'ar），第4章：「此層面稱為靈性光體（חשמל，Chashmal），它就是形像（צלם，tzelem），即骨中氣息（הבל דגרמי，havla degarme），在皮膚之內的那一種。」等等；詳見該處。又第26門第1章說，內在的形像是骨中氣息。

《Etz Chaim》（עץ חיים）第42門稱此層面為靈性光體，並將它認作形像、骨中氣息，也就是骨中殘存的氣息或生命力，位於皮膚之下。然而，第26門又稱內在的形像為骨中氣息，這就引出一個問題：同一個名稱怎會指稱兩種衣著？

והוא חותם ולבוש נה"י [נצח הוד יסוד] דאו"א [דאבא ואימא] כמ"ש בפ"ב [בפרק ב'] שם שניהם אור א' הם זה

פנימי וזה מקיף כמ"ש בפ"ב [בפרק ב'] שם.

而它是父與母（אבא ואמא，Abba v'Imma；即智慧（חכמה，Chochmah）與理解（בינה，Binah））的勝利（נצח，Netzach）、光輝（הוד，Hod）與根基（יסוד，Yesod）的印記和衣著，如該處第2章所寫——兩者其實是同一道光，一者在內，另一者環繞於外，如該處第2章所寫。

內在的形像是父與母的勝利、光輝與根基所形成的「印記」和衣著。該處第2章給出的答案是：兩者其實是同一道光，只是一部分在內，另一部分環繞於外。

ועיין ש' [שער] ל"ט דרוש י"ב וזה לבוש הנק' כו' וכן כו' ולבוש זה כו' העלאת מ"נ [מ"ן נוקבין] כו'

另見第39門第12論：「這衣著稱為……」，「同樣……」，「而這衣著……」，「提升雌性之水（מ"נ，mayin nukvin）」等等，

第39門第12論也談到這衣著，並將它與提升雌性之水聯繫起來。阿爾特雷貝只引述了幾個關鍵短語，每處都以「等等」作結。

גדול כו' וע' שער החשמל פ"א ונק' ק"נ [קליפת נוגה] ונק' חשמל כו' ור"ל [ורוצה לומר] כמשי"ש [כמה שכתוב

שם] בס"פ כל החשמלים הוא בחי' טוב שבק"נ [שבקליפת נוגה] כו'

「偉大……」等等。另見《שער החשמל》（Sha'ar HaChashmal）第1章：「它稱為光輝外殼（ק"נ，kelipas nogah），也稱為靈性光體……」這是說，如該章末尾所寫，所有靈性光體都是光輝外殼中良善的層面，等等。

《Sha'ar HaChashmal》說，同一事物既稱為光輝外殼，也稱為靈性光體。阿爾特雷貝根據該章末尾解釋，所有「靈性光體」都是光輝外殼中的良善部分；光輝外殼中這一部分能受淨化，並與神聖相連。

וע' מק"מ [מקדש מלך] בראשית (דף ק"ב סוף ע"ב) שג' חשמלים נפלו בנגה ע"י חטא אדה"ר [אדם הראשון] וע' שער החשמל פ"א כפי כניסת הכלים דתבונה בפנים כן בחי' האור שלה מלובש מבחוץ כו'

另見《Mikdash Melech》對《Bereshis》(בראשית)的注釋(第102頁，b面末尾)：三個靈性光體因亞當(אדם הראשון，Adam HaRishon)的罪而落入光輝外殼。又見《Sha'ar HaChashmal》第1章：「正如理解力(תבונה，Tevunah)的器皿向內進入到何種程度，它的光也相應地從外披覆……」

《Mikdash Melech》是《Zohar》的注釋，它說三個靈性光體因亞當的罪而落入光輝外殼，因此如今需要受淨化。《Sha'ar HaChashmal》又補充說，理解力(Binah)的較低部分，其器皿向內進入到何種程度，它的光便相應地從外披覆到何種程度。

ע"ש שכל התקון הוא לדחות החיצוני' [החיצונים] ע"י אור הבינה מבפנים ומבחוץ (וקרוב לומר שמבפנים הוא ע"י מצות שבדבור ומבחוץ ע"י מצות מעשיות שהחיצוני' [שהחיצוניות] נק' מקיף לגבי פנימי' [פנימיות] / פנימית] כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] ספ"ג [סוף פרק ג'] גבי ח"ש).

詳見該處：全部的修復，就是藉著理解之光，由內、由外排斥外在勢力。(也很可能可以說，所謂「由內」，是藉著言語方面的誡命(מצות，mitzvos)；「由外」，則是藉著實際行持的誡命；因為相對於內在層面(פנימיות，pnimiyus)而言，外在層面(חיצוניות，chitzoniyus)稱為「環繞」，如《Etz Chaim》第3章末尾論及「ח"ש」時所寫。)

整個修復之道，就是以理解之光從內、從外驅逐外在勢力。阿爾特雷貝提出一種可能的解釋：「由內」是藉著言語方面的誡命，「由外」則是藉著實際行持的誡命，因為相對於內在層面而言，外在層面稱為「環繞」。「論及 ח"ש 這個結尾的引文是縮寫，其含義無法確定，因此譯文保留希伯來文。

והשתא א"ש [אתי שפיר] הא דשכר המצות הוא לבוש לנשמה מאחר שנמשך מאימא שהוא עוה"ב [עולם הבא] וכמו הלחם

如今便容易理解，為何誡命的報償會成為靈魂的衣著：因為它源自母(אמא)，而母就是來世。它也如同麵包。

這就解釋了為何誡命的報償會成為靈魂的衣著：這衣著源自母，而母是來世的源頭。接下來以麵包作比喻。

שעליו יחי' [יחיה] האדם אף שגם בו מלובש מוצא פי' הוי' אלא שבלחם ושאר מזונות נמשך מחיצוניות אימא שלמעלה מז"א הנק' אדם כמ"ש בכוונות עיוה"כ [ערב יום הכפורים]¹⁰。

人藉以存活的麵包，雖然其中也包覆著「從 ה'口中發出的話」，但麵包和其他食物中的生命力，是從母的外在層面流下來的；母高於小面相(情感屬性)(ז"א，Z'eir Anpin)，而後者稱為「人」，如贖罪日前夕的靈修意念(כוונות，kavanos)所寫。

麵包滋養人，雖然真正賦予它生命的是蘊含其中的 ה'之言。在食物中，這生命力來自母的外在層面；母高於小面相，而小面相是稱為「人」的層面。阿里扎爾(האריז"ל，the Arizal)在贖罪日前夕的靈修意念中解釋了這一點；所以，滋養人的來源高於「人」這一層次。

אך באמת הלבוש אינו העוה"ב [העולם הבא] אלא שע"ז יוכל לסבול וליהנות מאור אימא שהוא עוה"ב [עולם הבא] מאחר שמלובש בלבוש נה"י [נצח הוד יסוד] שלה (פנימי ומקיף אור פנימי למזון ומקיף ללבוש)

但實際上，衣裳並非來世[本身]；而是藉著衣裳，人才能承受並享受母親（אמא，Imma）的光；這光就是來世，因為它包覆在她的勝利（נצח，Netzach）、光輝（הוד，Hod）與根基（יסוד，Yesod）之衣裳中（內在與環繞：內在之光作為食物，環繞之光作為衣裳）。

更準確地說，衣裳本身並非來世，而是使靈魂得以承受並享受母親之光；這光就是來世。之所以能如此，是因為那光包覆在母親自身的 נצח、הוד 與 יסוד 之中：其內在之光猶如食物，其環繞之光猶如衣裳。

דכמו שהעליוני [שהעליונים] כהמלאכים אינם יכולים לירד למטה לעוה"ז בלי לבוש תחתון כך אין התחתונים יכולים לעלות למעלה בלי לבוש עליון

因為正如上界眾生，例如天使，若沒有來自下方的衣裳，就不能下降到此世；下界眾生若沒有來自上方的衣裳，也不能上升到上界，

其背後的原則是：天使若沒有來自下方的衣裳，就不能降臨此世；靈魂若沒有來自上方的衣裳，就不能上升到上界。衣裳使不同層次之間得以接觸。

כמ"ש בזוהר פקודי¹¹ (דף רכ"ט ע"א וע"ב) וכ"כ [וכמו כן] בהדיא בויקהל (דף ר"י סע"ב [סוף עמוד ב]) ואלמלי ההוא לבושא לא יכלי למסבל¹² כו'

如《Zohar》〈זהר〉〈Pekudei (פקודי)〉(第229頁，a面與b面)所載；〈Vayakhel (ויקהל)〉(第210頁，b面末)也明確如此記載：「若非那件衣裳，他們便無法承受[它]」，等等。

《Zohar》的〈Pekudei〉篇與〈Vayakhel〉篇都明確指出：若沒有那件衣裳，靈魂便無法承受那光。

ומש"ה [ומשום הכי] מי שלבושיו חסרים לפי שלא תקן כל הרע ע"י המצות צ"ל בגיהנם לתקן הרע תחלה
因此，若某人的衣裳有所欠缺，因為他沒有藉著誠命（מצות，mitzvos）修正一切惡，就必須先在地獄（גיהנם，Gehinnom）中修正那惡，

因此，若某人的衣裳不完整，因為他沒有藉著誠命修除一切惡，就必須先經過地獄——靈魂死後在那裡受潔淨。地獄在此的作用是修復：先修正那惡，使靈魂得以進入。

כמ"ש בזוהר ויחי¹³ (דף רכ"ד) ובלא"ה [ובלאו הכי] א"א להיות כלל בעוה"ב [בעולם הבא] בלבוש חסר כמו שא"א למלאך לירד לעוה"ז בלי לבוש שלם.

如《Zohar》〈Vayechi (ויחי)〉(第224頁)所載。否則，衣裳有所欠缺，便根本不可能處於來世；正如天使若沒有完整的衣裳，就不可能降臨此世。

此處引述《Zohar》〈Vayechi〉篇。若沒有完整的衣裳，靈魂根本不可能處於來世；正如天使若沒有完整的衣裳，就不能降臨此世。

ומ"ש הסבא (דף צ"ח ע"ב) ענין התלבשות בנפש וכן התלבשות הנשמה ברוח (דף צ"ט ע"ב)¹⁴

至於長者（סבא，Saba）[《Mishpatim》篇中的]所說（第98頁，b面），關於內著於靈魂（נפש，nefesh），以及靈魂（הנשמה，neshamah）內著於靈（רוח，ruach）之事，

《Zohar》的《Mishpatim》篇中，長者談到靈魂內著於nefesh，以及neshamah內著於ruach。阿德莫爾哈扎肯闡明，這裡所說的內著究竟是何種情形。

היינו לירד למטה ממדריגותם כמ"ש בזוהר הרקיע שם (דף פ"ג [דף פ"ג] ע"א) בשם הרח"ו [הרבי חיים ויטאל]

ז"ל [זכרונו לברכה / זכרונום לברכה]. והנה געה"ע [גן עדן העליון] הוא מבריאה.¹⁵

是指下降到低於自身層次之處，如《Zohar HaRakia》（זוהר הרקיע）該處所載，並引述拉比海姆·維塔爾（רבי חיים ויטאל，願其記念蒙福）的話。現在，上層的伊甸園（גן עדן，Gan Eden）屬於創造界（בריאה，Beriah）。

《Zohar HaRakia》（《Zohar》的卡巴拉註釋）引述拉比海姆·維塔爾的話；他是阿里扎爾（האריז"ל）的首席弟子。這裡說的內著，是為了下降到低於自身層次之處，與由誠命形成的衣裳不同。接著提出一個新的要點：上層伊甸園源自創造界。

וא"ש [ואתי שפיר] הא דתנן יפה שעה^{16,17} א' כו' מפני שהזיווג זו"נ [זעיר אנפין ונוקבא] הוא באצ"י והמצות

ממשיכות מ"ד [מ"ד דוכרין] דאצ"י ושרשן ממז"ס [ממוחא סתימאה] דא"א¹⁸ המאיר י"ג חיוורתא דגלגלתא

שרש תרי"ג מצות

如此一來，我們所學的《Mishnah》（מישנה）「一小時更為美好」，等等，就容易明白了。因為小面相（情感屬性）（ז"א，Z'eir Anpin / זעיר אנפין）與女性一方（נוקבא，Nukva）的結合發生於流溢界（אצילות，Atzilus）；誠命（מצות）引下流溢界的陽性之水（מ"ד，mayin dechurin），而其根源來自長面相（א"א，Arich Anpin）的隱藏之腦（מו"ס，mocha stima'ah）；它照耀顱骨（גלגלתא，Gulgaltā）的十三道「白光」，這是613條誠命的根源。

這就解釋了《Mishnah》的話：「今世一小時的悔悟回歸（תשובה，teshuvah）與善行，勝過來世全部的生命。」伊甸園位於創造界，但小面相與女性一方的結合發生於流溢界，而誠命引下流溢界的陽性之水；它們的根源更高，乃是長面相的（מו"ס，隱藏之心智）。長面相即「長面相」，是冠冕（כתר，Keser）的內在層面，也就是神聖意願；它照耀顱骨的十三道「白光」，那裡是613條誠命的根源。

ואף מי שאין לו אלא נפש דעשי' [דעשיה] ה"ז [הרי זה] מעלה מ"ן [מ"ן נוקבין] למל' דיצ"י [דיצירה] במצותיו

ושם הרוחות של

即使一個人只有來自行動界（עשיה，Asiyah）的靈魂層級（נפש，nefesh），也能藉著他的誠命（מצותיו，mitzvos），將陰性之水（מ"ן，mayin nukvin）提升至形成界（יצירה，Yetzirah）的王權（מלכות，Malchus）；而在那裡，義人（צדיקים，tzaddikim）的靈魂之氣（רוחות，ruchos）

即使一個人的靈魂只有行動界的נפש，他仍能藉著他的誠命，將陰性之水提升至形成界的王權。

הצדיקים מעלים המ"נ [המ"נ נוקבין] **שלו ושלחם עד מלי דבריאה ושם הנשמות של כל הצדיקים מעלים כל המ"נ** [המ"נ נוקבין] **עד מלי דאצי' כמ"ש בע"ה** [בעץ חיים] **של"ט** [שער ל"ט] **דרוש י"א פ"ז** [פרק ז'].

把他所呈上的陰性之水連同他們所呈上的，一併提升至創造界（**בריאה**，Beriah）的王權；而在那裡，所有義人的靈魂（**נשמות**，neshamos）將所有陰性之水提升至流溢界（**אצילות**，Atzilus）的王權，正如《Etz Chaim》（**עץ חיים**），Sha'ar 39, Derush 11, 第7章所載。

在那裡，義人的靈魂之氣把他所呈上的奉獻連同他們自己的，一同提升至創造界的王權；而在那裡，所有義人的靈魂把一切陰性之水提升至流溢界的王權。即使是最平凡之人的一項誠命，也會一階一階地被提升至流溢界。

כי אין שום בירור אלא באצי' כי היא בחי' חכמה דכללות ובחכמה אתברירו¹⁹ **והבירור הוא ע"י זיווג ואין זיווג להוליד נשמות בבי"ע כמ"ש בשער מ"ד פ"ד ופ"ה**.²⁰

因為除了流溢界之外，別無任何提煉；因為它是整體智慧的層面（**בחינה**，bechinah），而「藉著智慧（**חכמה**，Chochmah），他們得以提煉」；提煉是藉由結合而進行，而在創造界、形成界和行動界中，並不存在能生育靈魂的結合，正如Sha'ar 44, chs. 4 and 5所載。

理由是：所有提煉都只在流溢界進行，因為流溢界是整個世界秩序的智慧層面，而且「藉著智慧，他們得以提煉」。提煉是透過結合而來；在創造界、形成界和行動界中，沒有能生育靈魂的結合。

7 ואף שממצות מעשיות לא נעשה לבוש אלא לנפש דעשי' [דעשיה] מ"מ הזיווג הוא באצי' כי לכן יורדים בחול כלים דזו"נ [דזעיר אנפין ונוקבא] דאצי' בזו"נ [בזעיר אנפין ונוקבא] דבי"ע כדי לברר בירורים למטה כל ו' ימי המעשה

雖然實踐性的誠命（**מצות**，mitzvos）所成就的衣裳，只是給行動界（**עשיה**，Asiyah）的魂（**נפש**，nefesh），然而，結合卻是在流溢界（**אצילות**，Atzilus）中發生。正因如此，在平日，流溢界的小面相（情感屬性）（**ז"א / זעיר אנפין**，Z'eir Anpin）與女性一方（**נוקבא**，Nukva）的器皿，會下降至創造界（**בריאה**，Beriah）、形成界（**יצירה**，Yetzirah）與行動界中的小面相與女性一方，為的是在下界進行淨化提煉，貫穿六個工作日。

雖然實踐性的誠命只為行動界的魂成就衣裳，它們所帶來的結合卻發生在流溢界。這正是平日流溢界的小面相與女性一方的器皿下降至創造界、形成界與行動界中相應層面的原因：為了在下界進行淨化提煉，貫穿六個工作日。

(יורדת כלי ז'ו"נ [זעיר אנפין ונוקבא] דאצי' לעשי' [לעשיה] הוא ליתן כח לנפש דעשי' [דעשיה] להעלות

מהקליפות כמ"ש אשר שלט האדם באדם²¹ כו' רק שבסיוע התחתונים במצות שהיא אלקות שבנוגה

(流溢界的小面相與女性一方的器皿下降至行動界，是為了賦予行動界的魂力量，使它能從外殼 (קליפות, kelipos) 中提升 [火花]，正如經上所說：「人掌權管轄人」等等；只是，下界眾生藉著誠命 (מצות, mitzvah) 相助，而這誠命乃是光明 (נוגה, nogah) 之中的 אלקות，

括號中的話解釋：流溢界的器皿下降至行動界，是為了賦予行動界的魂力量，使它能從外殼中提升火花；這裡引用了「人掌權管轄人」這句話。下界眾生則藉著誠命相助；這誠命是光明之中蘊含的 אלקות。

וזה עולה שלא ע"י נר"נ [נפש רוח נשמה] דאדם אלא ע"י בחי' אצי' ממש שבבי"ע מעלים עד נוקבא דאצי'

העליון ולכן ירדה אצי' בבי"ע בימי החול וגם ליתן כח לנר"נ [לנפש רוח נשמה] דאדם להעלות מקליפות)

כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] ש"א [שער א'] פ"י [פרק י' / פרשה י'].

這提升並非藉著人的魂 (נפש, nefesh)、靈 (רוח, ruach) 與靈魂 (נשמה, neshamah)，而是藉著實際存在於創造界、形成界與行動界中的流溢界層面，將 [它] 提升至上層流溢界的女性一方。因此，平日流溢界下降至創造界、形成界與行動界；這也為了賦予人的魂、靈與靈魂力量，使它們能從外殼中提升 [火花]，正如《Etz Chaim》(עץ חיים) Sha'ar 1, 第10章 所記。

提升的工作本身，並非由人的魂、靈與靈魂完成，而是由下降至創造界、形成界與行動界中的流溢界來完成；它將供獻之物一路提升至上層流溢界的女性一方。這就是平日流溢界下降的原因；此外，這也為了增強人的魂、靈與靈魂，使它們能從外殼中提升火花。

ובשבת צ"ע [צריך עיון] בעליות העולמות (ואפשר דר"ל [דרוזה לומר] בבריאה יורדין יעקב ורחל בחול)

ואפי' [ואפילו] אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה נמשך שם

至於安息日 (שבת, Shabbos)，隨著諸世界的升高，此處尚待考察（也可能意思是，在創造界中，雅各 (יעקב) 與拉結 (רחל) 在平日下降)；甚至無限之光 (אור אין סוף, Or Ein Sof)，願祂受頌讚，也被引下到那裡，

安息日諸世界上升而非下降，因此這裡尚待進一步考察。括號中，阿德莫爾哈扎肯 (אדמו"ר הזקן) 提出，也可能是指創造界中的「雅各與拉結」——小面相與女性一方的形態——在平日下降；他並指出，甚至無限之光也被引下到那裡。

כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] שמ"ז פ"ג [פרק ג'] ע"ש (ובגלגולים פ"ב [פרק ב']²² שבחי' נפש דאצי' שבעשי'

[שבעשיה] גדולה לאין קץ מנשמה דבריאה שבבריאה)

正如《Etz Chaim》Sha'ar 47, 第3章 所記，請參閱該處。(另見 [參見 Sha'ar Ha] Gilgulim, 第2章，其中指出，流溢界的魂層面在行動界中，遠遠高於創造界的靈魂層面在創造界中，兩者之間有無限的差距。)

Sha'ar HaGilgulim 第2章補充指出，流溢界的魂層面在行動界中，遠遠高於創造界的靈魂層面在創造界中。凡源自流溢界者，即使看來處於多麼低下的位置，也超越屬於較低諸界的一切。

וכן מ"ש **דציצית ביצירה ותפלין ש"י** [של יד] **בבריאה היינו שהתקון נעשה לדחות החצונים מג"ת** [מג' תחתונות]

דיצ"י [דיצירה] **וג"ת** [וג' תחתונות] **דבריאה ע"י המשכת האור דאצ"י**

同樣，關於衣角穗（**ציצית**，tzitzis 在形成界，以及手臂經文匣（**תפלין**，tefillin）在創造界的說法，意思是：藉著引下流溢界之光，使修正得以完成，將外在勢力從形成界與創造界各自較低的三個「屬性（**ספירות**，Sefiros）」中驅逐開來；

阿里扎爾（**האריז"ל**）說，衣角穗作用於形成界，手臂經文匣則作用於創造界。阿德莫爾哈扎肯解釋，這說明修正發生的所在：流溢界之光被引下，將外在勢力從這兩個世界各自較低的三個屬性中驅逐開來。

וכמו שבק"ש [שבקריאת שמע] **נעשה זיוג או"א** [אבא ואימא] **דאצ"י ונמשך בבריאה ולכך היא בישיבה**

משא"כ בתפלת י"ח ותדע מנט"י [מנטילת ידים] **שמתקנים ג"ת** [ג' תחתונות] **דעשי** [דעשיה] **אף שהידים הם**

חג"ת [חסד גבורה תפארת]

正如在誦讀 Shema（**קריאת שמע**，Shema）時，流溢界的父與母（**אבא ואימא**，Abba v'Imma）結合，並延伸至創造界，因此採坐姿「誦讀」；十八項「祝福」的祈禱則不是如此。你可以從洗手一事看出這一點：洗手修正的是行動界較低的三個屬性，儘管雙手本身對應慈愛（**חסד**，Chesed）、克制（**גבורה**，Gevurah）與美與和諧（**תפארת**，Tiferes）。

同樣，Shema帶來流溢界父與母的結合，並將其延伸至創造界；因此，Shema採坐姿誦讀，有別於十八項祝福的祈禱，後者採站姿。洗手一事可以證明這一點：它只修正行動界較低的三個屬性，儘管雙手本身對應慈愛、克制與美與和諧。

וכן **הציצית להתעטף הראש עד החזה ותפלין ש"י** [של יד] **היא בחי' מוחין מקיפים וכולם מתקנים ג"ת**

[ג' תחתונות] **לבד דבי"ע**

同樣，披巾是從頭部披裹至胸部的，手臂經文匣則屬於包圍性心智（**מוחין**，mochin）的層面；它們全都只修正創造界、形成界與行動界中較低的三個屬性。

同樣，披巾從頭部披裹至胸部，手臂經文匣則屬於「包圍性心智」；它們全都只修正創造界、形成界與行動界中較低的三個屬性。

ואף שהם מצות מעשיות מ"מ ממשיכים מבחי' עשי' [עשיה] שבאצי' שהיא חיצוניות כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] ש"מ [שער מ'] דרוש ב' וציצי' קטן הוא בחי' עבור של חיצוניות²³ והטלית יניקה ותש"י [תפילין של יד] מוחין דגדלות.

雖然這些是實際行持的誡命（מצות，mitzvos），然而它們仍從流溢界（אצילות，Atzilus）中的行動層面（עשיה，Asiyah）引下；這是外在層面（חיצוניות，chitzoniyus），如《Etz Chaim》（עץ חיים），Sha'ar 40, Derush 2 所寫。小型披巾（ציצי' קטן，tzitzis katan）是外在層面的胎孕（עיבור，ibbur）階段；披巾（טלית，tallis）則是哺乳（יניקה，yenikah）；手上的妥非林（תפילין של יד，tefillin shel yad）則是成熟階段的心智（מוחין，mochin；גדלות，gadlus）。

雖然這些是實際行持的誡命，它們所引下的，卻是「流溢界中的行動層面」；這是流溢界本身的外在層面。如《Etz Chaim》（עץ חיים），Sha'ar 40, Derush 2 所寫。三者分別對應成長的不同階段：小型披巾對應胎孕（עיבור，ibbur），披巾對應哺乳（יניקה，yenikah），手上的妥非林則對應成熟階段的心智（מוחין דגדלות，mochin degadlus）。

第 5 節 · 11-18

《妥拉》的各部分位於何處

8 ועוד תדע מכוונות השמות בברכו' המצו' [המצות / המצוה] שהן בת"ת [בתפארת] דאצי' ולא דבי"ע וכן במקרא שהוא בעשי' [בעשיה] והכוונ' הוא בג' שמות ת"ת [תפארת] דז"א דאצי'. ולתורה ולנביאים בנ"ה [בנצח הוד] דז"א דאצי'. ולכתובים ליסוד דז"א דאצי' ולמשנה שהיא ביצי' [ביצירה].

此外，從祝福誡命（מצות，mitzvos）時所用名號的意念（כוונות，kavanos），也可得知[這一點]：這些意念屬於流溢界（אצילות，Atzilus）的美與和諧（תפארת，Tiferes），而不屬於創造界（בריאה，Beriah）、形成界（יצירה，Yetzirah）和行動界（עשיה，Asiyah）。同樣，經文雖屬於 עשיה，其意念（כוונה，kavanah）卻在 אצילות 的小面相（情感屬性）（זעיר אנפין，Z'eir Anpin）之 תפארת 中的三個名號。妥拉（תורה，Torah）與先知書則在 אצילות 的 זעיר אנפין 之勝利（נצח，Netzach）與光輝（הוד，Hod）；聖文集則在 אצילות 的 זעיר אנפין 之根基（יסוד，Yesod）。至於《米示拿》（משנה，Mishnah），它屬於 יצירה，

另一項證據，說明誡命與妥拉的研習達及流溢界：為祝福誡命所作、關於名號的意念，指向流溢界的美與和諧，而非較低的諸世界。同樣，經文被說成「在 עשיה 中」，但其意念所指出的，卻是 אצילות 的 זעיר אנפין 之名號：妥拉與先知書在 נצח 和 הוד，聖文集在 יסוד；句子接著說，米示拿則「在 יצירה 中」。

9 והכונ' [והכונה] היא בשמות דכלי' אמצעי' דו"ק [דשש קצוות] דנוק' [דנוקבא] דז"א דאצי' ולתלמוד הכונה

בשמות דכלים חיצוני' דו"ק [דשש קצוות] דנוק' [דנוקבא] דז"א דאצי' אף שהתלמוד בבריאה.

意向 (זעיר אנפין / ז"א) (情感屬性) 的小面相 (Atzilus, אצילות) 是在流溢界 (kavanah, כוונה) 之女性一方 (Nukva, נוקבא) 的六端中間器皿的諸名中；至於塔木德，意向則是在同一女性一方的六端外層器皿的諸名中，儘管塔木德是在創造界 (Beriah, בריאה)。

就《米示拿》而言，意向是在流溢界的小面相之女性一方的六端中間器皿的諸名中；也就是說，「六端」指六個情感屬性 (十個屬性 [ספירות, Sefiros] 中的六者)。至於塔木德，意向是在同一女性一方的外層器皿中。雖然塔木德被說成「在創造界」，其意向卻是在流溢界。

והטעם מובן מ"ש בפע"ח [בפרי עץ חיים] דאיך אפשר²⁴ דתושב"כ [דתורה שבכתב] בעשי' [בעשיה] למטה

משבע"פ [משבעל פה] אלא כולם הם באצי' רק שהמקרא יורדת עד העשי' [העשיה] ומתלבשת שם.

理由可由《Pri Etz Chaim》(פרי עץ חיים) 所說明白：書面妥拉怎麼可能處在行動界 (עשיה, Asiyah)，而低於口傳妥拉呢？其實它們全都在流溢界，只是經文下降直到行動界，並包裹於其中。

《Pri Etz Chaim》說明了理由：書面妥拉不可能處在較低的行動界，低於口傳妥拉。其實它們全都在流溢界；經文只是下降至行動界，並包裹於其中。

10 והמשנה עד היצי' [היצירה] לבדה. והתלמוד עד הבריאה לבדה. והקבלה עד האצי' לבדה בלי לבוש.

דהיינו למי שיודע להפשיטה מלבושיה עד בחי' אצי' א"נ [אי נמי] היא בחי' אצי' ממש שבעשי' [שבעשיה].

而Mishnah (משנה) [下延]僅至形成界 (יצירה, Yetzirah)；塔木德僅至創造界 (בריאה, Beriah)；卡巴拉學則僅至流溢界 (אצילות, Atzilus)，且不帶任何外衣。也就是說，對於懂得脫去它的外衣、直至流溢界層面的人而言；或者，它就是行動界 (עשיה, Asiyah) 之中的流溢界本身。

妥拉的每一部分向下延伸，都只到一定層面：Mishnah 到形成界，塔木德到創造界，而卡巴拉學只到流溢界，且完全不帶外衣。阿德莫爾哈扎肯對卡巴拉學所在的位置提出兩種理解：對於懂得脫去其外衣、直至流溢界的人而言；或者，它就是行動界之中的流溢界本身。

אך מאחר כי הכוונה בשם מ"ה [שם מ"ה] שהוא שם כלי פנימי דת"ת [דתפארת] דז"א דאצי' והם אינם מלובשים בעשי' [בעשיה] כלל מכלל שהן באצי' העליון ממש רק שהמקרא מלובשת בעשי' [בעשיה] וקבלה אינה מלובשת כלל.

但既然意向（כוונה，kavanah）在 מ"ה（Mah）之名，而此名是流溢界中小面相（情感屬性）（ז"א / זעיר אנפין，Z'eir Anpin）的美與和諧（תפארת，Tiferes）之內在器皿之名；而這些名稱在行動界中根本沒有被包裹，由此可知，它們就在上層流溢界本身；只有經文被包裹於行動界，而卡巴拉學則完全沒有被包裹。

證明它們全都根植於流溢界的依據是：經文的 מ"ה 在 כוונה（Mah）之名中（即 ה"ה（Havayah）的拼寫，其字母數值合計為45）；此名是流溢界中小面相的美與和諧之內在器皿之名，而這些名稱在行動界中完全沒有被包裹。因此，經文實際上位於上層流溢界，只是被包裹於行動界；卡巴拉學則完全沒有被包裹。

11 וכן המשנה והתלמוד הם באצי' העליון ומלובשים בבריאה ויציר' [ויצירה] עליונה כי האדם כלול מכל

העולמות ואף שהכוונה בעסק התורה היא בבריאה והתורה עצמה ביציר' [ביצירה]

同樣，《Mishnah》（משנה）與《Talmud》（תלמוד）也在上層流溢界（אצילות，Atzilus），並包裹於創造界（בריאה，Beriah）與上層形成界（יצירה，Yetzirah）之中，因為人涵攝一切世界。雖然從事妥拉（תורה，Torah）學習的意向（כוונה，kavanah）是在創造界，而 תורה 本身則在 יצירה，

同樣，《Mishnah》與《Talmud》也位於上層 אצילות，並包裹於 בריאה 與上層 יצירה 之中，因為人涵攝一切世界。接著，阿德莫爾·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）談到這個說法：妥拉學習的意向在 בריאה，而妥拉本身在 יצירה。

וכן המצוה בלי כוונה בעשי' [בעשיה] מ"מ התלמוד עצמו הוא ביציר' [ביצירה] שהוא בחי' רוח שבבריאה והמשנה עצמה בלי כוונה ביציר' [ביצירה] שביצירה והכוונה נשמה לשתייהן כמ"ש בע"ח [בעץ חיים] שער מ"ט פ"ה.

同樣，在 עשיה 中沒有 כוונה 的誡命（מצוה，mitzvah）也是如此；然而，塔木德本身位於 יצירה，也就是 בריאה 中的靈（רוח，ruach）層面；《Mishnah》本身若沒有 כוונה，則位於 יצירה 之中的 יצירה；而 כוונה 對兩者而言，都是靈魂（נשמה，neshamah），正如《Etz Chaim》（עץ חיים），Sha'ar 49, 第5章所載。

同一論述將沒有 כוונה 的誡命置於 עשיה（見《Etz Chaim》，Sha'ar 49, 第5章）。阿德莫爾·哈扎肯解釋說：塔木德本身位於「יצירה」，意即 בריאה 中的 רוח 層面；沒有 כוונה 的《Mishnah》位於 יצירה 之中的 יצירה；而意向如同兩者的 נשמה。

ע"ש היטב הדק דמוכח התם ג"כ כמ"ש שהתלמוד היא בבריאה עליונה אלא דהיינו דוקא כל מי שנשמתו בבריא' [בבריאה / בבריא] אבל לנפש דעשי' [דעשיה] אפשר היא בריאה ממש שבעשי' [שבעשיה] וצ"ע [וצריך עיון].

請仔細詳察該處，因為那裡也明顯可見，正如[我]所寫，塔木德位於上層 בריאה；不過，這只適用於其靈魂位於 בריאה 的人；至於 עשיה 的魂（נפש，nefesh），塔木德或許是實際位於 עשיה 之中的 בריאה。此處仍有待考究。

仔細研讀該處，也可看出塔木德位於上層 בריאה。或可認為，這只適用於靈魂位於 בריאה 的人；而對於 עשיה 的 נפש，塔木德或許只是「בריאה之中的 עשיה」；阿德莫爾·哈扎肯將此留作疑問。

אך זה אינו שאין לחלק בין נפש לנשמה אלא בכוונה שהנשמה כוונתה עולה למעלה יותר אבל לא בלימוד הפשוט עצמו בפשט התלמוד לבד:

然而，並非如此；不能在 נפש 與 נשמה 之間作區分，除非是在 כוונה 上：נשמה 的 כוונה 升得更高；但在純粹的學習本身、單單研習塔木德的直義上，並無差別。

接著，他否定這個答案：נפש 與 נשמה 只在意向上有所不同，נשמה 的意向升得更高；但純粹的學習本身並無不同。無論學習者的靈魂層次如何，單單研習塔木德的直義，都會達到同一處。

在事奉中的實踐

每個人都必須親自履行實際的誠命，因為只有他自己能精煉自己的衣著。即使沒有意向而履行的誠命，以及淺白地研習塔木德，也能達至流溢界；而在此世，一小時的悔悟回歸（תשובה，teshuvah）與善行，勝過整個來世的生命。

討論問題

1. 為什麼他人能藉著祈禱把靈魂從外殼中提升出來，卻不能代它精煉衣著？
2. 誠命的報償在什麼意義上是「衣著」？為什麼這衣著本身並非來世？
3. 實際履行的誠命如何只修補最低的層次，卻仍然是流溢界的作為？
4. 如果經文高於塔木德，為什麼經文被說成「在行動界（עשיה，Asiyah）」，而塔木德則「在創造界」？
5. 結論說生命魂與靈性魂只在意向上有別，這對簡單人的《妥拉》研習有什麼含意？

註記

第 1 段

1 לשון אדמו"ר נ"ע בעצמו

此註首先引導讀者參看雷貝的來源註記（**ציונים**，Tziyunim），該註記刊載於Kehot版《Torah Ohr》前文。

KEHOT 註記

ראה לעיל בציונים לכ"ק אדמו"ר זי"ע. בלקו"ש חכ"א ע' 429 העיר בענין שינוי סגנון ותוכן כאן לסגנון התניא. לקמן במפתח ענינים לכ"ק אדמו"ר זי"ע ערך "לבוש" — ע"י תומ"צ, תפלה, ענינים ע"פ קבלה". באג"ק לכ"ק אדמו"ר זי"ע כרך ב ע' קב מצייין שמאמר זה תוכנו "קבלה". להבין מה שנתבאר כאן — ראה מאמר כ"ק הצ"צ נדפס לקמן קלט, ג.

第 2 段

2 פ' ויחי

《Zohar》（זהר）在 Vayechi（ויחי）中描述，靈魂在來世所領受的衣裳，是由它在此世所行的善行而來；Kehot 的註釋將該段定位於 1:224a。《Etz Chaim》（עץ חיים）與阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）解釋，這些衣裳是經過精煉的，並非新造的。

Zohar I, 224a, חכ"א רכד,

KEHOT 註記

זח"א רכד, א.

3 רק להמשיך אור לתקנם כו' דוגמת גלות השכינה

Etz Chaim, Sha'ar 26, 第1章：誠命（מצוות，mitzvot）僅是為了將光引入靈魂的衣裳中並修補它們；靈魂降入此世，是為了修補並精煉，如同聖者的臨在（שכינה，Shechinah）流亡，聚集墮落的火花。阿爾特雷貝以此說明，靈魂降世是為了精煉自身的衣裳。

Sefer Etz Chaim 26:2 ב' עץ חיים כ"ו:

דע כי ז"א וכל שאר הפרצופי כל א' יש לו כלים ועצמות והכלים נחלקים לב' בחי' שהם ד' חיצוניות ופנימיות וכ"א מהם נחלק לב' שהם פנימי ומקיף וכעד"ז הוא העצמות ב' שהם ד' והנה כ"א מהפרצופים הם י"ס כלים חיצונים וי"ס כלים פנימים אמנם ז"א בחי' החיצוניות בתחלה אינו רק בחי' ו' כלים לבד ואח"כ נגמרים לו' בגדלות שהוא הנקרא עיבור ב' המוחין. והנה ג' כלים הראשונים שהם נר"ן הם דוגמת גוף האדם והם ג' בחי' חיצון אמצעי ופנימי והם מוח לב כבד והמוח מתפשט בבחי' גידין ועליו מלביש הלב ...

Sefer Etz Chaim (Public Domain)

第 3 段

4 שהתפלה בפנימית והמצוה בחיצוניות

Etz Chaim, Sha'ar 40, Derush 3：每一方面的行為都屬於外在層面，而言語與祈禱的每一方面都屬於內在層面。阿爾特

雷貝（אדמו"ר הזקן）將其概括為：「祈禱屬於內在層面，而誠命（מצוה，mitzvah）則屬於外在層面。」

Sefer Etz Chaim 40:3 עץ חיים מ'ג:

... להבין היכן אנו מדברים אם בפנימיות אם בחיצוניות והוא שכל בחי' מעשה הוא בחיצוניות וכל בחי' דבור ותפלה הוא בפנימיות ואין הפרש אחר עוד ולכן אל תטריח עצמך יותר כלל. ודע כי אע"פ שתראה כתוב בספרינו בחי' חיצוניות ופנימיות אל תטעה בהם כי לפעמים רובן של מקומות אינם מדברים רק בחיצוניות לבד או בפנימיות לבד כי הכל שוה כנ"ל אלא שלפעמים קורא פנימיות אל כלי ג' הפנימי מכולם ולפעמים קורא פנימיות זה אל נר"ן שבתוך הכלים שהם בחי' או"פ כנודע אמנם כל זה החיצוניות ופנימיות מדבר בחיצוניות העולמות בלבד ...

Sefer Etz Chaim (Public Domain)

第 5 段

5 כי לא על הלהם לבדו יחיה

摩西（משה）告訴以色列人，**ה'**在曠野以嗎哪供養他們，是要教導他們：「人活著，不單靠餅，而是靠從（ה')的口中所出的一切而活。」阿里扎爾（האר"י）將這句話解讀為：賦予生命的，是包裹在食物中的神聖言語；這裡顯示，即使沒有意向，生命力（חיות，chayus）仍會被引降下來。

Deuteronomy 8:3 דברים ח'ג:

וַיַּעַזְבֵהוּ וַיַּרְעֵבֵהוּ וַיֹּאכְלֵהוּ אֶת־הַמָּן אֲשֶׁר לֹא־יָדָעַתְּ וְלֹא יָדָעוּ אֲבֹתֶיךָ לְמַעַן הוֹדִיעֶיךָ כִּי לֹא עַל־הַלֶּחֶם לְבַדּוֹ יִחְיֶה הָאָדָם כִּי עַל־כָּל־מוֹצֵא פִי־הוּא יִחְיֶה הָאָדָם:

And He afflicted thee, and suffered thee to hunger, and fed thee with manna, which thou knewest not, neither did thy fathers know; that He might make thee know that man doth not live by bread only, but by every thing that proceedeth out of the mouth of the L-RD doth man live.

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

6 הנק' חשמל

註釋引導讀者參看《Or HaTorah》（אור התורה）中〈Pinchas〉（פנחס）的篇章，進一步探討稱為 Chashmal 的環繞衣裳。

KEHOT 註記

ראה אזה"ת פ' פנחס ע' א"ר.

7 הטוב שלו נזדכך כו' ונתחבר עם החשמל הפנימי

《Etz Chaim（עץ חיים）》Sha'ar 49, 第2章：發光之殼（קליפת נוגה，kelipas nogah）中的善完全被淨化，並與內在的靈性光明（חשמל，Chashmal）相結合，於是其中一切都成了 **חשמל**，不再稱為 **נוגה**。阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）引用這段，作為由 **נוגה** 提煉淨化出環繞性衣袍的依據。

Sefer Etz Chaim 49:2 עץ חיים מ"ט:

... הכל טו"ר כי לא הסיר כל לבוש זה אך הטוב שבו נזדכך כולו ונתחבר עם השמ"ל הפנימי וחזר הכל בחי' חשמ"ל ואינו נקרא נגה.

אמנם נודע כי כל עבירה הנעשית למטה גורמת כנגדו למעלה וצריך להבין מה גורם למעלה והענין בקיצור כי כאשר ז"א מתאזהר לנזקבא כמ"ש שאג ישאג על נוהו ולא מצאה למעלה בעולם אצילות כי הלכה בגלות למטה בבריאה אז אותו נשמה יוצאת מתאזהר הזכר בלי ציור נקבה ותיכף אז מזדמנת שפחה בישא בסוד ושפחה כי תירש גברתה לוקחת אותה הנשמה והבן היטב ותראה חומר העבירה מה ...

Sefer Etz Chaim (Public Domain)

第 6 段

8 וזאת הבחי' נקרא חשמל שהוא צלם הבל דגרמי שבעור

Etz Chaim (עץ חיים), Sha'ar 42, 第4章: 小面相 (情感屬性) (Z'air Anpin, זעיר אנפין) 的皮膚之光, 稱為骨髓之氣息 (הבל דגרמי, havla degarme), 其中含有形像 (צלם, tzelem); 「這一層面稱為 חשמל (Chashmal), 它就是皮膚中的 הבל דגרמי 之 צלם。」阿德莫爾·哈扎肯 (אדמו"ר) 逐字引述了這段話。

Sefer Etz Chaim 42:4 מ"ב:ד עץ חיים

... עור הז"א ויש בה בחי' צלם הבל דגרמי ונלע"ד שהם הם בחי' הרפ"ח ניצוצין והבן זה וזאת הבחי' נקרא חשמל שהוא צלם הבל דגרמי שבעור והם המלוכשים האחרים ממש בן לבושי ז"א ובין לבושי נה"י דאמא שהם כלים לאורות מקיפים כולם נקרא חשמל (ממש) ויש חשמל זכר ויש חשמל נקבה שהם המלוכשים האמתיים אבל העור אינו נקרא חשמל גמור כי איננו לבוש נפרד אלא הוא כעין חשמל ולא חשמל ממש והבן זה מאד ובתוך עור זה יש כלי הנפש שהוא הבשר ושם אופנים וחיות ושרפים וכנגד ד' רוחות הגוף ...

Sefer Etz Chaim (Public Domain)

9 מוצא פי הוי'

摩西 (משה) 告訴以色列: 「人活著, 不是單靠餅, 乃是靠從 הוי' (Havayah) 口中所發出的一切而活。」衣著於餅中的神聖言語, 正是維繫人的生命之物。阿德莫爾·哈扎肯以此說明, 從母親 (אמא, Imma) 引出的衣裳如何維繫靈魂。

Deuteronomy 8:3 דברים ח:ג

וַיַּעֲזֹב וַיֵּרַעְבֶּךָ וַיֹּאכְלֶךָ אֶת-הָמֶן אֲשֶׁר לֹא-יִדְעָתָה וְלֹא יָדָעוּ אֲבֹתֶיךָ לָמַעַן הוֹדִיעֶךָ כִּי לֹא עַל-הַלֶּחֶם לִבְדּוֹ יִחְיֶה הָאָדָם כִּי עַל-כָּל-מוֹצֵא פִּיִּהּ יִחְיֶה הָאָדָם:

And He afflicted thee, and suffered thee to hunger, and fed thee with manna, which thou knewest not, neither did thy fathers know; that He might make thee know that man doth not live by bread only, but by every thing that proceedeth out of the mouth of the L-RD doth man live.

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

10 וכמו הלחם . . . בכוונות עיוה"כ

此註引讀者參看《Or HaTorah》〈Mattos〉篇開頭, 進一步討論麵包的比喻, 以及贖罪日前夕的靈修意念。

KEHOT 註記

ראה אה"ת פי' משות בתחלתו.

11 כמ"ש בזוהר פקודי

此註引讀者參看《Or HaTorah》〈Bamidbar〉篇, 討論

《Zohar》〈Pekudei〉篇中靈魂上升所需的衣著。

KEHOT 註記

ראה אה"ת במדבר ע' צא ע"ש.

12 ואלמלי ההוא לבושה לא יכלי למסבל

本文引述 the Zohar 的 Vayakhel 篇 (210b 末): 若非有那件衣裳, 眾靈魂便無法承受上方的光。

ספר זוהר, ויקהל כ"ד:ש"ח-שט"ז Zohar, Vayakhel 24:308-316

The souls sit there by that river that flows out of Eden; they find rest there whilst clad in the ethereal garments. Without those garments they would not be able to endure the dazzling light around them; but protected by this covering they are in comfort and drink their fill of that radiance without being overwhelmed by it. It is the river which renders the souls fit and able to feast on and to enjoy that radiance.

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

13 בזוהר ויחי

關於《Zohar》〈Vayechi〉篇, 此註再次引讀者參看澤馬赫·策德克 (Tzemach Tzedek, הצמח צדק) 的一篇 maamar; 該文稍後刊於 Kehot Torah Ohr, 並在本文篇首標明為本文的解釋。

KEHOT 註記

ראה לקמן קלט, ג.

14 וכן התלבשות הנשמה ברוח (דף צ"ט ע"ב)

Mishpatim 的長老篇談到 נשמה (neshamah, 靈性之魂) 以 ruach (רוח, 靈) 為衣裳, 也應作同樣理解。

ספר זוהר, משפטים ג'ק"א-ק"י Zohar, Mishpatim 3:101-110

15 געה"ע הוא מבריהא

在那篇 maamar 中, 阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן, the Alter Rebbe) 解釋, 靈魂透過在肉身中的事奉, 將額外的光從 ה' 自身的本質引入 Gan Eden; 這就是為何「在這個世界中, 一小時的悔悟回歸 (תשובה, teshuvah) 與善行, 勝過來世全部的生命」。他並引用了《Torah Ohr》〈Chayei Sara〉手稿中的這一句: 「上層 Gan Eden 源自創造界 (בריהא, Beriah)。」

KEHOT 註記

בלקו"ת שה"ש ד"ה כי כאשר השמים מח, ד מצוין לכאן. ראה אה"ת תצוה ע' א'תשסט ובכרך ז ע' ב'תשעב. אה"ת דברים כרך ו בד"ה למען תירא.

16 יפה שעה אחת

Kehot 對這些文字所列的出處指引 (註記見下方)。

KEHOT 註記

אבות ד, יז.

17 יפה שעה א' כו'

「在這個世界中, 一個時辰的悔悟回歸 (תשובה, teshuvah) 與善行, 勝過來世 (גן עדן, Gan Eden) 的一切生命。」阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן) 解釋說: 諸誡命 (מצוות, mitzvot) 達至流溢界 (אצילות, Atzilus), 而來世 (Gan Eden) 則位於創造界 (בריהא, Beriah)。

משנה אבות ד'י"ז Pirkei Avot 4:17

הוא ה"ה 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)

18 והנה געה"ע הוא מבריא . . ושרשן ממ"ס דא"א

此註指出，本段引於《Or HaTorah》〈Chukas〉篇；該處又引讀者參看《Kuntres Acharon》中以「解釋《Pri Etz Chaim》所寫的內容」開篇的部分。

KEHOT 註記

מובא באוה"ת פ' חקת ע' תשפג ושם מציין לקו"א ד"ה להבין מ"ש בפע"ח.

19 ובחכמה אתברירו

該處阿爾特雷貝解釋，整個流亡時期的工作都是淨化，也就是把惡與善分開；這是藉著智慧完成的，因為「藉著智慧而受淨化」；因此智慧也稱為「判斷」。

KEHOT 註記

נסמן לעיל ה, ד.

20 the Zohar (זהר) Pekudei 篇中的段落，本文引述於 229a–b，談到靈魂為了升往並安住於較高世界所需的衣裳。

ספר הזהר, פקודי י"ח:קנ"ה-19:165-18:155 Zohar, Pekudei
י"ט:קס"ה

第 7 段

21 אשר שלט האדם באדם

Kohēles (קהלת) 指出：「有一時，人管轄人，使他受害。」
阿德莫爾·哈扎肯引用這句話，說明賦予行動界（עשיה，
Asiyah）的靈魂（נפש，nefesh）的能力，使它能提升那些
墮入外殼（קליפות，kelipos）之中的事物。

Ecclesiastes 8:9 ח' ט' קהלת

אֶת־כָּל־זֶה רָאִיתִי וְנָתַן אֶת־לִבִּי לְכָל־מַעֲשֵׂה אֲשֶׁר נַעֲשֶׂה תַּחַת הַשָּׁמַיִם
עַתָּה אֲשֶׁר שָׁלַט הָאָדָם בָּאָדָם לְרָע לוֹ:

All this have I seen, even applied my heart thereto, whatever the work that is done under the sun; what time one man had power over another to his hurt.

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

KEHOT 註記

קהלת ח, ט.

22 ובגלגולים פ"ב

阿德莫爾哈扎肯在該處引述《Sha'ar HaGilgulim》第20章、本篇《Torah Ohr》maamar，以及 Mishpatim 篇開頭的 Ramaz，提出同一要點：流溢界本身披覆於創造界、形成界與行動界之中，而行動界中的流溢界，遠遠高於創造界的最高層面。他以此解釋「一小時更勝」：人在下層伊甸園（גן עדן，Gan Eden）中的托拉（תורה，Torah）學習與事奉之光，高於靈魂降世之前在上層伊甸園——也就是創造界——所領會的事物。

KEHOT 註記

ראה לקו"ת במדבר ב, ב שכ"ה גם בהרמ"ז ר"פ משפטים. (בלקו"ת שם מציין לפרק עשרים).

23

וציצי קטן הוא בחי' עבור של חיצוניות

該註指出，雷貝（הרבי）在該處解釋《Etz Chaim》關於小型祈禱披巾（טלית，tallis）的段落：小型披巾象徵「孕育」，披巾象徵「哺乳」，而經文匣象徵成熟的心智。

KEHOT 註記

ביאור הע"ח ראה בלקו"ש חל"ג ע' 96 הערה 16.

第 9 段

24

מ"ש בפע"ח דאין אפשר

《Tanya》（תניא）第40章的註解提出同樣的教導：研讀經文時，合一與無限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）從流溢界向下延展至行動界；研讀《米示拿》時只延展至形成界（יצירה，Yetzirah），研讀塔木德時則只延展至創造界，因為三者全都在流溢界。卡巴拉學則完全不向下延展，正如《Pri Etz Chaim》所說。

תניא, חלק ראשון; ליקוטי אמרים מ"40 Tanya, Likkutei Amarim

KEHOT 註記

שער יז שער הנהגת הלימוד. תניא פ"מ בהגה"ה [ב, א]. וראה לקמן סט, ב.

לקו"ת ויקרא ה, ד. בכמה מאמרי דא"ח מובא זה בשם ספר ע"ח. ראה ד"ה

מזמור לתודה לאדה"א בסה"מ נ"ך ע' קלט. ובכ"מ.



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

關於本版

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.

引述來源（經由 Sefaria）：Sefer Etz Chaim (Public Domain); Miqra according to the Masorah (CC-BY-SA); The Holy Scriptures: A New Translation (JPS 1917) (Public Domain); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Torat Emet 357 (Public Domain); Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY).

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/chayei-sarah/3/

為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok