



《托拉奧爾》· 帕拉沙 NOACH · 瑪瑪爾 1

מים רבים לא יוכלו לכבות את האהבה ונהרות...

眾水不能熄滅愛



謀生的種種壓力，即「眾水」，不能熄滅靈魂與生俱來對 **ה'** 的愛；
相反，當一個整日沉浸其中的人轉而在祈禱中歸向 **ה'**，這些壓力便
將靈魂提升至無限的愛，超越它尚未來到這個世界以前所認識的
愛。

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/noach/1/

核心要旨

謀生的種種壓力，即「眾水」，不能熄滅靈魂與生俱來對 **ה'** 的愛；相反，當一個整日沉浸其中的人轉而在祈禱中歸向 **ה'**，這些壓力便將靈魂提升至無限的愛，超越它尚未來到這個世界以前所認識的愛。

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

阿德莫爾哈扎肯將《雅歌》中的「眾水」解讀為謀生的憂慮與忙碌。它們不能熄滅具有 **ה'** 性質的靈魂（**נפש האלקית**，nefesh Elohis）那隱藏的愛；這愛如火焰般自然地朝其本源升騰。眾水甚至能使靈魂升得比它降世之前更高。以賽亞稱它們為「挪亞的眾水」；挪亞（**נח**，Noah）意為安息。洪水降下，不只是為了毀滅，也為了潔淨大地，如同猶太浸禮池（**מיקוה**，mikveh）；同樣，當聖殿中超自然的祝福止息後開始的謀生勞役，也像地獄（**גיהנום**，Gehinnom）那樣潔淨靈魂。當人從一整日物質生活的「黑暗」中走出來，在祈禱中思量整個受造界不過是 **ה'** 的一道光輝時，他便被激發出「盡你一切力量」的愛；這愛沒有界限，因為它取力於動物性靈魂（**נפש הבהמית**，nefesh habehamis），而其在混沌界（**תהו**，Tohu）的根源，比具有 **ה'** 性質的靈魂更高。因此，方舟與祈禱的言詞——言詞（**תיבה**，teivah）兼有「方舟」和「言詞」之意——被眾水托起；從事商業的人能比學者祈禱得更深。這就是下層安息日（**שבת תתאה**，Shabbos tata'ah）；在未來，上層安息日（**שבת עילאה**，Shabbos ila'ah）將顯露出一種更大的、由上而來的愛。

綱要

- | | | |
|----------|--|-------|
| 1 | 眾水不能熄滅的愛
「眾水」是謀生的掛慮；它們不能熄滅靈魂與生俱來的愛，反而能使靈魂升得比它降世之前更高。 | ¶1-2 |
| <hr/> | | |
| 2 | 挪亞的眾水
挪亞意為安息；洪水如同猶太浸禮池般潔淨大地，而謀生的勞役也像地獄那樣潔淨靈魂，將它提升至最高層次。 | ¶3 |
| <hr/> | | |
| 3 | 勞役是甚麼
勞役不是外族統治或稅賦，而是謀生的憂慮；當聖殿中超自然的祝福流溢時，人們並不認識這種憂慮。 | ¶4 |
| <hr/> | | |
| 4 | 由黑暗而出的光
人在商業忙碌的一天過後於祈禱中思量，便能點燃「盡你一切力量」的無限之愛；唯有透過動物性靈魂才能生出這種愛，因為它在墮落的混沌界諸王中的根源，比具有 ה' 性質的靈魂更高。 | ¶5-7 |
| <hr/> | | |
| 5 | 祈禱的方舟
從眾水中形成了言詞（ תיבה ，teivah），既指方舟，也指祈禱的言詞；方舟被眾水高高托起。從事商業的人能比學者祈禱得更多。 | ¶8-10 |

6 下層安息日

¶11

如同六日勞作之後，世界在安息日升騰，一日的勞作也在祈禱中升騰；這是在一週之中顯現的安息日光輝。

7 上層安息日

¶12

在未來「全然是安息日的那一天」，將顯露出一種由上而來的宏大之愛——至高的慈愛（חסד，Chesed），甚至高於由眾水所生的愛。

關鍵概念

眾水 מים רבים

謀生的種種掛慮與憂愁，以及世俗事務的種種思緒；它們可能淹沒人對^ה的覺知。

隱藏的愛 אהבה מסותרת

每個猶太靈魂與生俱來對^ה的愛，即使人並未感受到它，它仍然存在；它如火焰般奮力朝其本源升騰。

靈的安息 (נייחא דרוחא, naycha d' rucha) נייחא

דרוחא

這是挪亞之名的含義：勞作之後的滿足與升騰，也是安息日的內在特質。

勞役 שעבוד

在這篇 maamar 中，指流亡時期謀生的負擔與憂慮；它像洪水潔淨大地那樣潔淨靈魂。

由黑暗而出的光的優越 יתרון האור מן החשך

黑暗受到制伏（אתכפיא，iskafya）並被轉化（אתהפכא，is' hapcha chashocha）之後，所產生的光更加強大，超越從未遇見黑暗的光。

盡你一切力量 בכל מאדך

對^ה最高、無限的愛；它由與其相反的一方——動物性靈魂——的交戰中生出。

動物性靈魂 נפש הבהמית

使身體及其欲求得以活動的靈魂；它最終的根源在墮落的混沌界諸王中，比具有^ה性質的靈魂更高，因此與它交鋒能產生更高的愛。

方舟／言詞 תיבה

言詞（תיבה，teivah）既指挪亞的方舟，也指一個言詞；方舟就是祈禱的言詞，被一日的眾水托起。

下層與上層安息日 שבת תתאה ושבת עילאה

下層安息日是勞作之後的安息，每一週、每一次祈禱中都存在；上層安息日則是彌賽亞時代的未來，屆時將顯露出一種由上而來的愛。

眾水不能熄滅的愛

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

「許多水不能熄滅愛，江河也不能沖去；若有人拿出他家中一切財富來換取愛，必將他藐視得一文不值。」

這篇 maamar 以《雅歌》的一節經文開篇；Chassidus 將其解讀為 **הי** 與猶太民族之間的愛之歌。經文指出，無論水勢多麼浩大，都不能熄滅這份愛；maamar 的其餘部分將闡明「水」是什麼，以及它們為何無法熄滅這份愛。

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

如今，「許多水」就是一切謀生的操勞，以及對今世事務的種種思慮，等等；然而，它們仍「不能熄滅這愛」——

Alter Rebbe 將「許多水」解作日常工作的生活：為謀生而承受的持續壓力，以及對世俗事務紛至沓來的思慮。這些事可能遮蔽一個人對 **הי** 的覺察，卻無法真正熄滅他對祂的愛。

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

這愛乃是每個以色列靈魂中與生俱有的隱藏之愛，源自具有 **הי** 性質的靈魂（**נפש האלקית**，nefesh Elohis）這一層面；它的本性是恆常向上升起並融入上方，猶如火焰自然而然地向上升騰，

這份得以存續的愛，是每個猶太人與生俱有的「隱藏之愛」，無論他是否感受得到。它屬於具有 **הי** 性質的靈魂；這靈魂自然渴望向上回歸其源頭，正如火焰憑其本性向上升騰，無須任何努力。

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"ה⁷.

正如前文所寫：「它的火星是火焰的火星，是 **יה** 的火焰。」這是從上方而來的火焰這一層面：也就是具有 **הי** 性質的靈魂；在它被包裹於物質身體之前，曾享受聖者的臨在（**שכינה**，Shechinah）的光輝，並與無限者（**אין סוף**，Ein Sof）全然合一，願祂受頌讚。

「許多水」之前的那節經文，將這份愛描述為「火焰的火星，是 **יה** 的火焰」：這火焰的源頭是神聖的。這就是具有 **הי** 性質的靈魂；在進入身體之前，它曾享受靈性世界中 **הי** 臨在的光輝，並與無限者完全合一；它渴望向上升騰，正是對那合一的記憶。

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

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

因此，即使靈魂披上肉身之衣，以從事種種物質事務——這些事務稱為「眾水」——然而，這些「眾水」仍不能熄滅靈魂恆常的愛與奇妙渴慕；靈魂始終渴望上升並融入上界。反之，

因為愛是靈魂本身的本性，所以靈魂進入肉身、忙於物質事務時，這愛並不會消失。阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר）將這些物質上的牽連稱為「眾水」，並強調它們無法熄滅靈魂恆常渴望上升、融入^{ה'}的心志。

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

יתבאר:

藉著披上上述「眾水」之衣，靈魂能達到比它下降到此世之前[所處的境界]更高的境界，如下文將予以闡明。

接著，這篇 maamar 提出一個大膽的主旨：靈魂不只是經受住了沉浸於世俗事務之中；正是藉著這種沉浸，它能達到比降世之前更高的境界，即使在降世之前，它曾沐浴於^{ה'}臨在的光輝之中也是如此。這篇 maamar 其餘部分將闡明其中的道理。

第 2 節 · 13

挪亞的眾水

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

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

現在，上文所說的「眾多之水」這一層面，稱為「挪亞（נח）之水」，正如經上所說（以賽亞書五十四章）：「我曾起誓，不讓挪亞之水再漫過大地；我也如此起誓，不向你發怒，也不斥責你。」（參見《Ir Gibborim》（ספר עיר גבורים）。因為

以賽亞將^{ה'}應許不再向以色列發怒，與洪水之後祂起誓不再使「挪亞之水」漫過大地相提並論。阿德莫爾·哈扎肯把先知所用的「挪亞之水」一語，視為世間生活中「眾多之水」的名稱，並請讀者參閱《Ir Gibborim》；此書作者亦是《Kli Yakar》妥拉註釋的作者。

הנה נח הוא נייחא דרוחא¹³ שהוא בחינת שביתה כאדם השובת ממלאכתו. וכמ"ש וישבת ביום

השביעי^{14, 15} ותרגמו ונח ביומא שביעאה¹⁶ כו'.

「挪亞」意為 נייחא דרוחא (naycha d' rucha，靈中的安息)，這是停止的層面，如同一個人停止工作。正如經上所說：「祂在第七日停止了工作 (vayishbos)」，而其《塔爾古姆》[譯作]：「祂在第七日安息了 (venach)」，等等。

「挪亞」這個名字意為安息：《光明之書》(Zohar) 將它解作 נייחא דרוחא，即工作完成後，心靈安定而滿足的狀態。證據是，妥拉說^{ה'}在第七日「停止了工作」，而翁克羅斯的亞蘭文譯本用與「挪亞」同根的詞，將這個詞譯作「安息了」。

וּמִי שֶׁנֶחַ נַח בִּ"פ [ב' פעמים]¹⁷ הֵם נִיחָא דְעִילָא¹⁸ וְנִיחָא דְתַתָּאִי שֶׁהוּא בַחֲי' שַׁבַּת תַּתָּא וּשְׁבַת עִילָא שִׁיחִיָּה לַעֲתִיד שֶׁנֶּקֶד יוֹם שְׁכוּלוֹ שַׁבַּת¹⁹ מִשָּׁא"כ שַׁבַּת תַּתָּא אֵינוֹ כּוֹלוֹ שַׁבַּת כֹּאשֶׁר יִתְבָּאֵר.

至於經上兩次寫著「挪亞，挪亞」，這是上方者的安息與下方者的安息，亦即較低層的安息日（שַׁבַּת，Shabbos）與較高層的安息日；後者將在未來世實現，稱為「全然是安息日的一日」。相較之下，較低層的 שַׁבַּת 並非全然是安息日，正如下文所要說明的。

經文兩次重複「挪亞」這個名字；《米德拉什》解釋，這個重複表示上方眾生與下方眾生都得安息。阿德莫爾·哈扎肯將兩者對應於兩種安息日：我們現今所知的每週「較低層安息日」，並非完全安息；以及彌賽亞時代的「較高層安息日」，也就是「全然是安息日的一日」。兩者都會在本篇 maamar 後文中加以說明。

כִּי הִנֵּה לִכְאוּרָה אֵינוֹ מוֹבֵן עֲנִין הַמְּבוּל שֶׁאֵם הִיָּה רַק לְהַעֲבִיר וּלְשַׁחַת הָאֲנָשִׁים הַחוּטָאִים לְמַה הוּצָרָךְ לְבַחֲי' רַעַשׁ גָּדוֹל כְּזֶה הָלָא בְּרַגַּע א' הִיָּה בִּיכּוּלִי [ביכולת] ה' לְהַעֲבִירָם אֶף בְּלֹא הַמְּבוּל.

因為乍看之下，洪水一事令人不解：若洪水只是為了除去並毀滅犯罪的人，為何需要如此巨大的動盪？ה' 大可在一瞬間除掉他們，根本不必藉著洪水。

阿德莫爾·哈扎肯現在提出疑問：ה' 為何要降下洪水？若目的只是毀滅惡人，祂本可在一瞬間安靜地做到；持續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

但實際上，洪水是為了潔淨大地而來，正如經上所說：「因為大地充滿了暴行」，大地已極其敗壞，需要潔淨。因此，洪水特別以水的形式降下，為要潔淨不潔者，

這個答案出自《塔木德》：洪水是為了潔淨大地本身，因為大地已被其上的暴行所敗壞。因此，懲罰特別採取水的形式，因為按照妥拉律法，水是潔淨的媒介。

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

正如四十 סאה (se' ah，液量單位) 的浸禮池（מִקְוֵה，mikveh）能潔淨不潔者；同樣，洪水也是為了潔淨整個大地而來，

這裡以 mikveh 為例，也就是猶太律法中的浸禮池，至少須有四十個 se' ah 的水，才能潔淨人或器皿。洪水實際上就是整個大地的浸禮池。

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

正如經上所說（以西結書三十六章）：「我要把潔淨的水灑在你們身上，你們就潔淨了」，等等。因此，它們稱為「挪亞之水」，因為由此而有 נייחא דרוחא，等等。

以西結預言 ה' 要把「潔淨的水」灑在以色列身上，表明水是靈性潔淨的媒介。洪水之水潔淨了世界，因此帶來「靈中的安息」；這正是「挪亞」之名所表示的，所以它們稱為「挪亞之水」。

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

現在，謀生的勞役也稱為「挪亞之水」，正如我們的賢者（願其記憶蒙福）所說，亞伯拉罕（אברהם）先祖為自己選擇了勞役，以代替地獄（גיהנם，Gehinnom）。

現在，阿德莫爾·哈扎肯將這個概念應用於工作生活：為謀生而承受的勞役，也就是「挪亞之水」。《米德拉什》記述， ה' 向亞伯拉罕顯示未來時，他為後裔選擇流亡中的受奴役，而不選擇 Gehinnom（靈魂死後受淨化之處）；阿德莫爾·哈扎肯將那種勞役理解為謀生的重擔，它如同 Gehinnom 一樣，能使靈魂得到潔淨。

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

正如靈魂不可能進入伊甸園，享受聖者的臨在（שכינה，Shechinah）的光輝，除非先下降到地獄（גיהנם，Gehinnom）——正如人們論及阿赫爾（אחר，Acher）時所說：「寧可讓他受審判，得以進入來世」——

他解釋，為何這種潔淨是必要的階段。靈魂若未經歷地獄的淨化，就不能進入伊甸園，享受 ה' 的光輝；因此，塔木德論及賢者以利沙本阿布雅（אלישע בן אבויה，Elisha ben Avuyah）時說，他因偏離正道而被稱為阿赫爾（אחר，Acher，意為「另一位」），寧可讓他受審判並得以淨化，好使他能進入來世。

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

並且也要讓[它]浸入火河（נהר דינור，Nehar Dinur），如別處所解釋的那樣；同樣，藉著受勞役，人可以不不斷上升，達到最高的層次。

除了地獄之外，靈魂從較低層的伊甸園升往較高層時，也必須浸入火河（נהר דינור），以忘卻它先前所知的較低層次的喜悅。同樣，謀生所承受的勞役雖然痛苦，卻能淨化靈魂，使它攀升至最高的層次。

第 3 節 · 14

勞役是甚麼

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

現在所說的「奴役」，並不是指如今有君王統治我們、向我們徵收賦稅；因為在聖殿時期，也有以色列君王統治我們，而且賦稅甚至更多，眾所周知，每個人都必須繳納十分之一。

阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）在此釐清「奴役」的含義。這不是指政治上的受制或納稅；聖殿時期，以色列也有君王向人民徵稅，而且徵收得更多，達到十分之一。

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'

而是說，聖殿仍然矗立時，祝福與極其豐盛的恩澤不斷降下，以致以色列地成了「流奶與蜜之地」等，

真正的差別在於，聖殿矗立時，ה'的祝福豐盛地降下，以致以色列地確實成了「流奶與蜜之地」。

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

完全不是循自然規律而有；正如《Kesubos》（כתובות）篇末的《Gemara》（גמרא）所說，人們完全沒有為生計憂慮或操勞。

正如塔木德在《Kesubos》（כתובות）篇末所述，那種豐盛超越自然，因此人們無須為謀生而憂心。由此可見，流亡中的「奴役」，就是那種公開彰顯的祝福止息後，為謀生而生的憂慮與勞苦。

第 4 節 · 15-7

由黑暗而出的光

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

רבים הנ"ל שנק' מי נח

現在，每一個人都要辛勞，並為謀生而操心，忙於這個物質世界的事務；這就是前文所說「眾多的水」這一層面，稱為「諾亞之水」，

阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）回到當下：自從聖殿被毀以來，每個人都必須勞作並為謀生操心。他說，這正是經文所稱的「眾多的水」，也是以賽亞所稱的「諾亞之水」。

שהוא בחי' נייחא דרוחא לפי שע"י בחי' מים רבים הנ"ל מתעלית הנשמה למדרגה היותר גבוה מקודם התלבשותה כו' שהיתה רק נהנית מזיו השכינה כו'

這就是安息之靈（**נייחא דרוחא**，naycha d' rucha）這一層面，因為藉著前文所說「眾多的水」這一層面，靈魂被提升到比它穿著身體之前更高的境界；那時，它只是享受聖者的臨在（**שכינה**，Shechinah）的光輝，等等。

這些水被稱為「安息」之水，因為它們使靈魂得到比它來到身體之前更高的滿足。那時，靈魂只是享受 ה' 的光輝；如今，藉著它在世間的奮鬥，便能升至更高的境界。

וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] יפה שעה אחת בתשובה ומע"ט [ומעשים טובים] בעוה"ז מכל חי העוה"ב [העולם הבא]^{30,31} לפי שהוא בחי' יתרון האור מתוך החושך דוקא שהוא בחינת אתכפיא סט"א [סטרא אחרא] ואתהפכא חשוכא כו'

正如我們的賢者所說：「在這個世界悔悟回歸（**תשובה**，teshuvah）並行善一小時，勝過來世的全部生命。」因為這正是光明特別從黑暗中[而來]所具有的優勢；這就是制服另一側（**סט"א**，sitra achra）之力（**אתכפיא**，iskafya），以及轉化黑暗（**ואתהפכא חשוכא**，is' hapcha chashocha）這一層面，等等。

《米示拿》所教導的「在這個世界悔悟回歸並行善一小時，勝過來世的全部」，正表達了這一點。這種優勢來自「黑暗中的光明」：制服另一側（**סט"א**，sitra achra，即與神聖相對的力量），以及將黑暗本身轉化為光明（is' hapcha chashocha），所產生的光明，勝過從未經歷黑暗的光明。

שכשעוסק כל היום בענינים גשמיים בטרדת הפרנסה שהם הנק' חשך ומתבונן אח"כ בתפלה איך שאין לך עשב מלמטה³² שאין לו מזל מלמעלה³³ כו'

因為當一個人整天忙於物質事務，為謀生而操勞——這些都被稱為「黑暗」——之後在祈禱中思索「地上沒有一根草，沒有其上方的星辰靈力（**מזל**，mazel）」這句話，等等，

現在，他描述這在實際生活中如何發生。一個人整天埋首於生意，這便是「黑暗」；到了祈禱時，他便思索賢者的教導：每一根草都有其上方的 mazel，也就是一股屬靈力量，指引它生長。

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

這些星辰靈力（**מזלות**，mazalos）將生命力傳導給整個世界，正如經文所寫（《申命記》33）：「並有太陽所產的豐美，以及[月亮]所生的豐美」，等等。

mazalos 是與星座相關的天體力量，生命力藉著它們傳導給這個世界的一切。摩西（**משה**）對約瑟（**יוסף**）的祝福提到太陽和月亮所孕育的出產，說明天體支配著大地的生長。

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

mazalos 從七十位首領領受，首領從 Ofanim 的守護者領受；他們又從天使領受，一層高於一層，直到他們全都從祂的王權（מלכות，Malchus）這一層面領受，願祂受頌讚；

這番思索沿著影響力的鏈條向上追溯：mazalos 從統管各國的七十位天使「首領」領受；首領從更高的天使——「Ofanim 的守護者」，也就是以西結所見戰車異象中的「輪子」一類天使——領受；如此一路向上，每一層都從其上一層領受，直到它們全都從 ה' 的王權領受。這是 ה' 創造並治理世界的屬性。

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

正如經文所寫：「你的王權是統御一切世界的王權」；這王權使一切世界由無變為實有；而這只不過是聖者的臨在之光輝，

王權是使一切世界從絕對的無變為存在的力量，正如經文所說：「你的王權是統御一切世界的王權。」然而，這整個創造的力量只不過是「聖者的臨在」的光輝，也就是從 ה' 向外照耀的光。

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

相對於祂的本質與存在，願祂受頌讚，這不過只是微小的光輝與照耀；而祂的本質與存在，乃是真正無限者（אין סוף，Ein Sof）的境界——[祂]在過去、現在與將來都完全不變；正如人們所說：「世界被創造以前，你是祂；世界被創造以後，你仍是祂」，等等。

相較於 ה' 自身的本質，那道光輝不過是微光。祂的本質真正無限，並不因創造而有所改變，正如祈禱文所說：世界被創造以前，你是同一位；世界被創造以後，你仍是同一位。

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'

深入觀照以上一切，以認知（דעת，Daas）的深度，他的靈魂便會被激發，生起愛與奇妙的渴望，如火花般熾烈；他渴望走出這黑暗與物質的遮蔽，唯願依附於祂，願祂受頌讚，

一個人如此深入觀照，而非浮於表面，他的靈魂便會因愛與渴望而燃起，猶如「火花般熾烈」，使人想起這篇 maamar 開篇的經文。他渴望衝出物質世界的黑暗與遮蔽，唯願依附於 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

正如經上所寫（《詩篇》73）：「除祢以外，我在天上還有誰？除祢以外，我一無所求。」等等——他不應對下層伊甸園或上層伊甸園有絲毫希求，因為它們僅僅是光輝與照耀的層面，

詩篇作者呼喊：「除祢以外，我在天上還有誰？除祢以外，我一無所求。」這表達了這種愛。這樣的人甚至不希求下層或上層的伊甸園——靈魂所得的屬靈獎賞——因為它們也只是 ה' 的光輝，而不是 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'

正如我們的賢者們，願其記憶蒙福，所說：「義人安坐，等等，享受聖者的臨在（שכינה，Shechinah）的光輝」——但他只願依附於祂，願祂受頌讚，融入祂的本質與本體之中，願祂受頌讚；神聖的《Zohar》（זהר）稱此為「融入君王的身體之中」，等等。

《塔木德》將來世描述為義人享受「聖者的臨在的光輝」；然而，這種愛所希求的超越了光輝，它要融入 ה' 的本質之中，也就是《Zohar》所稱的「融入君王的身體之中」。

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

這種愛稱為悔悟回歸（תשובה，teshuvah）的層面；它是「具有更大的力量」的，因為它特別是從黑暗中生起的——那時他只忙於物質事務與世間虛妄之事。

這種愛是一種悔悟回歸 ה'。《Zohar》說，回歸者以「更大的力量」事奉，甚至超過完全正直的人，因為他們的愛從黑暗中迸發，而他們曾沉浸在物質事務之中。

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

因為光的優越，恰恰在於它出自黑暗。這種愛稱為「盡你一切力量」（מאדך，me' odecha）的層面；它確實是無限的，因為它特別是從其相反面——黑暗——而生起，

既然從黑暗中生出的光更為卓越，這種愛便稱為「盡你一切力量」（me' odecha），也就是《示瑪》中第三種、最高層次的愛，意指無限的愛。它之所以無限，正是因為它從自己的相反面中生起。

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.

正如經上所寫：「『好』——這是生命的天使；『甚』 (מאד, me' od) (好)——這是死亡的天使。」因為正是透過其相反面與黑暗——也就是動物性靈魂 (נפש הבהמית, nefesh habehamis) 的層面——人才能達到「盡你一切力量」(מאדך) 的愛；這愛確實是無限的。

賢者們將「對創造的判語『甚好』」解讀為甚至包括死亡天使：「好」是生命天使，「甚」是死亡天使。阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן) 將此應用於動物性靈魂：正是它所帶來的對立，使「甚」——「盡你一切力量」那無限的愛——成為可能。

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

這是因為在其根源中，在極高之處，動物性靈魂的根源高於具有 ה' 性質的靈魂 (נפש האלקית, nefesh Elohis) 的層面，正如經上所寫 (《創世記》36)：「這些是曾經作王的諸王」，等等；

原因令人意外：在其終極根源中，動物性靈魂源自高於具有 ה' 性質的靈魂的層面。證據是《妥拉》列出以東諸王，說他們在「有任何王在以色列作王之前」便已作王。

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.

「在有任何王在以色列子民中作王之前」——這指的是具有 ה' 性質的靈魂的層面；只是由於器皿破碎，它們才墮落到極低之處，正如經上所寫：「他作王，然後死去」，等等。但在其根源中，它們遠高於具有 ה' 性質的靈魂的層面。

在卡巴拉中，這些以東諸王代表混沌界——一個具有強烈光的領域，先於秩序井然的整飭界；具有 ה' 性質的靈魂 (「以色列諸王」) 則屬於整飭界。混沌界的器皿無法容納其中的光，因而破碎，這就是「他作王，然後死去」一語反覆出現的原因。因此，源自混沌界的力量墮落到極低之處，儘管它們的根源遠高於具有 ה' 性質的靈魂。

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

因此，即使牠們已墮落到下方，仍能勝過具有 ה' 性質的靈魂 (נפש האלקית, nefesh Elohis)，因為牠們的根源來自王權的層面，而王權是自我高舉的層面，等等。

由於動物性靈魂 (נפש הבהמית, nefesh habehamis) 的根源在於混沌界 (תוהו, Tohu) 的諸王，即使它已墮落，仍有力量支配具有 ה' 性質的靈魂。它的根源是「王權」；而君王的本性是自我高舉，因此動物性靈魂具有強烈的自我高舉傾向。

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

人也從動物與食物的層面獲得生命力（חיות，chayus）；沒有它們，他便無法生存；相反，食物並不需人。

這是根源較高的第二個徵象：人是最高的受造物，卻從動物與食物獲得生命；沒有它們，他便無法生存，而它們並不需他。較高者依賴較低者，顯示較低者有更崇高的源頭。

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

這一切都是因為，這些力量在上方根源的根源中，遠高於眾靈魂的層次。因此，藉著具有 ה' 性質的靈魂（נפש האלקית，nefesh Elohis）下降並穿著於

Alter Rebbe 重申這項原則：在它們根源的根源處，這些力量遠高於靈魂。正因如此，נפש האלקית 必須下降，並特別穿著於動物性靈魂之中。

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

動物性靈魂（נפש הבהמית，nefesh habehamis）之中，特別是從事生計上的種種憂慮與思慮，處理物質事務——這些正是上文所稱的「許多水」——便能達到「盡你一切的力量」之愛的層次，

藉著透過 נפש הבהמית 努力，並投入生計的憂慮——也就是「許多水」——נפש האלקית 便能達到「盡你一切的力量」之愛。

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

這種愛是無限的，如上所述；其層次高於[它曾有的]尚未下降進入身體之前的層次；當時它只是享受聖者的臨在（שכינה，Shechinah）的光輝，等等。

這種無限之愛，高於靈魂尚未進入身體時所享有的狀態；那時，它只是享受 ה' 的光輝。

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 תחה"מ [תחיית המתים]:

也就是唯有藉著克制 ('אתכפי"י', iskafya) 以及轉化黑暗 (is' hapcha chashocha, ואתהפכא חשוכא) , 才達到上文所說的、從黑暗中顯出的光之優勢。因為它們在上方的根源高於 נפש האלקית 的層次, 如上所述; 只是它們墮落到了下方, 正如經文所說:「他作王, 然後死了」, 等等; 藉著克制, 便成就死者復活。

這唯有藉著克制並轉化黑暗才能達成。由於 נפש הבהמית 的根源更高, 克制它便釋放出那更高的光; 而這種克制的過程, 最終將帶來死者復活, 那時物質身體本身也會被提升。

第 5 節 · 18-10

祈禱的方舟

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

這就是我們蒙福的賢哲所說的[其意是]:「在今世中, 一小時的悔悟回歸 (תשובה, teshuvah) 與善行, 勝過來世的一切生命。」如上所述。因此, 上述的「眾多的水」被稱為「挪亞 (נח) 之水」, 因為

這解釋了前面所引的《Mishnah (משנה)》: 在今世中, 一小時的悔悟回歸與善行勝過來世, 因為只有在此處才有黑暗可以轉化。這也解釋了為何「眾多的水」被稱為「挪亞之水」; 挪亞的名字意為「安息」。

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

藉著[它們]而有精神上的安息 (נייחא דרוחא, naycha d' rucha); 因為挪亞的方舟 (תבת נח, teivah) 由它們造成, 而這是祈禱詞句 (תיבות, teivos) 的層面 (בחינה, bechinah); 正如經上所寫:「你和你全家都進入方舟中」, 等等。

生計之水形成方舟 (teivah); 在希伯來文中, teivah 也有「話語」之義。方舟就是祈禱的話語; ה' 召喚挪亞帶著全家進入方舟, 正是召喚人全然進入祈禱的話語之中, 使一天中的種種奮鬥得以提升。

9 וזהו ויגברו המים ⁴⁵ מאד כו' חמש עשרה אמה מלמעלה גברו המים ⁴⁶ 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.

這就是[其意]：「水勢極其浩大」……「水勢在上方高出十五肘」……：這是動物性靈魂（נפש, nefesh habehamis）在謀生和世俗事務方面，凌駕於具有^ה性質的靈魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）之上的層面／範疇（בחינה, bechinah）；然而，藉此其後便產生光的增益……如上所述。

這些經文描述洪水之水高漲，淹過山巒十五肘。阿德莫爾·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）將此解讀為：人在專注於經營生計時，動物性靈魂暫時凌駕於具有^ה性質的靈魂；然而，正是這種凌駕，後來帶來了祈禱中更大的光明。

10 וזהו ותלך התבה על פני המים ⁴⁷ דוקא ותרם התבה ⁴⁸ כו' שע"י המים דוקא מתעלות תיבות התפלה ועולה למעלה מעלה כנ"ל.

這就是[「方舟在水面上行走」的意思]——特別是「方舟被舉起」等等：正是藉著水，祈禱的字句（תיבות, teivos）才得以提升，並升至愈來愈高之處，如上所述。

「方舟在水面上行走」，而正是水本身將方舟高高舉起。同樣，祈禱的字句正是藉著一天物質生活奮鬥的「水」而被提升，並升至最高的層面。

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'.

這就是經商者的錯誤：他們以為自己不能像住在帳幕中的人那樣祈禱；然而，恰恰相反，他們能祈禱得更多，因為光的優勢正是從黑暗中顯出來的，等等。

實際的結論是：經商者常以為自己不能像全職研習者——「住在帳幕中的人」——那樣祈禱。阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）說，事實恰恰相反：他們的祈禱能達到更高之處，因為他們的光正是從黑暗中顯出來的。

第 6 節 · 111

下層安息日

11 וזהו שנק' מי נח נייחא דרוחא שהוא בחי' השבת כמ"ש כי בו שבת מכל מלאכתו ⁴⁹ כו'.

這就是為何挪亞（נח, Noach）之水被稱為心神安息（נייחא דרוחא, naycha d' rucha）；這是安息日（שבת, Shabbos）的層面，正如經上所說：「因為在那日，祂停止了祂的一切工作。」等等。

阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן, the Alter Rebbe）現在說明，為何挪亞的「安息」就是 שבת。妥拉（תורה, Torah）說，在第七日，祂「停止了祂的一切工作」；停止創造之工，正是 שבת 的本義。

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

因為六個工作日，是祂的王權（מלכות，Malchus）向下展開並延伸的層面，願祂受頌讚；正如第一日所說：「אלקים說：『要有光』。」等等，

在六日創造期間，**ה'** 的 מלכות——祂施行創造的王權——向外展開並向下延伸，進入愈來愈多的世界與受造物；每一天都以新的言語開始，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.

「要有穹蒼」、「讓大地萌生草木」等等；這些被稱為工作日。而在 שבת，有停止工作與 נייחא דרוחא 的層面，也就是諸世界向上提升，就像一個人停止工作，從工作中歇息。

其後的言語——穹蒼與草木——延續了這種向外流出的作用，所以那些日子被稱為「工作日」。到了 שבת，流向便反轉：諸世界上升，回歸其源頭，就像一個人停止工作，離開手邊的事務而歇息。

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' נייחא דרוחא

同樣，為生計而在物質事務中操勞忙碌，也是這樣一個層面；這些事被稱為「眾水」。當它們轉化，隨後藉著祈禱升入 אלקות 的層面，如前所述，這個層面便稱為 נייחא דרוחא 的層面，

同樣的模式也發生在人一週的生活中。一天裡為生意所迫、忙於事務，屬於向外的「工作」；當這些事務藉著祈禱而轉化，並提升至 אלקות 之中，所產生的便是 נייחא דרוחא，也就是心神安息。

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.

這就是 שבת 的層面，如前所述。眾所周知，六個工作日中的每一次祈禱，都是來自 שבת 層面的光輝，如前所述。不過，這一切都只是較低層的 שבת。

因此，平日的祈禱是一種 שבת：每一次平日祈禱都帶有 שבת 的光輝，使諸世界得以提升。不過，阿爾特雷貝補充說，這一切僅是「較低層的 שבת」——勞作之後所享有的安息，與他接下來要介紹的較高層 שבת 相對。

上層安息日

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，還有更高層次的安息日（**שבת**，Shabbos），就是未來將會有的那個層次，稱為「完全是安息日的一日」。這就是[意指]「我曾起誓，不讓挪亞（**נח**）的洪水再漫過大地」。

除了每週的**שבת**之外，還有一個「更高層次的安息日」：未來的**משיח**（Moshiach）時代。Mishnah（**משנה**）稱之為「完全是安息日的一日」。Alter Rebbe現在回到以賽亞書中，**ה'**起誓永不再帶來「挪亞的洪水」的那節經文。

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

因為，雖然這些水是來潔淨的，但並非每個時候都需要如此多的潔淨。「所以我起誓，不再向你發怒，也不再斥責你。」

洪水的水起了潔淨的作用，但潔淨並非永遠都必需。未來，當世界經過精煉，服事與忙碌的「水」便不再需要，因此 **ה'**起誓不再向以色列發怒或斥責他們。

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

因為，雖然上文已說明，藉著上述「眾水」的層面，便會產生光明的增益，等等；這就是上文所說「盡你一切力量去愛」的層面，

Alter Rebbe承認他先前所闡明的：「眾水」會帶來黑暗中光明的增益，也就是「盡你一切力量去愛」所代表的無限之愛。

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，還有另一個層次：從上而來的大愛（**אהבה רבה**，ahavah rabbah），它遠遠高於藉著上述「眾水」而來的愛。

然而，還有更高的愛，即**אהבה רבה**；它不是由人從下方努力產生，而是從上方賜下。它甚至超越了在與「眾水」奮鬥中所生出的愛。

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

這就是經上所說：「祂的右手擁抱我」，等等。這個層次的愛將在未來顯露，正如經上所說（《以賽亞書》54）：「山嶺雖然離去，小山雖然移動，我的慈愛卻不離開你，我平安的盟約也不移動」，等等。

《雅歌》以「祂的右手擁抱我」來描述這種愛。右手代表慈愛（חסד, Chesed），即 ה' 的慈愛；祂主動以此擁抱靈魂。這種愛將在未來顯露，正如以賽亞書所應許的：即使山嶺移動， ה' 的慈愛也不離開。

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

這就是至高的חסד，以及從上而來的大愛，使得「祂的右手擁抱我」。（這就是[意指]）(ibid. 52)「他將極其（מאד, me' od）崇高」：也就是說，「盡你一切力量（מאדך, me' odecha）」的層面將來自更高的層次，等等。

這就是至高的חסד，即從上而來的大愛。方括號內的補充，將以賽亞所說僕人「極其崇高」解作：未來，「盡你一切力量」的愛本身將源自更高的層次，於是「眾水」所帶來的增益也將因從上而來的恩賜而提升。

在事奉中的實踐

整日從事商業的人，不應以為自己的祈禱必定比學者的薄弱。在經歷一整天的「眾水」之後，應在祈禱中思量：一切下界之物都從上界領受，直到一切都繫於 ה' 的王權（מלכות, Malchus），而王權本身也只是祂本質的一道光輝；這樣，一日的黑暗本身便成為更強大、無限之愛的源頭，祈禱也因此升得更高。

討論問題

1. 為甚麼阿德莫爾哈扎肯說，謀生的憂慮不能熄滅靈魂的愛？它們又如何能使靈魂升得比它降世之前更高？
2. 若把洪水理解為潔淨，而不只是懲罰，這會如何改變人看待謀生壓力的方式？
3. 在這篇 maamar 中，挪亞之名（意為安息）、安息日與祈禱之間有甚麼關聯？
4. 為甚麼「由黑暗而出」的愛超越從未遇見黑暗的愛？動物性靈魂的高遠根源與此有甚麼關係？
5. 「盡你一切力量」的愛，與未來將顯露的「由上而來的宏大之愛」有何不同？

註記

第 1 段

1

מים רבים

此註指出，同一篇 maamar 有一份較早的抄錄本，由 R. Pinchas Reizes 記錄，題為在 Shklov 於 Parshas Noach 講授，日期為 5568 (1807)。讀者可以藉此比較最初記錄下來的措辭；下列註釋會引用其中的異文。

KEHOT 註記

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' תתקפה 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' תתקד נתבארו 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 הנייחא, 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》中的愛人說：「眾水不能熄滅愛情，江河也不能沖去它；人若拿家中所有財富換取愛情，它必遭徹底藐視。」按字面理解，愛情不能買到；誰若拿自己的財富來換取愛情，受藐視的是他（לו，意為「他」）；下一篇 מאמר (maamar) 把 לו 解作「它」；戀人本人藐視這些財富。本篇 מאמר 則把「眾水」解作謀生的重擔。

Song of Songs 8:7/ו' ח: שיר השירים

מים רבים לא יוכלו לכבות את־האהבה ונהרות לא ישִׁכְּפוּהָ אִישׁ אֶת־קִלְיוֹנוֹ בֵּיתוֹ בְּאֶהְבָּהּ בּוֹז יְבוּז לּוֹ:

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 註記

שה"ש ח, ז.

3

טרדות הפרנסה

Rebbe 指出「謀生的操勞」一語措辭精確：一個人可能為這些操勞所困，這顯示他尚未真正體會到，帶來財富的是 ה' 的祝福；然而，即使是這些操勞，也絕不能熄滅每個猶太人內在的隱藏之愛，願 ה' 不使此事發生。

KEHOT 註記

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 טרדת 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

異文：較早的抄錄本在此補上：「而它們是受列國奴役這一層面」，將「許多水」與流亡中的奴役連結起來。

KEHOT 註記

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

5

האהבה המוסתרת שיש בכל נפש מישראל

《Tanya》(תניא) 解釋，每個猶太人的心中都有的「隱藏的愛」，是承自列祖的遺產；Kehot 版註釋就這個概念指向該處。

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

אמרים י"ח:ב' ג'

... מַמְשׁ, מַעֲמִיקָא דְלִבָּא, בְּאֵמַת לְאֻמִּיתוֹ, בְּדַחֲלִיו וְרַחֲמִיו, שְׁהִיא "אַהְבָּה מְסוּתֶרֶת" שֶׁבְּלֵב כָּל־לֵוִית יִשְׂרָאֵל, שְׁהִיא יְרוּשָׁה לָנוּ מֵאַבְרָהָמִינוּ. רַק שְׁעָרֶיהָ לְבָאָר וְלֹהֲקָדִים תִּחְלָה בְּאֵר הַיֵּטֵב, שֶׁרֶשׁ אַהְבָּה זֶה, וְעֲנִינֶיהָ, וְאִידֵּהּ הִיא יְרוּשָׁה לָנוּ, וְאִידֵּהּ נִקְלָה בָּהּ גַּם דַּחֲלִיו.

Kehot Publication Society (CC-BY-NC)

KEHOT 註記

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

6

רשפי' רשפי אש

緊接在前的經文說，愛情的「火花是火的火花，是 ה' 的火焰」。阿德莫爾哈扎肯 (אדמו"ר הזקן) 將「ה' 的火焰」解作具有 ה' 性質的靈魂 (נפש האלקית, nefesh Elohis)，即一團從上而來的火。

Song of Songs 8:6/ו' ח: שיר השירים

שִׁמְנִי כְּחֹתֶם עַל־לִבְךָ כְּחֹתֶם עַל־זְרֹעֶךָ כִּי־עֲזָה כִּמְנוֹת אַהְבָּה קֶשֶׁה כִּשְׂאוֹל קִנְיָה רֶשְׁפִּיָּה רֶשְׁפִּי אֵשׁ שִׁלְהַבְתִּיהָ:

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 註記

שה"ש ח, ו.

7

שלהבת י-ה . . הבאה מלמעלה

Rebbe 指出 Shir HaShirim Rabbah 對這節經文的解說：它稱 ה' 的火焰為從上方而來、水不能熄滅的火；並指出

Maharzu 在該處的註釋。這支持了將火焰解讀為「從上方而來」的火。

KEHOT 註記

ראה גם שהש"ר עה"פ (בסופו): שלהבת יה-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 的註記指出，這些文字見於 Song of Songs 8:7。

Song of Songs 8:7: ח:ז:ז: שיר השירים

מים רבים לא יוכלו לכבות את־האהבה ונהרות לא ישטפוהָ אִם־יִתֵּן אִישׁ אֶת־קִלְהוֹן בֵּיתוֹ בְּאֶהֱבָה בּוֹז וְבוֹז 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

一種異文：早期抄本接著寫道：「達到更高的境界；因為上述『眾水』，也就是受諸王國奴役的層面，稱為『諾亞（נח）之水』。」因此，它從一開始便將「眾水」與流亡中的受奴役狀態連結起來。

KEHOT 註記

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

從此處開始，本篇 maamar 的內容也引錄於《Or HaTorah》，澤馬赫·策德克（הצמח צדק）在其中引用並加以發揮。

KEHOT 註記

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

11 將祂對以色列的應許與洪水之後所起的誓作比較：正如「挪亞之水」永不再覆蓋大地，祂也不會再向以色列發怒。本篇 מאמר (maamar) 將「挪亞之水」視為生計方面「眾多的水」的名稱。

Isaiah 54:9: ט:ד: ישעיהו

כִּי־יָמִי נָח זֹאת לִי אֲשֶׁר נִשְׁבַּעְתִּי מֵעַבְר מִיַּנֶּח עוֹד עַל־הָאָרֶץ כִּן נִשְׁבַּעְתִּי מִקֶּצֶף עֲלֶיךָ וּמִקֶּעֶרֶבָךְ:

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

正文提到此書；註釋指出，其作者就是《Kli Yakar》妥拉註釋的作者，推測是因為該書論及「挪亞之水」。

KEHOT 註記

מבעל המחבר כלי יקר עה"ת.

נח הוא נייחא דרוחא

13

《Zohar》（זהר）在 Kehot 註記中被引用，並將挪亞之名解作「安息」（נייחא，naycha），即本篇論述所依據的心神安適。

Zohar I, 60as, ס:זח"א

KEHOT 註記

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

14

וישבות ביום השביעי

「祂在第七日停止了一切工作。」阿德莫爾哈扎肯以此說明，挪亞所含的「安息」之意，與 שבת (Shabbos，即停止) 是同一概念。

Genesis 2:2: ב:ב: בראשית

וְכָל אֱלֹקִים בְּיוֹם הַשְּׁבִיעִי מְלָאכְתּוֹ אֲשֶׁר עָשָׂה וַיִּשְׁבֹּת בְּיוֹם הַשְּׁבִיעִי מְקַל־מְלָאכְתּוֹ 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 註記

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

15

וישבת ביום השביעי

Kehot 註記指出，Or HaTorah（אור התורה）引述：「停止了」（וישבת，Vayishbos）指世界的根基（יסוד，Yesod），也就是小面相（情感屬性）（ז"א / זעיר אנוכי，Z'eir Anpin）與女性一方（נוקבא，Nukva）的結合；這正是 שבת 的「安息與喜悅」。

ספר הזהר, בראשית ע"ה:קע"ח-77:188-75:178 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

ותרגומו ונח ביומא שביעאה

Onkelos 將「祂停止了」譯為「安歇了」（נח，venach），使用了與挪亞之名相同的詞根；這便將挪亞之名與 שבת 的安息連結起來。

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

וְשִׁינִי יְיָ בְיוֹמָא שְׁבִיעָאָה עֲבָדְתָּה דִּי עֲבָד וְנָח בְּיוֹמָא שְׁבִיעָאָה מְקַל עֲבָדְתָּה דִּי עֲבָד:

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

17

נח נח ב"פ

「這是挪亞的後代；挪亞是個正直的人……」挪亞之名接連出現兩次，Midrash 對此有所闡釋。

Genesis 6:9: ו:ט: בראשית

אֵלֶּה תּוֹלְדֹת נֹחַ נֹחַ אִישׁ צַדִּיק תָּמִים הָיָה בְּדַרְתּוֹ אֶת־הָאֱלֹקִים הִתְהַלֵּךְ־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

Midrash 將重複出現的「挪亞、挪亞」解釋為：上界眾生得安息，下界眾生也得安息。阿德莫爾哈扎肯將此應用於較低層次與較高層次的 **שבת**。

Bereshit Rabbah 30:4 רבה לר' ז'ד':

“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, כו): “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): “ואתה תבוא אל אבותיך בשלום” 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: “Terah Terah”? (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 註記

ב”ר ל, ד.

19

יום שכולו שבת

Mishnah (משנה) 將 משיח (Moshiach) 時代稱作「全然是有永恆生命之安息的日子」；阿德莫爾哈扎肯認為這指的是較高層次的 **שבת**，將在本篇 **מאמר** 的末尾加以說明。

Mishnah Tamid 7:4 ר' ז'ד':

... בְּשֵׁשִׁי הָיוּ אוֹמְרִים (שם צג), ה' מִלְךְ גָּאוֹת לְבַשׁ וגו'. בְּשֶׁשֶׁת הָיוּ אוֹמְרִים (שם צב), מִזְמֹר שִׁיר הַיּוֹם הַשֶּׁשֶׁת, מִזְמֹר שִׁיר לְעֵתִיד לְבָא, לְיוֹם שֶׁכָּל שַׁבָּת 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

塔木德討論洪水是否降臨以色列地，並引述以西結 (יחזקאל) 將那地描述為「在震怒之日，未被雨水洗淨的地」；這意味

...מים רבים לא יוכלו לכבות את האהבה ונהרות

著洪水之水洗淨了大地。Kehot 的註釋以此作為洪水前來潔淨的依據。

Zevachim 113a:10–11 א”ר י”א–י”א:

אמר מר, אמר לו רבי יוחנן: והלא כל ארץ ישראל בדוקה היא. במאי קמיפלגי? מר סבר: נרד מבול לארץ ישראל, ומר סבר: לא נרד. אמר רב נחמן בר יצחק, ושניהם מקרא אחד דרשו: “בן אדם אמר לה את ארץ לא מטקרה היא לא גשמה ביום זעם”.

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

KEHOT 註記

זבחים קיג, א. ראה בתו”ח נט, ב, ובאוה”ת בראשית תרכד, א. בסה”מ תרכ”ז ע”ז. ובסה”מ תרל”ט ח”ב ע”י תקד. בסה”מ תרמ”ה (נדפס בסה”מ ליקוט ח”ב ע”כט) מוסיף: לא כמו שסוברים העולם שהמבול הי’ רק בכדי להאביד החוטאים דאם רק זה הי’ הכוונה בלבד הרי הקב”ה שהוא כל יכול הי’ יכול להאבידם ברגע אחד, ע”ש. ראה גם לקו”ש חכ”ה ע”כ 26. וראה לקו”ש ח”ל ע”כ 16 ואילך, וראה שם בהמצוין בהערה 9.

21

כי מלאה הארץ חסם

ה’ גסה, 祂要毀滅世界：「因為大地充滿了強暴。」這篇論述 (מאמר, maamar) 將此解讀為大地本身需要受潔淨的原因。

בראשית ו’ י”ג:6

ויאמר אֱלֹהִים לְנֹחַ קֵץ כָּל־בָּשָׂר בָּא לִפְנֵי כִּי־מִלְאָה 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 註記

בראשית ו, יג.

22

והי' נצרך לטהרה ולזאת בא המבול

阿德莫爾·哈扎肯另一篇 maamar，討論大地為何需要潔淨，以及洪水為何降下。

KEHOT 註記

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 ואפ”י הרע של חיות ובהמות הכל הוא בארץ. . ובמבול נלקח הרע מן הארץ ע”י רחיצה במים.”

23

כדוגמת המקוה מ' סאה

澤馬赫·策德克提出一個難題：《米德拉什》將洪水比作「四十下鞭打」，這是懲罰而非浸禮池。他提出一種可能的解釋：其方式或許是「誰能使純潔之物從不潔之物中出來」。

KEHOT 註記

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

24

「我要把純淨的水灑在你們身上，你們就潔淨了。」這節經文表明，水是 以 用 以 潔淨的工具；**מאמר** 將此應用於洪水。

יחזקאל ל”ו:כ”ה:25

וְנָרַקְתִּי עֲלֵיכֶם מַיִם טְהוֹרִים וְשִׁחַרְתֶּם מִכָּל טִמְאוֹתֵיכֶם וּמִכָּל־גִּלְוֵיכֶם אֲטַהֵר אֶתְכֶם:

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.

- 25 וכמארז"ל שבחר לו א"א שעבוד
 米德拉什記述，亞伯拉罕（אברהם）被展示了地獄（גיהנום，Gehinnom）以及受諸王國奴役；他為自己的後裔選擇了受奴役。阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）將這種奴役等同於謀生的重擔。

בראשית רבה מ"ד:כ"א21:4 Bereshit Rabbah 44:21

KEHOT 註記

ב"ר פמ"ד, כא.

- 26 וכמו שאמרו גבי אחר . . כמ"ש במ"א
 以利沙本阿比亞（אביה，又稱阿切爾 [אחר]）死後，有人說：「寧可讓他受審判，使他得以進入來世。」
 阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）以此說明，經歷審判乃通往更高獎賞的道路。

חגיגה ט"ו ב:ג'4-3:15b Chagigah 15b

כי נח נפשיה דאחר, אָמַר: לֹא מִיָּדוֹ לִידִינִיָּה, וְלֹא לְעֶלְמָא דְּאַתִּי לִיתִי. לֹא מִיָּדוֹ לִידִינִיָּה — מִשּׁוּם דְּעֶסֶק בְּאַרְיִינָא, וְלֹא לְעֶלְמָא דְּאַתִּי לִיתִי — מִשּׁוּם דְּחֶטָּא. אָמַר רַבִּי מֵאִיר: מוֹטֵב דְּלִידִינִיָּה וְלִיתִי לְעֶלְמָא דְּאַתִּי. מִתִּי אֲמוּת, וְאַעֲלֶה עֶשֶׂן מִקְבְּרוֹ. כִּי נִחַ נְפִשְׁיָה דְּרַבִּי מֵאִיר סְלִיק קוּטְרָא מִקְבְּרֵיהּ דְּאַחַר. אָמַר רַבִּי יוֹחָנָן: גְּבוּרָתָא לְמִיָּקְלִי רַבִּיָּה? חַד הָוָה בִּינָנָא וְלֹא מְצִינוּ לְאַצּוּלִיָּה? אֵינְקֻטִּיָּה בְּיָד, מֵאֵן מְרַמִּי לָקָה מֶן. אָמַר: מִתִּי אֲמוּת, וְאַכְבֶּה עֶשֶׂן מִקְבְּרוֹ. כִּי נִחַ ...

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

KEHOT 註記

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

雷貝闡明，奴役指的是人被謀生之事所牽累，而不是物質事物本身：人運用 ה' 賜予他的心智，也就是「水」的層面，處理謀生之事，直到整個人被其耗盡。

KEHOT 註記

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

- 28 《Tractate Kesubos》篇末描述了以色列地及其出產在未來和昔日超乎自然的豐饒；阿德莫"ר 哈扎肯（אדמו"ר הזקן）引用此處，是為了指出：聖殿尚存時，人們蒙受的福祉使他們不知為生計憂慮為何物。

כתובות קי"א ב:כ"ג23:11b Ketubot 11b

אָמַר רַבִּי יַעֲקֹב בֶּן דּוֹסְתָאִי: מְלוּד לְאוּנוּ שְׁלִשָּׁה מִיָּלִין, פַּעַם אַחַת קְדָמְתִּי בְּנֶשֶׁף וְהִלַּכְתִּי עַד קְרִסוּלֵי בְּדֶבֶשׁ שֶׁל תְּאִינִים. אָמַר רִישׁ לְקִישׁ: לְדִידִי חָזִי לִי "זֶבֶת חֶלֶב וּדְבַשׁ" שֶׁל צְפוּרִי, וְהָיוּ שִׁתְּסֵר מִיָּלִין אֲשֵׁיתְסֵר מִיָּלִין. אָמַר רַבִּהּ בַּר בַּר חֲנָה: לְדִידִי חָזִי לִי "זֶבֶת חֶלֶב וּדְבַשׁ" שֶׁל קַל אֶרֶץ יִשְׂרָאֵל,

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

...מים רבים לא יוכלו לכבות את האהבה ונהרות

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

異文：早期謄本沒有「完全不是循自然規律而有，正如《Kesubos》篇末的《Gemara》所說」這些文字。

KEHOT 註記

בהנחת ה"פ ליתא.

第 5 段

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

KEHOT 對這些文字所列的出處指引（註記見下方）。

KEHOT 註記

אבות פ"ד, משנה יז.

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

「在此世中一小時的悔悟回歸（תשובה，teshuvah）與善行，勝過來世全部的生命。」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）藉由黑暗中發出的光所具有的優越性來解釋這句話。

משנה אבות ד' י"ז17:4 Pirkei Avot 4

הוא הָיָה אוֹמֵר, יָקָה שְׁעָה אַחַת בְּתִשְׁבּוּבָה וּמַעֲשִׂים טוֹבִים בְּעוֹלָם הַזֶּה, מִכָּל חַיֵּי הָעוֹלָם הַבָּא. וְיָקָה שְׁעָה אַחַת שֶׁל קוֹרֶת רוּחַ בְּעוֹלָם הַבָּא, מִכָּל חַיֵּי הָעוֹלָם הַזֶּה:

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

米德拉什教導說，下界沒有一株草不是因為天上有掌管它的力量（מזל，mazal）擊打它，並對它說：「生長！」這篇 maamar 以此作為祈禱時沉思的起點。

בראשית רבה י"ז:6 Bereshit Rabbah 10:6

בר סירא אמר: אלוה העלה סמים מן הארץ, בהם הרופא מרפא את המכה, ובהם הרוקח מרקח את המרקחת. אמר רבי סימון: אין לך כל עשב ועשב, שאין לו מזל ברקיע, שמכה אותו ואומר לו גדל, הדא הוא דכתיב (שם יח): הידעת חקות שמים אם תשים משטרו בארץ וגו'. 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 נחום בר חיאי ...

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 [mishtaro] 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

Chullin 40a:3-4 חולין מ' א:ג-ד

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 註記

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 ההר ע"ש. וראה גם במאמרי אדה"א על מארז"ל ע' קלה. אדה"א דברים כרך ג ע' תתמח שהמזל מקבל מהעליון הימנו כי גבוה מעל גבוה ע"ש. וע' תתעו ד"ה יהיה ביום השמיני תש"כ.

33 שאין לך עשב מלמטה שאין לו מזל מלמעלה

Kehot 註釋所引的《Zohar》(זהר)也教導說，下界每一種生長之物，在上界都有一股受命主管它的力量。

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

34 摩西 (משה) 以「日頭所產的豐饒，以及諸月的豐盛收成」祝福約瑟 (יוסף) 的土地。阿爾特雷貝引用這句話，說明天體將生命力傳遞到此世。

Deuteronomy 33:14 דברים ל"ג:יד

וּמִמֶּנֶּה תְּבוֹאוֹת שֶׁשֶׁם וּמִמֶּנֶּה גֵרֶשׁ יִרְחִים:

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

「你的王權，是統御一切世界的王權。」這篇 מאמר (maamar) 將此解讀為 ה'的王權 (מלכות, Malchus)，也就是使一切世界得以存在的屬性。

Psalms 145:13 תהילים קמ"ה:יג

מְלִכּוּתְךָ מְלִכּוּת כָּל־עֲלָמִים וּמִמְשַׁלְתְּךָ בְּכָל־דּוֹר וָדוֹר:

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

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

36 「在天上，我還有誰呢？除你以外，我在地上也不渴求什麼。」這句話表達一種愛：所渴求的是 ה'本身，連伊甸園中的屬靈享受也不求。

Psalms 73:25 תהילים ע"ג:כ"ה

מִי־יִלִּי בַשָּׁמַיִם וְעַמִּי לֹא־תִפְצְתִּי 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

在來世，「義人坐著，頭上戴著冠冕，享受聖者的臨在 (שכינה, Shechinah) 所發出的光輝。」阿爾特雷貝指出，

這只是光輝，尚不及「盡你的一切力量」之愛所追求的。

Berakhot 17a:12 א"י:א:12 ברכות

מִרְגְּלָא בְּפוּמֵיהּ דְּרַב: לֹא קְעוּלָם הָזֶה הָעוּלָם הַבָּא. הָעוּלָם הַבָּא אֵין בּוֹ לֹא אֲכִילָה וְלֹא שְׁתִּיָּה וְלֹא פְרִיָּה וְרִבְיָה וְלֹא מְשָׁא וּמִתֵּן וְלֹא קִנְיָה וְלֹא שְׁנָאָה וְלֹא תַּחְרוּת, אֲלֵא צְדִיקִים יוֹשְׁבִין וְעֹשְׂרוֹתֵיהֶם גְּרָאשִׁיָּהֶם וְנִהְיִים מִזִּיזֵי הַשְׁכִּינָה, שְׁנָאָמַר: "וַיַּחֲזֹזוּ אֶת הָאֱלֹקִים וַיֹּאכְלוּ וַיִּשְׁתּוּ".

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 transactions; no envy or hatred or rivalry ; but the righteous sit enthroned, 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. II).

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

KEHOT 註記

ברכות יז, א.

38 לאשתאבא בגופא דמלכא

《Zohar》(זהר) 提到，靈魂「被吸納進入君王的身體之中」。本篇 maamar 以此說明靈魂渴望融入 ה'的本體本身。

Zohar I, 217b זח"א ריו, ב

KEHOT 註記

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》說，悔悟回歸者 (baalei teshuvah) 比完全義人更有力地親近君王。阿德莫爾哈扎肯 (אדמו"ר) 將此應用於從黑暗中生出的愛。

Zohar I, 129b זח"א קט, ב

KEHOT 註記

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

40 (טוב) מאד

「看見祂所造的一切，看哪，都非常好。」聖賢將「甚」解作死亡天使的詮釋，是以這節經文為根據。

Genesis 1:31 א'ל:א:31 בראשית

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 morning, the sixth day.

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

41 טוב זה מלאך חיים . . מאד זה מה"מ

這句話出自 Ki Sisa 篇的 מאמר；該篇討論愛與敬畏 (אהבה) ；ahavah v' yirah) 如何從上而下引來，以及人必須先打破並降服身體，透過祈禱形成由下而起的激發 (אתערותא דלתתא, isarus dilesata) 。

Zohar I, 14a זח"א יד, א

KEHOT 註記

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

- 42 「這些是在以色列子民中有君王掌權以前，於以東地作王的諸王。」在卡巴拉中，他們是混沌（תהו，Tohu）界的諸王；其根源先於且超越具有「性質的靈魂」（נפש האלקית，nefesh Elohis）的根源。

בראשית ל"ו:31 א"ל

וְאלֵהֶם הַמְּלָכִים אֲשֶׁר מָלְכוּ בְּאֶרֶץ עֲדוֹם לִפְנֵי מֶלֶךְ-לְבָנֵי יִשְׂרָאֵל:

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

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

- 43 אבל בשרשם הם למעלה מעלה

《Torah Ohr》中其他發展這一觀念的「מאמרים」：經由器皿破碎而墜落之物，其根源高於具有「性質的靈魂」所處的層級。

KEHOT 註記

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

「對挪亞（נח）說：『你和你全家都進入方舟。』」這篇 maamar 將方舟（תיבה，teivah）解讀為祈禱的詞語（תיבות，teivos）。

בראשית ז':1 א"ל

וַיֹּאמֶר ה' לְנֹחַ בֹּא-אַתָּה וְכָל-בֵּיתְךָ אֲלֵי-הַתֶּבֶה כִּי-אַתָּה רָאִיתִי צַדִּיק לִפְנֵי בְדוֹר 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

「水勢在地上增強，並大大增多。」阿特雷貝（אדמו"ר הזקן）將水勢上漲解讀為：在一天的經商活動中，動物性靈魂（נפש הבהמית，nefesh habehamis）的力量日益增長。

בראשית ז':18 א"ל

וַיִּגְבְּרוּ הַמַּיִם וַיָּרֻבוּ מְאֹד עַל-הָאָרֶץ וַתִּלָּךְ הַתֶּבֶה 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 註記

בראשית ז', יח.

- 46 חמש עשרה אמה מלמעלה גברו המים

「水位高出十五肘，水勢壓過山嶺，山嶺都被淹沒。」這是同一幅水勢支配一切的圖景的一部分。

בראשית ז':20 א"ל

חֲמִשָּׁה 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，也就是祈禱的言語，行於生計之水上。

בראשית ז':18 א"ל

וַיִּגְבְּרוּ הַמַּיִם וַיָּרֻבוּ מְאֹד עַל-הָאָרֶץ וַתִּלָּךְ הַתֶּבֶה 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)

- 48 ותרם התבה

「水勢漸漲，托起方舟，使它高過地面。」水本身把方舟托起，正如一日的艱辛提升祈禱。

בראשית ז':17 א"ל

וַיְהִי הַמָּבּוּל אַרְבָּעִים יוֹם עַל-הָאָרֶץ וַיָּרֻבוּ הַמַּיִם וַיִּשְׂאוּ אֶת-הַתֶּבֶה וְתָרַם 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

「因為在這日，祂停止了祂一切工作，就是所創造、為要成就的工作。」這篇論述（מאמר，maamar）將這種停止與「靈息」（נִיחָא דְרוּחָא，naycha d' rucho）相聯繫，也就是諾亞（נח）的安息。

בראשית ב':3 א"ל

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 註記

בראשית ב', ג.

- 50 ויאמר אלקים יהי אור

創造的第一道言說。阿德莫爾·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）引述它，指出它是六日之中王權（מלכות，Malchus）向外流注的起始。

בראשית א':3 א"ל

וַיֹּאמֶר אֱלֹקִים יְהִי אוֹר וַיְהי-אֹר:

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

第二日的言說，是創造向下流注的另一個階段。

בראשית א':6 א"ל

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

現。

Isaiah 54:10 י"ד:י"א

כִּי הָהָרִים יִמּוּשׁוּ וְהַגְּבָעוֹת תִּמּוּשְׁיָנָה וְחֶסְדִּי מֵאֲתֶךָ לֹא־יִמּוּשׁ וּבְרִית שְׁלוֹמִי לֹא תִמּוּט אֲמַר מְרַחֵמְךָ 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，我的僕人必亨通；他將被高舉、被提升，且極其崇高。」「極其」（מֵאֲדָה, me' od）一詞被解讀為「盡你一切力量」（מֵאֲדָתְךָ, me' odecha）所指的愛，並被提升至更高層次。

Isaiah 52:13 י"ג:י"ב

הִנֵּה עֲבָדִי יִרְוֶה וְנִשְׂא וְגָבַהּ 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')

這份手稿中，以賽亞所說「極其崇高」一語後缺少右括號；註記指出，這似乎是Tzemach Tzedek所增補。

KEHOT 註記

כנראה הוספת כ"ק הצ"צ. בבוך 1824 ליתא.



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）：Miqra 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/noach/1/

為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok