



《托拉奧爾》· 帕拉沙 VAYECHI · 瑪瑪爾 4

חכלילי עינים מיין ולבן שנים מחלב

眼目因酒而紅，牙齒因奶而白



妥拉是酒，能引出靈魂對 **ה'** 隱而無邊的愛，使之顯露，並提升為喜悅中的愛；妥拉也是奶，在誠實的自我省察之後，使愛與敬畏增長，直至心靈轉化。

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/vayechi/4/

核心要旨

妥拉是酒，能引出靈魂對 **ה'** 隱而無邊的愛，使之顯露，並提升為喜悅中的愛；妥拉也是奶，在誠實的自我省察之後，使愛與敬畏增長，直至心靈轉化。

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

這篇 maamar 將雅各 (**יעקב**) 對猶大 (**יהודה**) 的祝福——「眼目因酒而紅，牙齒因奶而白」——解釋為妥拉的兩種力量。它提出疑問：酒怎能「使 **ה'** 喜悅」？答案是賢者的話：「酒入，秘密便顯露。」人對 **ה'** 有兩種愛。世界之愛 (**אהבת עולם**，Ahavas olam) 源自省思 **ה'** 的王權如何創造並維繫一切世界；靈魂能容納這種愛，因此當心思轉向別處時，這愛便會消退。廣大之愛 (**אהבה רבה**，Ahavah rabbah) 植根於靈魂在 **ה'** 本身中的源頭，超越一切世界；靈魂無法容納它，所以它一直隱藏，卻從不間斷。妥拉是 **ה'** 的智慧與意願，是那杯酒，能開啟神聖的收縮，使這隱藏的愛顯露出來。更高一層的是喜悅中的愛，即凝望君王的榮耀：這就是「紅眼」，人在一週辛勞之後於安息日 (Shabbos) 顯露的愛，其中包含兩種愛，並說「為我，為我」。「牙齒」是仔細省察自己，磨細並篩分自己的事奉；妥拉的「奶」隨後使愛與敬畏增長，牙齒也變得「潔白」：淨化變得明晰而不費力。

綱要

- | | | |
|--|---------------------|--------|
| 1 | 妥拉中的酒與奶 | ¶1-2 |
| 酒怎能「使 ה' 喜悅」？酒與奶是妥拉的兩個層面，而人有兩種愛：世界之愛與廣大之愛。 | | |
| 2 | 世界之愛：由世界引發的愛 | ¶3-8 |
| 在讚美詩篇 (Pesukei deZimrah) 與示瑪經文 (Shema) 中，省思 ה' 的王權如何賜予一切世界生命，便引向「你要愛」：使意願轉向 ה' 。 | | |
| 3 | 廣大之愛：隱藏的愛 | ¶9-12 |
| 廣大之愛來自靈魂在 ה' 中、超越一切世界的根源；靈魂無法容納它，因此它一直隱藏，卻從不間斷。它如何顯露？ | | |
| 4 | 妥拉之酒揭示秘密 | ¶13-14 |
| 愛的光隱藏在妥拉之中；學習妥拉會「開啟 יודייך (yuds)」，顯露靈魂中的上界意願，而這意願就是廣大之愛。 | | |
| 5 | 眼目因酒而紅：喜悅中的愛 | ¶15-17 |
| 「眼目」是凝望君王的榮耀，也就是喜悅中的愛；這愛人在一週辛勞之後於安息日顯露。品味喜悅的口脛說「為我，為我」，兩種愛一同升起。 | | |

「牙齒」是自我省察，將自己的事奉磨細並篩分；妥拉的「奶」隨後使愛與敬畏增長，轉化內心，直至淨化不必再經辛勞。

關鍵概念

世界之愛 (אהבת עולם) אהבת עולם

藉著省思 ה' 如何創造並維繫一切世界而生的愛。靈魂能容納它，但心思轉向其他事物時，這愛便會中斷。

廣大之愛 (אהבה רבה) אהבה רבה

隱藏的愛，植根於靈魂的源頭，而靈魂的源頭是 ה' 本身的一部分。它超越靈魂所能容納的範圍，從不中斷；妥拉揭示這愛，使之成為「盡你一切力量」的愛。

喜悅中的愛 אהבה בתענוגים

最高的愛，即「凝望君王的榮耀」；它在安息日顯露，包含世界之愛與廣大之愛，並超越這兩種愛。

上界意願 רצון העליון

ה' 的意願，是創造的源頭；它被收縮所遮蔽，並透過學習妥拉與遵行誡命 (mitzvos) 而顯露。在靈魂之中，它就是廣大之愛。

yud 字母 (收縮) יודי"ן (צמצומים)

無限之光的收縮；「你張開你的手 (yadecha)」暗指這些收縮。妥拉將它們開啟，使上界意願得以顯露。

牙齒與奶 שיניים וחלב

省察自己，將自己的行為與感受磨細並篩分；隨後接受妥拉的滋養，使愛與敬畏增長。

妥拉中的酒與奶

1 חכלילי עינים¹ מיין² ולבן שנים מחלב. הנה גבי³ יין כתיב תירושי המשמח אלקים⁴ כו'.

「眼目因酒而紅，牙齒因奶而白。」至於酒，經上寫道：「我的酒，使 ה' 喜悅」，等等。

這篇 maamar 以雅各（יעקב）祝福猶大（יהודה）的話開篇：他的眼目因酒而紅，牙齒因奶而白。阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）首先引述經文，說酒能「使 ה' 喜悅」，由此提出一個問題。

ולהבין מהו בחי' יין המשמח אלקים ואיך יהיה כחו גדול כ"כ [כל כך] לשמח אלקים. הנה אמרו נכנס יין יצא סוד.⁵

要理解：「使 ה' 喜悅」的酒屬於什麼層面？它的力量怎能如此強大，竟能使 ה' 喜悅？賢者們說：「酒入，秘密便流露出來。」

酒能使人喜悅，但怎能使 ה' 喜悅呢？答案從賢者們的話「酒入，秘密便流露出來」開始：酒（יין, yayin）和秘密（סוד, sod）這兩個詞的數值都等於七十；這篇 maamar 將闡明，酒指妥拉，而秘密指靈魂中隱藏的愛。

2 והענין כי בתורה יש ב' בחי' יין וחלב וכדכתיב לכו שברו ואכלו⁶ כו' בלוא כסף ובלוא מחיר יין וחלב.

這是說，托拉中有兩個層面：酒與奶，正如經上所寫：「你們來，買來吃……不用銀錢，也不付代價，買酒和奶。」

酒與奶是托拉的兩個面向，正如以賽亞的呼喚所示：「你們來，買……不用銀錢，也不付代價，買酒和奶。」這節經文被解讀為談論托拉：托拉是免費獲得的，經文並以酒與奶這兩個意象來稱說托拉；它們正是本節所說的兩個意象。

וביאור הדבר כי הנה יש ב' אהבות⁷ אה"ע [אהבת עולם] ואה"ר [ואהבה רבה]. אהבת עולם היא האהבה הגלויה.⁸

為說明此事：有兩種愛，即「世界之愛」（אהבת עולם, ahavas olam）與「廣大之愛」（אהבה רבה, ahavah rabbah）。世界之愛是顯露的愛。

為了說明這兩個面向，阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）引入了兩種對 ה' 的愛：世界之愛與廣大之愛。世界之愛是「顯露」的愛，人能在心中公開感受到。它的名稱通常意為「永恆之愛」，但本篇論述（מאמר, maamar）也將「世界」一詞理解為「世間」：這種愛源自思索諸世界，正如下一段所說。

世界之愛：由世界引發的愛

3 ואה"ר [ואהבה רבה] היא אהבה המסותרת. ולהבין למה נק' האהבה המסותרת בשם אה"ר [אהבה רבה]. אך הנה אה"ע [אהבת עולם] היא האהבה שנלקחה מעולמות דהיינו מחמת התבוננות איך שהוא ית' ⁹ מחדש בטובו כו'. ומהווה מאין ליש בכל יום ¹⁰ מבחי' מל' ית'

而偉大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）就是隱藏之愛。要明白隱藏之愛為何被稱為「אהבה רבה」：且看，世界之愛（אהבת עולם，ahavas olam）是取自諸世界的愛；也就是說，這愛源於省思祂，願祂受頌讚，如何「以祂的良善更新」等等，並且每天從無到有地創生，這是從祂的王權（מלכות，Malchus）這一層面而來。

אהבה רבה稱為隱藏之愛，是因為它潛藏於靈魂之中。在解釋它為何稱作「偉大之愛」之前，阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）先界定了 אהבת עולם：這是由省思諸世界，以及如何「以祂的良善更新」創造而來的愛；這句話出自晨間謝瑪祝福文，意指「每天藉由祂的 מלכות、祂的王權，使萬物從無到有。」

כי מלכותך מכ"ע [מלכות כל עולמים] ¹¹ כתיב שכל עולמים עליונים ותחתונים הם חיים וקיימים מבחי' מלכותו ית' ממכ"ע [ממלא כל עלמין] וסוכ"ע ואתה מחיה את כולם. ^{12, 13}

因為經文寫道：「你的王權遍及一切世界」：一切世界，無論上界或下界，都是從祂的王權（מלכות）這一層面而生活並存續；這是藉著充滿一切世界之光（ממלא כל עלמין，memalei kol almin）和環繞一切世界之光（סובב כל עלמין，sovev kol almin）而來；「祢使它們全都存活。」

經文說，祂的王權「遍及一切世界」：一切世界都從祂的王權而存活，而充滿諸世界之光和環繞諸世界之光也都源自這一層面。省思這一點，便會生起 אהבת עולם。

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

這並不像靈魂賦予身體生命的情形：生命力會擴展，並實際包裹在身體本身之中，使身體得以活著。因為祂——願祂受頌讚——是神聖而超然的，等等。相反，[這]只是「名」這一層面（בחינה，bechinah）的延展；也就是說，因為祂的名號「王」被冠在他們之上。

ה'賦予諸世界生命，不像靈魂賦予身體生命那樣：靈魂的生命力確實擴展到身體之中，並包裹在身體之內。ה'仍然神聖，並與諸世界分隔；延展到諸世界的只有祂的「名」，只是祂的一種表達，因為祂被稱為他們的王。

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

正如這句話所說：「願你的名永遠（לעד，la' ad）受讚頌」：「永遠」意指無窮無盡，等等。關於此，我們說：「阿們，願祂偉大的名永世、世世代代（לעלם ולעלמי עלמאי，le' alam ule' almei almaya）受祝福；願祂受祝福。」意思是，我們祈禱並祈求，願這個名處於祝福與引降的狀態，從隱藏引至顯露。

「願你的名永遠受讚頌」出自晨禱，意指祂之名的延展沒有盡頭。在回應卡迪什禱詞（קדיש，Kaddish）時所說的「願祂偉大的名受祝福」，阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן，the Alter Rebbe）將「受祝福」解作引降：我們祈求，願這個如今隱而不顯的名被引出，進入顯露。

דהיינו שלא יהי' [יהיה] בבחי' העלם והסתר פנים אצלינו בידיעת אנשים מלומדה¹⁴ בלבד שאין זה אלא בבחי' הודאה. אבל בחי' ברכה היא בחי' גילוי ממש במוחו ולבו באמת לאמתו.

也就是說，對我們而言，祂不應處於面容隱藏、未顯的狀態，使我們對祂的認識僅止於「人所傳授、死記硬背」；這不過是承認的層次。然而，祝福的層次，乃是在人的心智與內心中真實地顯露，確確實實如此。

危險在於，**ה'**的主權對我們仍隱而不顯，我們對此所知僅是學來的知識，如以賽亞所說的「人所教導、死記硬背的誡命」；這種知識不過是承認而已。「祝福」意指此事確實顯露於人的心智與內心。

6 ושיהי' [ושיהיה] גילוי זה נמשך לעלם ולעלמי עלמאי אפי' [אפילו] בעולמות התחתונים כמו בעוה"ז הגשמי וכענין שנאמר ברוך ה' אלקי ישראל^{15,16} מן העולם ועד העולם.¹⁷

並使這一啟示延引至「世界，也延至諸世界之世」（לעלם ולעלמי עלמאי，le' alam ule' almei almaya），甚至達到下界，例如這個物質世界；正如經上所說：「願以色列的 **הוי'** (Havayah)，從世界直到世界受頌讚。」

亞蘭語片語 לעלם ולעלמי עלמאי (le' alam ule' almei almaya) 通常理解為「永永遠遠」；此處則讀作「延至世界，也延至諸世界之世」：我們祈求這啟示達到每一個世界，甚至達到這個物質世界。經文「以色列的 **הי'...** 從世界直到世界受頌讚」表達的也是同一個意思。

ועד"ז תקנו כל פסוד"ז [פסוקי דזמרה] מב"ש [מברוך שאמר] עד ק"ש [קריאת שמע] להאריך ולהרחיב הדבור בשבחו¹⁸ של מקום איך שמלכותו הוא מכ"ע [מלכות כל עולמים].

沿著這個思路，[眾賢者]制定了整套晨禱中的讚美詩篇（פסוקי דזמרה，Pesukei deZimrah），從「言說者當受頌讚」（ברוך שאמר，Baruch She' amar）直到誦讀「聽啊」（קריאת שמע，Shema）：要詳盡而廣泛地稱頌遍在者——祂的王權（מלכות，Malchus）如何是「一切世界的王權」。

眾賢者安排了晨禱中的讚美詩篇，也就是從「言說者當受頌讚」直到誦讀示瑪的詩篇與讚美，目的正是讓人長時間詳述 **ה'**的王權如何遍及一切世界，使祈禱者由此有所感受。

7 ואיך שהוא קדוש ומובדל כו' עד שיהיה נקבע בקרב איש ולב עמוק.¹⁹ ועי"ז יגיע לקיום הק"ש [הקריאת

שמע] שמע ישראל.²⁰

並且[他們述說]祂如何神聖而超然，等等，直到這一點固定在「人裡面，並[在]深沉的心中」。藉此，他便能達到履行誦讀「聽」（שמע，Shema）的境地：「聽啊，以色列。」

讚頌詩篇（פסוקי דזמרה，Pesukei deZimrah）也描述了祂如何保持神聖，並超然於祂所統御的世界；這番觀照應持續到它固定在人內心深處，即「在人裡面，並在深沉的心中」。這使他預備好妥善誦讀 שמע。

שמע לשון הבנה²¹ להתבונן כי ה' אחד פי' אחד ז' רקיעים²² וארץ וד' רוחות העולם²³ בטלים אל האל"ף הוא אלופו של עולם.

「聽」（שמע）是指理解：要省思「הוי' (Havayah) 是一」。「一」（אחד，echad）意指：七重天與大地，以及世界的四方，都歸於第一個希伯來字母（א，alef）而自我消融；這字母代表世界的主宰（אלוף，aluf）。

「聽」（שמע）也有「理解」之意，因此，Shema要求人省思 ה'是一。אחד（echad，「一」）由 א（alef，數值為一）、數值為八的希伯來字母（ח，ches）與數值為四的希伯來字母（ד，dalet）拼成：數值為八的字母代表七重天與大地，數值為四的字母代表四方；一切都歸於א而自我消融，א則代表אלוף，即世界的主宰。

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

正如在物質界有七重天等，在靈性界也有許多層次，一層高於一層，並且全都在祂面前處於自我消融（ביטול，bittul）的狀態；只是[有]「願祂榮耀王權之名受頌讚」等。

正如物質世界有七重天，靈性世界也有許多層次，一層高於一層，而且全都在祂面前處於自我消融的狀態。使它們仍能作為世界而存在的，是在示瑪第一節之後誦唸的「願祂榮耀王權之名受頌讚」。

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

因為從「一」（אחד，Echad）中加大的字母 דל"ת（dalet）這一層面，引下福分與引降，使之成為「祂榮耀王權之名」這一層面等。藉此，他便會達到「你要愛」這一層面。

「一」（אחד，Echad）中加大的字母 דל"ת，在《妥拉》中以大字書寫；它是源頭，使 ה'的「名」被引降至諸世界，成為「祂榮耀王權之名」。這番省思使人進而達到下一節「你要愛」。

פִּי וְאַהֲבַת הוּא מִלְשׁוֹן רִצּוֹן.²⁴ דִּהְיִינוּ שִׁיחִי [שיחיה] רִצּוֹן שֶׁהוּי יִהְיֶה אֱלֹקֶיךָ בְּכֹל לִבְבְּךָ בְּשָׁנֵי יִצְרִיךָ²⁵
 יִצְ״ט [יצר טוב] וִיצֵה״ר [וְיִצֵּר הָרַע] לְאַהֲפֹכָא חֲשׂוֹכָא כּוֹׁ

「你要愛」(וְאַהֲבַת, ve' ahavta) 是表達意願的說法。也就是說，你的意願應是：願 הוּי (Havayah) 作你的 אֱלֹקֶיךָ，使你「全心」如此——以你的兩種傾向，即善的傾向與惡的傾向——將黑暗[轉化為光]等。

「你要愛」(וְאַהֲבַת, ve' ahavta) 與表示意願的詞根「想要」(אָבָה, avah) 相關。這條誡命是要你的意願成為：願 הוּי作你的 אֱלֹקֶיךָ，並且「全心」如此。賢者將「全心」解讀為以兩種傾向來愛，因此甚至要使惡的傾向從黑暗轉化為光。

שִׁיעֹקוֹר רִצּוֹנוֹ מֵהַבְּלִי עוֹלָם לִהְיוֹת לוֹ שִׁינוּי רִצּוֹן וְלִהְפֹּךְ רִצּוֹנוֹ לֵהֱ אֶחָד וְכַמֵּ״שׁ מִי לִי בְּשָׁמַיִם²⁶ וְעַמָּךְ
 לֹא חִפְצָתִי בָּאָרֶץ:²⁷

[也就是說，]他要從世界的虛妄事物中拔除自己的意願，使自己的意願有所轉變，並將意願轉向獨一的 הוּי；正如經文所說：「在天上，我還有誰？與祢同在，我在地上別無所求。」

這是指從世俗的虛妄事物中拔除自己的意願，直到自己的欲求本身改變，轉而只歸向 הוּי。詩篇作者這樣表達：「在天上，我還有誰？與祢同在，我在地上別無所求。」

第 3 節 · 119-12

廣大之愛：隱藏的愛

9 וְהִנֵּה כִּיׁז [כל זה] הוּא בַחֲיִי אֵהִ״ע [אהבת עולם] שְׁאוֹמְרִים אֶהֱבֵת עוֹלָם אֶהֱבַתְנוּ. פִּי אֶהֱבַתְנוּ שְׁאֶהֱבֵה זֶה הִיא
 מִתְּלַבֶּשֶׁת בְּתוֹךְ נַפְשָׁנוּ.

如今，以上所說的一切，都是永恆之愛（אֶהֱבֵת עוֹלָם, ahavas olam）這一層面，正如我們所說：「你以永恆之愛（אֶהֱבֵת עוֹלָם, ahavas olam）愛了我們（אֶהֱבַתְנוּ, ahavtanu）。」「愛了我們」的意思是，這種愛包裹在我們的靈魂之內。

以上所說的一切，描述的都是永恆之愛（אֶהֱבֵת עוֹלָם）這一層面；它在祝福詞中稱為：「你以永恆之愛愛了我們。」Alter Rebbe 援引「אֶהֱבַתְנוּ」一詞，著眼於其詞尾所含的「我們」：這種愛包裹在我們的靈魂之內。

שֶׁהַנֶּפֶשׁ יִכּוֹלָה לִהְיוֹת כְּלִי לְהַגְבִּיל וְלִהְלַבֵּיִשׁ אֶת הָאֶהֱבֵה זֶה בְּתוֹכָהּ מִמֶּשׁ לִהְיוֹת תּוֹכָהּ רִצּוֹן אֶהֱבֵה²⁸ זֶה.
 אֲבָל אֵהִ״ר [אהבה רבה] הִיא בְּשֵׁרֶשׁ הַנֶּפֶשׁ בְּמִקּוֹר חוֹצְבָה כִּי חֵלֶק²⁹ הוּי מִמֶּשׁ עַמּוֹ.^{30,31}

因為，靈魂能作為器皿，將這種愛容納並確實包裹在自身之內，使靈魂的內裡鑲嵌著這種愛。可是，廣大之愛（אֶהֱבֵה רַבָּה, ahavah rabbah）乃在靈魂的根源中，也就是在它被鑿出的源頭；因為「祂的子民」字面上就是「הוּי的一部分」。

永恆之愛（אֶהֱבֵת עוֹלָם）契合靈魂所能容納的範圍，靈魂可以將它充分容納，使靈魂「內裡鑲嵌著愛」——鑲嵌著這種愛。可是，廣大之愛（אֶהֱבֵה רַבָּה）植根於靈魂本身的源頭，因為靈魂是「הוּי的一部分」；字面而言，它是 הוּי 的一部分。

10 ואני הוי"ה לא שנית³² כתיב שהוא ית' למעלה מגדר עלמין ואין ערוך אליו ית' כלל אפי' [אפילו] כמשל טפה מים אוקיינוס.

經上寫道：「我，**הי**，並沒有改變」；因為祂，願祂受頌讚，超越諸世界的界限，與祂完全無可比擬——甚至連一滴水[與]海洋之水相比的譬喻也不成立。

瑪拉基所說的「我，**הי**，並沒有改變」，教導我們：**הי**完全超越諸世界，不受它們影響。世界與祂完全無可比擬，甚至連一滴水與海洋相比也不能作為譬喻。

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

雖然[水滴]只是千千萬萬、萬萬之數中的[一]小部分，然而，由於它的本質與海洋相似，仍然可以說二者有某種相似和關聯：因為水滴的本質也是水，正如大海的本質確實也是水。

與海洋相比，水滴雖然極小，卻與海洋具有相同的性質：二者都是水。**הי**與諸世界之間，甚至連這一點共同之處也沒有。

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

但祂，願祂受頌讚，並非如此：世界層層下延的鏈條（**השתלשלות**，hishtalshelus）與祂完全無可比擬。因此，取自這一層面（**בחינה**，bechinah）的愛，並未真正包裹在靈魂之內，靈魂也無法容納它；相反地，它處於隱藏的狀態。

由於靈魂的根源在**הי**自身，而祂超越一切世界，從這個根源引出的愛便超出靈魂所能承受的範圍。靈魂是有界限的器皿，無法容納這份愛，所以它保持隱藏；這就是它被稱為隱藏之愛的原因。

והיא באה לידי גילוי בבחי' בכל מאדך³³ כו'. (וע' בתניא ס"פ מ"ג³⁴ ועי' [ועיין] ג"כ פי' י"ט):³⁵
它便在「盡你一切力量」這一層面顯露出來（**בכל מאדך**，bechol me' odecha）等等。（參見 Tanya（**תניא**）第43章末；也參見第19章。）

它顯露時，呈現為「盡你一切力量」（**בכל מאדך**，bechol me' odecha），也就是由「極其」（**מאד**，me' od）所表達的無量之愛。阿德莫爾·哈扎肯（**אדמו"ר הזקן**）請讀者參看 Tanya（**תניא**）第43章末，也參看第19章；這兩章都討論了這些愛。

11 והנה ההפרש³⁶ שבין אה"ע [אהבת עולם] לאה"ר [אהבה רבה] הוא כי אה"ע [אהבת עולם] הבאה מחמת התבוננות ועומק מחשבתו יש לה הפסק שאם לבבו פונה לדברים אחרים וטרוד במחשבתו בעסקי עולם אזי חולפת ועוברת ממנו כו'

現在，世界之愛（אהבת עולם，ahavas olam）與廣大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）的差別是：世界之愛源於觀照與深沉的思考，因此會受到干擾而中斷；因為若他的心轉向其他事物，思緒又被世俗事務佔據，那麼這愛便會從他身上消逝而去，等等。

世界之愛依賴觀照，因此只有在心思專注於此時才能持續。當一個人轉而思慮其他事情，沉浸於世俗事務時，這愛便會消退。

משא"כ האה"ר [האהבה רבה] שבשרש נפשו ממקור חוצבה³⁷ אין לה הפסק³⁸ שגם אם לבבו פונה לדברים אחרים הרי אין בזה לעומת זה^{39,40} להיות לעומת האהבה הזאת להטרידה ולהפסיקה.

然而，根植於他靈魂根源、源自其被開鑿出來之源頭的廣大之愛，卻不會中斷。因為即使他的心轉向其他事物，這裡也沒有「彼此相對」的情形，[沒有任何事物]能與這愛相對，擾亂並中斷它。

廣大之愛根植於靈魂的源頭，因此永不中斷。每一個神聖層面都有與之相對的對應物，即「彼此相對」；但這種愛沒有相對的一方，所以沒有任何事物能與它相抗，擾亂或中斷它。

12 ולזאת תשאר אהבה זו בבחי' רשימו להיות זכרונה תקועה בלב כל תמוט עולם ועד.⁴¹

因此，這份愛會以印痕（רשימו，reshimu）的形式留存，使它的記憶深深銘刻在心中，「永不動搖，直到永遠。」

因為沒有任何事物與它相抗，這份愛便以 רשימו 的形式留在靈魂中；它的記憶深深銘刻在心裡，永不消退：「永不動搖，直到永遠。」它始終存在，只是隱而不顯。

אך כיצד תהיה אה"ר [אהבה רבה] זו בבחי' גילוי שיעלה ויגיע למדרגת בכל מאדך⁴² ע"ז אמרו נכנס יין יצא סוד⁴³ היא התורה שנק' בשם יין.⁴⁴

然而，這份廣大的愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）要如何顯露出來，使它升起並達到「盡你一切的力量」這一層次呢？對此，他們說：「酒入，秘密便出」；[這酒]就是妥拉，妥拉被稱為「酒」。

問題在於，如何使這份隱而不顯的愛顯露出來，達到「盡你一切的力量」這一層次。答案回到開篇的說法：「酒入，秘密便出」；其中的酒就是妥拉。

妥拉之酒揭示秘密

13 וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] ערבים עלי ד"ס⁴⁵ יותר מיינה של תורה כי על האהבה נאמר וירא

אלקים את האור כי טוב⁴⁶ ואמרו רז"ל [רבותינו זכרונם לברכה] כי טוב לגנוז בתורה.^{47, 48}

正如我們蒙福的賢者所說：「經師之言比托拉之酒更令我喜愛。」因為關於愛，經上說：「אלקים看見光是好的」；我們蒙福的賢者又說：「是好的」——是要把它珍藏在托拉中。

賢者稱托拉為「酒」，正如他們所說，經師之言比托拉之酒更可貴。אלקים所看見「是好的」之光，被認定為愛；賢者又說，它被珍藏在托拉中，因此托拉承載著隱藏的愛之光。

וכשנכנס יינה ש"ת [של תורה] יצא סוד הוא אור האהבה הגנוז מהעולם אל הגילוי להיות אצלו גילוי

האה"ר [האהבה רבה] המושרשת בשרש נפשו במקור חוצבה בבחי' בכל מאדך

當托拉之酒進入時，奧秘——亦即隱藏的愛之光——便從隱而不顯轉為顯露，使他內在顯露出廣大之愛（אה"ר，ahavah rabbah）；這愛根植於他的靈魂之根，源自他被鑿出之處，達到「盡你一切力量」的層面。

當托拉之酒進入一個人內在時，隱藏的愛之光便顯露出來；根植於他靈魂中的廣大之愛，也顯露為「盡你一切力量」的愛。

וע"ז נא' [נאמר] פותח את ידיך.⁴⁹ יודי"ך הן הם בחי' הצמצומים רבים ועצומים מאא"ס [מאור אין סוף] ב"ה

להיות השתלשלות המדרגות מעילה לעלול כו'.⁵⁰

關於此，經上說：「你張開你的手（ידיך，yadecha）。」「你的諸個 yud」（יודי"ך，yudecha）：這些就是收縮（צמצומים，tzimtzumim）的層面；這些收縮從蒙受頌讚的無限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）而來，數目繁多且力量強大，使層次得以形成世界層層下延的鏈條（השתלשלות，hishtalshelus），由因果，等等。

「你張開你的手」這句經文暗指此義：其中的 yadecha（「你的手」）被讀作 yudecha（「你的諸個 yud」）。小字母 yud 象徵收縮：無限之光經歷許多巨大收縮，從而使層次鏈條得以下延，由因至果。

14 ומקור התהוות העולמות מאין ליש מרצה"ע [מרצון העליון] ב"ה וע"י התורה שהיא חכמתו ורצונו ית'

פותח את היודי"ן והצמצומים להיות גילוי⁵¹ רצה"ע [רצון העליון] ב"ה.

諸世界由無到有的生成，其源頭在於至高意願，願祂受頌讚。藉著妥拉——妥拉是祂的智慧與意願，願祂受頌讚——[祂]開啟各個，字母（יודי"ן，yudin）與各種收縮，使至高意願得以顯明。

創造由無到有，其源頭在於 ה' 隱藏於收縮之後的至高意願。妥拉既是 ה' 的智慧與意願，便「開啟」這些 yud 字母，使祂的意願顯明。

ומשביע לכל חי⁵² דהיינו בכל חיות ואור המתפשט בעולמות מריש כל דרגין כו'. להיות בהם בחי' רצון

שיהי' [שיהיה] שורה ומתגלה בהם בחי' רצה"ע [רצון העליון] ב"ה ונמשך לנפש האדם ג"כ שיהי' [שיהיה]

מתגלה בו רצה"ע [רצון העליון] שבנפשו

「並使一切有生命者都得滿足」：也就是，在從一切階序之首等等而下、遍及諸世界的一切生命力（חיות，chayus）與光中，都應有意願這一層面（בחינה，bechinah）——使至高意願這一層面安住並顯明於其中。這也延展至人的靈魂，使至高意願在他的靈魂中顯明。

經文接著說：「並使一切有生命者都得滿足[以]意願。」這是指，在諸世界中從最高層面而下的一切生命與光之中，都應有 ה' 的意願安住並顯明；在人身上，也應顯明其靈魂中本有的至高意願。

דהיינו האה"ר [האהבה רבה] המושרשת בשרש נפשו למעלה מכדי שתוכל הנפש שאת מאחר שהרצ"ע

[שהרצון העליון] בא אצלו לידי גילוי למטה בלבושי הנפש דבור ומעשה ע"י דבור בת"ת [בתלמוד תורה]

ומעשה המצות ולכן אמרו רז"ל [רבתינו זכרונם לברכה] ששואלים את האדם קבעת עתים לתורה.^{53, 54}

也就是根植於他靈魂根源中的廣大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah），其深度超過靈魂所能承受的程度；因為至高意願已在他身上於下方顯露，呈現於靈魂的言語與行動這些衣裳之中——藉著妥拉研習中的言語，以及實踐誡命（מצות，mitzvos）的行動。因此，我們的賢者（願他們蒙福）說，人會被問：「你是否為妥拉固定安排了研習時間？」

靈魂中的意願，就是根植於靈魂根源中的廣大之愛，深度超過靈魂所能承載的程度。當至高意願在靈魂的外在衣裳——言語與行動——中顯現，藉著說出妥拉的話語、實踐誡命而彰顯時，這愛便顯露出來；因此人在受審時會被問到，是否為妥拉固定安排了研習時間。

שעי"ז יעורר את האהבה מלמעלה בשרש נפשו שאינה מתלבשת בשום כלי המעלים ומסתיר שאין

כמוה ולא דוגמתה בזלעו"ז [בזה לעומת זה] הנ"ל ואין לה הפסק שאפי' [שאפילו] בעסקו בשאר ענינים תהיה

אהבה זו תקועה בלבו.

藉此，他將喚起在其靈魂根源中由上而來的愛；這愛沒有穿著任何會遮蔽、隱藏它的器皿。在上述「彼此相對」的一方中，沒有任何事物與它相同，也沒有任何事物可與它相比；它不會中斷，所以即使他忙於其他事務，這愛仍會牢牢植根於他的心中。

固定研習妥拉，會喚起在靈魂根源中由上而來的愛。這愛沒有穿著任何遮蔽、隱藏它的器皿，在相對的一方也沒有任何事物可與它相比。因此它不會中斷：即使他忙於其他事情，這愛仍牢牢植根於他的心中。

ומזה יבא לידי ודברת במ^{55,56} כו' (וע' באגה"ק [באגרת הקודש] ד"ה איתא רפ"ד דמגלה⁵⁷ ודאשתמש בתגא כו' במי ששונה הלכות⁵⁸ כו' יעו"ש [יעויין שם]):

由此，他便會達到「你要談論這些事」等等。（參見《Iggeres HaKodesh》（אגרת הקודש），該篇以「Megillah 第四章開頭提到：『使用冠冕的人』等等」起首；文中談到研習哈拉赫法則（הלכות，halachos）的人等等；請參閱該處。）

由此，他便會達到「你要談論這些事」，也就是時時談論妥拉的話語。Alter Rebbe 指的是《Iggeres HaKodesh》中一篇書信；該篇以塔木德的一則教導開篇，談到「使用冠冕的人」，並將之解釋為利用一位研習哈拉赫法則的人。

第 5 節 · 115-17

眼目因酒而紅：喜悅中的愛

15 ובוזה יובן הכתוב חכלילי עינים מיין. פי' עינים הוא מ"ש עיני תמיד אל⁵⁹ ה'. הנה עין⁶⁰ ה' אל יראיו.

由此便可理解經文「眼目紅潤，因酒而紅」。「眼目」[如]經上所寫：「我的眼目常常仰望 הוי' (Havayah)」；「看哪， ה'的眼目眷顧敬畏祂的人。」

如今便可以解釋這節經文。「眼目」使人聯想到「我的眼目常常仰望 ה'」和「 ה'的眼目眷顧敬畏祂的人」：這是人與 ה'彼此凝望。

והוא בחי' לאסתכלא ביקרא דמלכא⁶¹ דהיינו שיאיר בלבו אור האהבה לה' בבחי' ראייה היא בחי' אהבה בתענוגים שהיא מדרגה העולה על כולנה למעלה מאה"ר [מאהבה רבה] ואה"ע [ואהבת עולם]

這是「凝望君王的榮耀」這一層面；也就是愛 ה'之光以觀看的方式照耀在他的心中，這是喜悅中的愛這一層面——它超越一切其他層次，凌駕於廣大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）與恆常之愛（אהבת עולם，ahavas olam）之上。

這種凝望就是「凝望君王的榮耀」：愛 ה'之光如同觀看一般照耀在心中，這稱為喜悅中的愛。它高於廣大之愛與恆常之愛。

(וצ"ע [וצריך עיון] בתניא פמ"ג⁶² משמע דאה"ר [דאהבה רבה] היא אהבה בתענוגים. וצ"ל שיש ב' בחינות אה"ר [אהבה רבה] הא' האהבה הנז' [הנוכח] בתניא פי"ט כשבאה לידי גילוי כשאינה בבחינת גילוי התענוג.

（關於此點，尚須參照《Tanya》（תניא）第四十三章；該章似乎暗示，廣大之愛就是喜悅中的愛。必須說，廣大之愛有兩個層次。第一種是《Tanya》第十九章所提到的愛：當它顯露出來時，並不處於喜悅顯露的層面。

在這段括號中的註記裡，Alter Rebbe 提出一個疑難：《Tanya》第四十三章將廣大之愛等同於喜悅中的愛，但此處卻說喜悅中的愛高於它。Alter Rebbe 以廣大之愛有兩個層次來解決這個問題；第一種是《Tanya》第十九章所述的隱藏之愛，當它顯露出來時，並沒有顯露的喜悅。

וגדולה ממנה היא אה"ר [אהבה רבה] בתענוגים. ועיין במ"א ע"פ אחותי רעיתי יונת⁶³ כו'. שם נתבאר אחותי היא מצד אהבה טבעית ויונתי היא אהבה בתענוגים)

比它更高的，是伴有喜悅的廣大之愛。另參別處關於「我的姊妹、我的愛侶、我的鴿子」等語的解釋；那裡說明，「我的姊妹」是從自然之愛而來，「我的鴿子」則是喜悅中的愛。）

更高的層次，是伴有喜悅的廣大之愛，也就是喜悅中的愛。Alter Rebbe 引用他在別處對「我的姊妹、我的愛侶、我的鴿子」的解釋：「姊妹」是自然之愛，「鴿子」是喜悅中的愛。

וכענין שכתוב עיניך יונים⁶⁴ כמו זוג יונים שמסתכלים תמיד זע"ז [זה עם זה / זה על זה] ומתענגים כו'. כך יהיה קשר האהבה בדביקות נפלא ועצום עד שיהיו עיניו ולבו כל הימים רק לאסתכלא ביקרא דמלכא. וכמ"ש בזהר⁶⁵ ע"פ הסבי עיניך⁶⁶ כו' דמוקדין ליה בשלהובין דרחימותא.

正如經上所寫：「你的眼目如鴿子。」這就像一對鴿子，總是彼此凝望，並從中得著喜悅，等等；愛的聯繫也當如此，達到奇妙而深厚的緊密契合，以致他的眼目與心終日只為「凝望君王的榮耀」。正如《Zohar》（זהר）在「轉開你的眼目」等語下所寫：「使祂被愛的火焰點燃。」

正文在此接續「你的眼目如鴿子」：鴿子彼此不斷凝望，並以此為樂；人與 ה' 之間的愛也應如此強烈，以致他的眼目與心時時凝望君王的榮耀。《Zohar》在「轉開你的眼目」一語下，描述眼目使 ה' 被愛的火焰點燃。

שתהא האהבה מתלהבת ומתלהטת בלב איש להתענג על ה' מרוב כל עד שאין כח בנפשו להגביל את האהבה בלב רק בבחינת ראייה מבחוץ (ועיין במ"א ע"פ עיניך יונים⁶⁷ וע"פ הראיני את מראיך):^{68,69}

也就是說，愛在人的心中燃燒熾烈，使他以 ה' 為樂，勝過一切[其他事物]；直到他的靈魂再也沒有力量將心中的愛收攝於內，只能以從外在觀看的方式呈現。（另參別處關於「你的眼目如鴿子」及「讓我看見你的容貌」的解釋。）

愛如此強烈地燃燒，使人以 ה' 為樂，勝過一切；以致靈魂沒有力量將這愛容納在心中，只能以觀看的方式與之相對，就像觀看某種仍在自身之外的事物。Alter Rebbe 指向他在別處對「你的眼目如鴿子」和「讓我看見你的容貌」的解釋。

16 וזהו ענין חכלילי עינים. פירוש אדמומית העינים⁷⁰ שאודם העינים הוא מחמת תוקף רשפי אש⁷¹ דמוקדין ליה בשלהוביתא כו'.

這就是「眼目紅潤」的意思：眼睛發紅，是因為「火焰般的火星」極其猛烈，使祂「在火焰中燃燒」等等。

這就是經文所說的「眼目紅潤」：眼睛因愛的「火焰般的火星」極其熾烈而發紅；用《Zohar》（זהר）的話說，這些火星使 ה' 為火焰所燃。חכלילי (chachlili, 眼目紅潤) 之紅，正是這愛在喜悅中的光輝。

והוא בחינת מעלת ומדרגת השבת אז תתענג כו' וקראת לשבת ענג.^{72, 73} אך מי שטרח בע"ש [בערב שבת]⁷⁴ כו'.

這就是安息日特殊的優越性與位階：「那時你必得享喜樂」等等；「你要稱安息日為喜樂」。然而，「在安息日前夕勞苦的人」等等。

喜悅中的愛屬於安息日；先知以賽亞說：「那時你必因 ה' 而得享喜樂」，又說：「你要稱安息日為喜樂。」然而，正如賢者所說：「在安息日前夕勞苦的人，將在安息日進食」；這喜悅必須預先準備。

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

因此，在一週中的所有平日，人都必須使自己的靈魂勞苦，激發宏大的愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）與永恆之愛（אהבת עולם，ahavas olam）；藉此，他便能達到安息日顯露的喜悅之愛的層次。

因此，在平日，人必須使自己的靈魂勞苦，激發宏大的愛與永恆之愛。這番努力使他在安息日達到當日所顯露的喜悅之愛。

17 והנה כ"ז [כל זה] בא מבחינת ומדרגת יין. יינה ש"ת [של תורה]. וזהו חכלילי כל חיך הטועם אומר לי לי.⁷⁵

如今，這一切都源自酒的層次與品級：托拉之酒。這就是「חכלילי」（chachlili）：「凡是品嚐的上顎（חיך，chech），都說：『給我，給我』（לי לי，li li）。」

這一切都源自酒，也就是托拉之酒。塔木德將 chachlili 解讀為 chech li li：「凡是品嚐的上顎，都說：『給我，給我。』」

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

因為品嚐這酒的上顎這一層面將會顯露；也就是智慧（חכמה，Chochmah）這一層面，以及誠命（מצות，mitzvos）的理由（טעמים，te' amim；亦有「滋味」之意），而這些都屬於至高喜悅（תענוג，taanug）的層面。

品嚐酒的上顎，指智慧與誠命的理由（te' amim 一詞也有「滋味」之意），亦即至高的喜悅。當這些顯露時，人便能品味 ה' 智慧的甘美。

וע"י כן נתעלה בעילוי אחר עילוי⁷⁶ לי לי עד רום המעלות (פי' חיך הטועם זהו בחי' אהבה בתענוגים

המתגלה בשבת שהוא בחי' שם ע"ב [שם ע"ב] דחכמה

藉此，他便層層上升，愈升愈高，「給我，給我」，直至最高的境界。（意思是：「品嚐的上顎」指安息日（שבת，Shabbos）所顯露的喜悅中的愛（אהבה בתענוגים，ahavah b' taanugim）這一層面；這是智慧（Chochmah）的 ע"ב 之名（Av，72）這一層面；

藉著這番品味，他不斷上升，一層又一層地升至最高境界，說著「給我，給我」。在括號中的說明裡，阿德莫爾·哈扎肯指出，「品嚐的上顎」是安息日顯露的喜悅中的愛，也就是智慧所屬的 ה' 之展開形式；其數值為 72，稱為 Av。

ואזי אומר לי לי ב"פ [ב' פעמים] דהיינו שנכללו בו ב' אהבות הנ"ל אה"ר [אהבה רבה] ואה"ע [ואהבת עולם]
 שהם מ"ה [שם מ"ה] וב"ן [ושם ב"ן] דמ"ה [דשם מ"ה] מברר ב"ן [שם ב"ן] וע"י יחוד מ"ה [שם מ"ה] וב"ן [ושם ב"ן]
 מתגלה בשבת בחי' הגבוה משניהם והוא בחי' שם ע"ב [שם ע"ב] אהבה בתענוגים):^{77, 78}

於是便兩度說「給我，給我」；也就是說，上述兩種愛——廣大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）與世間之愛（אהבת עולם，ahavas olam）——都包含在其中。它們分別是 מ"ה之名（Mah， 45）與 ב"ן之名（Ban， 52），因為 מ"ה提煉 ב"ן；而藉著 מ"ה與 ב"ן的結合，安息日便顯露出高於兩者的層面，也就是 ע"ב之名的層面：喜悅中的愛。）

重複的「給我，給我」代表喜悅中的愛所包含的兩種愛：廣大之愛對應 מ"ה之名（Mah， 45），世間之愛對應 ב"ן之名（Ban， 52）。兩者與 מ"ה提煉 ב"ן；兩者在安息日結合，便顯露出更高的 ע"ב之名，也就是喜悅中的愛。

第 6 節 · 118-21

牙齒因奶而白

18 ולבן שינים מחלב.⁷⁹ פירוש כי שינים הם הטוחנות את המאכל להיות מתעכל במעיו שע"ז יהי' [יהיה]

מזון לגוף

「牙齒潔白如乳。」意思是，牙齒負責把食物磨碎，使食物在腹中得以消化；藉此，食物便成為身體的養分。

經文的後半句「牙齒潔白如乳」，從牙齒的作用說起。牙齒把食物磨碎，使食物得以消化並滋養身體。

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

反之，若他不以牙齒咀嚼、磨碎食物，食物便完全無法消化，也不能成為他的食糧，使他得飽足。

未經咀嚼便吞下的食物無法消化，也不能提供養分或使人滿足。下一段將以此說明事奉 ה'。

19 וכך עד"מ כדי שיהי' [שיהיה] מזון לרמ"ח אברין דמלכא שתהא נפשו מרכבה אליהם שיתאחד ממש עם

הנפש צ"ל בבחי' שינים הטוחנות ומפררות

同樣，借用一個比喻：為了使「君王的248肢體」有食物，使他的靈魂成為它們的戰車，並使它真正與靈魂合一，就必須具備磨碎、碾碎食物的牙齒這一層面。

248條積極誠命稱為「君王的248肢體」。要使一個人的事奉真正成為滋養它們的食物，使他的靈魂成為它們的「戰車」，並與它們完全合一，他需要有磨碎並分解事物的牙齒所對應的靈性層面。

דהיינו לפרר ולברר כל מעשיו ודבוריו ומחשבותיו⁸⁰ ולדקדק ולפשפש בהן ולהיות ממארי דחושבנא לשקול כל דרכיו ולפלס מעגלותיו.

也就是說，要粉碎並辨析自己的一切行為、言語和思想，仔細審察、查究它們，並成為「核算之人」之一，稱量自己的一切行徑，衡量自己的道路。

這些「牙齒」指自我省察：將自己的一切行為、言語和思想逐一分解、辨析，仔細審察，並成為「核算之人」之一，稱量自己的一切行徑，衡量自己的道路。

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

《Gemara》（גמרא）的語言稱此為「嚴謹考究自己的行為」。藉此，靈魂中便會有一種消化作用：靈魂會把善的部分吸收為食物與飽足；混雜其中的——外來的混合物與糟粕——則會被排出。

《Gemara》稱這樣的人為「嚴謹考究自己的行為」。藉著這種省察，他的事奉便在靈魂中得到「消化」：善的部分被吸收為滋養，而混雜其中的外來成分則像糟粕一樣被排出。

וכן בענין בירורי המדות או"ר [אהבה ויראה] כל חד לפום מאי דמשער בלבי^{81,82} ושוקל במאזני שכלו כיצד היא האהבה האמיתית לה'.

同樣，在精煉情感屬性（מדות，middos）——愛與敬畏（אהבה ויראה，ahavah v'yirah）——這件事上，「各人按自己心中所度量的」，都要以理智的天平衡量：對 ה' 的真正愛是怎樣的。

精煉自己的愛與敬畏也是如此。每個人「按自己心中所度量的」，用理智衡量對 ה' 的真正愛是怎樣的。

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

而[他衡量]「將黑暗轉為光明」等究竟是何種層面，並以靈魂的辛勞使自己疲憊，努力達到這一境界，好使它真實而確切地固定在心中，不是出於想像，等等。

他也必須衡量，真正「將黑暗轉為光明」是什麼意思，並以靈魂的辛勞努力達到這一境界。這種轉變必須真實地固定在心中，而不是出於想像。

וכיוצא בזה כמה דרכים הידועים למבקשי ה' יבינו כל⁸³ מאליהם שצריך לדקדק ולפשפש כו'⁸⁴ ולהיות מייגע עצמו⁸⁵ כו'.

此外，還有許多類似的道路，為「尋求 ה'（Havayah）的人」所熟知；他們「會自行明白一切」：人必須仔細審察、反省，等等，並使自己辛勞，等等。

還有許多這樣的道路，為尋求 ה' 的人所熟悉，他們自然會自行領會。這些道路都需要仔細審察、自我反省和辛勤努力；這就是「牙齒」所代表的工作。

אך אח"כ יגיע לבחי' ומדרגת החלב.

但此後，他便會達到乳汁的層面與境界。

經過「牙齒」所代表的辛勞之後，便來到乳汁的境界。

כמו שהחלב עד"מ מגדל את הולד להיות אבריו נגדלים. כך בחי' החלב של תורה מגדל את מדותיו

אהוי"ר [אהבה ויראה] כו' להיות לו אוי"ר [אהבה ויראה] היותר גדולים בגדלות המוחין

正如乳汁以比喻而言能使嬰兒長大，使他的肢體發育；同樣，Torah 的乳汁這一層面，能使他的情感屬性（מדות，middos）、愛與敬畏（אהבה ויראה，ahavah v'yirah）等成長，使他在心智成熟擴展（גדלות המוחין，gadlus hamochin）時，具有最深廣的愛與敬畏。

正如乳汁使嬰兒長大、肢體發育，Torah 的「乳汁」也使人的情感、即他對 ה' 的愛與敬畏成長，直到達到最深廣的境界；這種愛與敬畏源自成熟而擴展的心智（גדלות המוחין，gadlus hamochin）。

(שהאברים הם המדות ועיקרם הם חג"ת [חסד גבורה תפארת] נה"י [נצח הוד יסוד] ובחי' חב"ד [חכמה בינה ודעת])

שבתוכן המקיימות אותן וכל א' מג' מיני בחינות אלו כלולה מכל הנ"ל הרי פ"א. וכל בחי' נחלקת לג'

בחי' ראש תוך סוף הרי רמ"ג. ושרשם ה"ח [ה' חסדים] המגדילים הרי רמ"ח).⁸⁶

（因為肢體就是情感屬性，其中主要是慈愛（חסד，Chesed）、克制（גבורה，Gevurah）、美與和諧（תפארת，Tiferes）、勝利（נצח，Netzach）、光輝（הוד，Hod）和根基（יסוד，Yesod）；以及其中維繫它們的智慧（חכמה，Chochmah）、理解（בינה，Binah）和認知（דעת，Daas）層面。這三類層面中的每一類都包含上述一切，共計八十一；每一層面又分為頭部、中部和末端三個層面，共計二百四十三；它們的根源是使之增長的五種慈愛（חסדים，Chasadim），合計二百四十八。）

這段括號中的說明解釋了情感為何稱作肢體，並推算出身體的二百四十八個肢體。六個情感屬性，加上其中的智慧、理解和認知，共成九項；每一項又包含全部九項，合計八十一。每項各有頭部、中部和末端，共二百四十三；再加上作為根源、使之增長的五種慈愛，便合計二百四十八。

וזהו רוחצות בחלב^{87,88} כו' שהחלב מרחיץ המדות ונהפכין ממהות למהות להיות נהפך לבו ונעשה

כאיש אחר לגמרי בשינוי המדות כולן שוין לטובה.

這就是「以乳汁洗淨」，等等：乳汁洗滌情感屬性，使它們從一種本質轉變為另一種本質；他的心因此改變，他變得完全像另一個人，所有屬性都一律轉向良善。

這是《雅歌》中「以乳汁洗淨」的意象：Torah 的乳汁洗滌情感，使它們的本質發生轉變。人的心因此改變，變得如同另一個人，所有特質都轉向良善。

ומזה יומשך להיות לבן שינים שיהיה בהם בחי' לבנונית ובהירות בבירורי המדות בעילוי אחר עילוי עד רום המעלות⁸⁹ בבחי' ראייה חושיית שלא ביגיעה יגיעת הנפש ויגיעת בשר רק מיד יגיע אליו כו'.

由此便引出「牙齒潔白」：牙齒中會有潔白明亮的層面；在淨化情感屬性的過程中，一層又一層地提升，直至最高境界，以感官所見的方式呈現——不必經歷辛勞，不必有靈魂的辛勞和肉身的辛勞，而是立刻臨到他，等等。

由此而來的就是「牙齒潔白」：他淨化情感的過程變得清明透亮，並不斷提升。他不再需要辛勤勞作才能看見真相；真相立刻臨到他，如同親眼所見一般清楚。

וזה חכלילי כו' מיין כו' מחלב כו' ובחי' יין וחלב נעשה הכל בחי' חכלילי לי לי עד רום המעלות⁹⁰:

這就是「紅潤」，等等，「因酒」，等等，「因乳」，等等：酒與乳汁的層面全都成為紅潤（חכלילי，chachlili；即「紅潤的眼睛」）這一境界——「為我，為我」——直至最高境界。

經文的各部分由此連在一起：酒所帶來的眼睛紅潤，以及乳汁所帶來的牙齒潔白，都歸於「紅潤」這一境界，即「為我，為我」，並不斷提升，直至最高境界。

在事奉中的實踐

固定安排妥拉學習的時間，使妥拉之酒引出靈魂中隱藏的愛，並使這愛在你處理其他事務時仍伴隨著你。一週之中，要勤於省思，並誠實地省察自己的行為、言語、思想與感受，使你對 ה' 的愛真實而非幻想；如此便能配得安息日的喜悅，而妥拉的奶隨後使你的愛與敬畏增長，直至心中的轉變明確顯現，毫不費力。

討論問題

1. 依據這篇 maamar，為何世界之愛會因世俗事務而中斷，廣大之愛卻不會？
2. 一滴水與海洋的比喻，如何說明靈魂為何無法容納廣大之愛？
3. 妥拉「開啟 yuds」是什麼意思？這如何揭示靈魂中隱藏的愛？
4. 為何喜悅中的愛與安息日相連？一週之中的辛勞與此有何關係？
5. 在淨化自己的愛與敬畏時，「牙齒」的工作與「奶」的工作有何不同？

註記

第 1 段

1 חכלילי עינים

這篇 maamar 的另一份聽講記（הנחה, hanachah），由另一位聽講者記錄。

KEHOT 註記

הנחה אחרת בסה"מ תקס"ה כרך א ע' קסז. והנחה אחרת בתו"א לעמבערג ג, ג. וראה גם מאמרי אדה"ז הקצרים ע' תלג. ראה לעיל בציונים לכ"ק אדמו"ר זי"ע. [המאמר באוה"ת ויחי שסה, ב הוא לשון התו"א עם הגהות]. קיצורים באוה"ת כרך ו תתשמא, ב. וראה כרך ז תתתעה, ב. פלח הרמון בראשית קכז, ד. בלקו"ת שה"ש לו, א ד"ה הסבי עיניך מציין כמה פעמים לד"ה זה. בסה"מ תרס"ט ע' קיז מציין לד"ה זה.

2 חכלילי עינים מיין

雅各（יַעֲקֹב）祝福猶大（יהודה）：「他的眼睛因酒而紅，他的牙齒因奶而白」；顯然，他的土地必定盛產葡萄、牧草豐美，因此酒與奶都十分充足。本篇論述（מאמר, maamar；論述）逐句解釋這節經文，指出妥拉的兩種力量。

בראשית מ"ט:12 Genesis 49:12

חכלילי עינים מיין ולבן־שנים מחלב:

His eyes shall be red with wine, And his teeth white with milk.

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

KEHOT 註記

בראשית מט, יב.

3 הנה גבי כתיב יין המשמח

一份手稿異文：這份手稿寫作「如今經上說：『使人喜悅的酒』」，而非印行本的措辭。

KEHOT 註記

בבזך 414: הנה כתיב יין המשמח.

4 תירושי המשמח אלקים

在約坦（יֹוֹתָם）的寓言中，樹木請葡萄樹統治它們；葡萄樹回答：「難道我要放棄我的酒嗎？這酒使 ה' 和人歡喜。」（酒被奠在祭壇上。）阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）問，酒怎能使 ה' 歡喜。

שופטים ט"ז:13 Judges 9:13

ותאמר להם הנפן הַחֲדָלְתִּי אֶת־תִּירוֹשֵׁי הַמִּשְׁמַח אֱלֹקִים וְאֲנָשִׁים וְהִלַּכְתִּי לְנוֹעַ עַל־הָעֵצִים:

And the vine said unto them: Should I leave my wine, which cheereth G-d and man, and go to hold sway over the trees?

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

KEHOT 註記

ס' שופטים ט, יג. בבזך 633 מתחיל: הנה כתיב יין המשמח אלקים.

5 נכנס יין יצא סוד

《Gemara》（גמרא）指出，「酒」（יין, yayin）與「祕密」（סוד, sod）的數值都等於七十：酒入，祕密出。本篇論述

將酒解作妥拉，將祕密解作靈魂隱藏的愛。

עירובין ס"ה א"י:ט כ"19–20 Eruvin 65a:19–20

אמר רבי חניא: כל המתנישב בנינו — יש בו דעת שבועים וְקָנִים. "יין" נִימָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת, וְ"סוּד" נִימָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת. נִכְנָס יֵינָן — יִצָּא סוּד. אָמַר רַבִּי חֲנִינִן: לֹא נִבְרָא יֵינָן אֶלָּא לְנֶחֱם אַבְלִים וּלְשַׁלֵּם שָׂכָר לְרָשָׁעִים, שְׁנֵאמַר: "תָּנוּ שָׂכָר לְאוֹבֵד וְגו'".

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

סנהדרין ל"ח א:ג'ד'4–3 Sanhedrin 38a:3–4

אמר להם: בְּנֵי, קוֹצִים אֶתֶם מְטִילִין לִי בְּעֵינַי? אָמַר לוֹ רַבִּי חֲנִיָּא: רַבִּי, אַל יָרַע בְּעֵינֶיךָ. "יֵינָן" נִימָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת, וְ"סוּד" נִימָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת. נִכְנָס יֵינָן — יִצָּא סוּד. אָמַר רַב חֲסֵדָא אָמַר מֶר עוֹקְבָא, וְאָמַרִי לֵה אָמַר רַב חֲסֵדָא: דָּרֵשׁ מִרִּי בֶר מֶר, מֵאִי דְכָתִיב: "וַיִּשְׁקֹד ה' עַל הָרָעָה וַיִּבְיֹאֶה עֲלֵינוּ כִּי צָדִיק ה' אֱלֹקֵינוּ"? מִשּׁוֹם דְּצָדִיק ה' — "וַיִּשְׁקֹד ה' עַל הָרָעָה וַיִּבְיֹאֶה עֲלֵינוּ"? אֵין, צָדִיקָה עָשָׂה הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא עִם יִשְׂרָאֵל שֶׁהַקָּדִים גָּלוּת צָדִיקָהוּ וְעוֹד גָּלוּת וְכֵנָה...

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

Zohar III, 39a זח"ג לט, 39a

KEHOT 註記

עירובין סה, א. סנהדרין לח, א. זח"ג לט, א. בלקו"ת ויקרא ג, ד מציין לכאן.

第 2 段

6 לכו שברו ואכלו

以賽亞呼喚道：「來買，來吃……不用銀錢，也不用代價，酒和奶。」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）將酒和奶解讀為妥拉的兩個層面；妥拉是白白賜下的。

ישעיהו נ"ה:א'1 Isaiah 55:1

הוֹי כָּל־צִמְאָה לֵכוּ לַמַּיִם וְאֲשֶׁר אֵירִלּוּ כֶּסֶף לֵכוּ שִׁבְרוּ וְאָכְלוּ וּלְכוּ שִׁבְרוּ בְּלוֹא־כֶסֶף וּבְלוֹא מַחִיר יֵינָן וְחֵלֶב:

Ho, every one that thirsteth, come ye for water, And he that hath no money; Come ye, buy, and eat; Yea, come, buy wine and milk Without money and without price.

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

KEHOT 註記

ישע"י נה, א. ראה ביאור הפסוק בלקו"ת שמע"צ פד, ג שקאי על תורה.

7 יש ב' אהבות

《坦雅》（Tanya, תניא）第44章解釋，廣大之愛與世界之愛這兩種愛各自又分為無數層次，每個人都依照自己的程度而有所不同。

KEHOT 註記

ראה תניא פ' מד. תורת שלום שיחת שמח"ת תרס"ח ע' 87. מכ' כ"ק אדמו"ר מהררי"צ נ"ע נדפס בסוף קונטרס העבודה.

8 שו"ה אמרו — כי בתורה

《奧爾哈托拉》（אור התורה, Or HaTorah）的文字與此處印出的相同。

KEHOT 註記

וכ"ה באוה"ת ויחי ששה, ב. אבל בבוך 414: כי הנה בתורה.

第 3 段

9 שו"ה האהבה — איך שהוא ית'

手稿異文：此手稿缺少從「這愛」到「祂，願祂受頌讚」的文字。

KEHOT 註記

בבוך 414 ליתא תי' אלו.

10 שו"ה מחדש — בכל יום

手稿異文：此手稿缺少從「更新」到「每天」的文字。

KEHOT 註記

בבוך 633: ליתא.

11 מלכותך מכ"ע

大衛讚美 ה'：「你的王權是萬世（עולמים，olamim）的王權」；顯然，這是歷世歷代、永恆長存的王權。阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）將 עולמים 解作「世界」：ה'的王權（מלכות，Malchus）是創造一切世界並使它們持續存在的層面。

Psalms 145:13 תהלים קמ"ה:י"ג

מלכותך מלכות כל־עלמים ומְשֻׁלָּתְךָ 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)

KEHOT 註記

תהלים קמה, יג.

12 שו"ה כי — עליונים ותחתונים

手稿異文：此手稿缺少從「因為」到「上界或下界」的文字。

KEHOT 註記

בבוך 633 ליתא.

13 ואתה מחי את כולם

出自利未人的祈禱：「唯有你是 ה'……你使他們全都得以存活。」引述此句，是為了表明一切世界的生命力都來自 ה'。

Nehemiah 9:6 נחמיה ט':ו

אַתָּה־הוּא ה' לְבַדְּךָ אַתָּה עָשִׂיתָ אֶת־הַשָּׁמַיִם שָׁמַיִם וְכָל־צָבָא הָאָרֶץ וְכָל־אֲשֶׁר עָלֶיהָ הַיָּמִים וְכָל־אֲשֶׁר בָּהֶם וְאַתָּה מַחְיֶה אֶת־כָּל־וְצָבָא הַשָּׁמַיִם לְךָ מִשְׁתַּחֲוִיִּים:

Thou art the L-RD, even Thou alone; Thou hast made heaven, the heaven of heavens, with all their host, the earth and all things that are thereon, the seas and all that is in them, and Thou preservest them all; and the host of heaven worshippeth Thee.

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

KEHOT 註記

נחמ"י ט, ו.

第 5 段

14 אנשים מלומדה

以賽亞（ישעיהו）斥責一群人，因為他們的「敬畏我，不過是人所傳授、照本宣科的誡命」。阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）用這個措辭，指那種僅僅學得、並未真正感受到的對 ה'主權的認識。

Isaiah 29:13 ישעיהו כ"ט:י"ג

וַיֹּאמֶר אֲדֹנָי יֵעָן כִּי נִגַּשׁ הָעָם הַזֶּה בְּפִיו וּבִשְׁפָתָיו כְּבָדוּנִי וְלִבּוֹ רָחֵק מִמֶּנִּי וְהָיָה יִרְאַתָּם אֹתִי מִצֹּוֹת אֲנָשִׁים מְלֻמָּדָה:

And the L-rd said: Forasmuch as this people draw near, and with their mouth and with their lips do honour Me, But have removed their heart far from Me, And their fear of Me is a commandment of men learned by rote;

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

第 6 段

15 ברוך ה' אלקי ישראל

KEHOT 對這些文字所列的出處指引（註記見下方）。

KEHOT 註記

קו, מח.

16 KEHOT 的註記指出，這些文字見於 I Chronicles 16:36。

I Chronicles 16:36 דברי הימים א ט"ז:ל"ו

בְּרוּךְ ה' אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל מִן־הָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם וַיֹּאמְרוּ כָל־הָעָם אָמֵן וְהִלֵּל לֵה:

Blessed be the L-RD, the G-d of Israel, From everlasting even to everlasting. And all the people said: 'Amen,' 'and praised the L-RD.

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

17 ברוך ה' אלקי ישראל מן העולם ועד העולם

詩篇以「願以色列的 ה' 受頌讚，從永恆直到永恆」作結；顯然，這是指「從永恆直到永恆」。阿德莫爾·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）將它讀作「從一個世界到另一個世界」：這個祝福——將引降下來——達及每一個世界，甚至包括這個物質世界。

Psalms 106:48 תהלים ק"ו:מ"ח

בְּרוּךְ־ה' אֱלֹהֵי יִשְׂרָאֵל מִן־הָעוֹלָם וְעַד הָעוֹלָם וַאֲמַר כָּל־הָעָם אָמֵן הַלְלוּ־קו:

Blessed be the L-RD, the G-d of Israel, from everlasting even to everlasting, and let all the people say: 'Amen.' Hallelujah.

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

18 שו"ה ולהרחיב — בשבחו

一份手稿的異文：此手稿在「並廣泛地」至「在讚美中」這幾個詞的位置，作「在祂讚美的詩句中」（בפסוקי שבחו）。

KEHOT 註記

בבוך 633: בפסוקי שבחו.

第 7 段

19 בקרב איש ולב עמוק

大衛 (דוד) 描述暗中圖謀的惡人：「每個人的內心思緒和心都是深不可測的。」阿德莫爾哈扎肯借用這些話，說明默想如何在心靈深處扎根固定。

Psalms 64:7: תהילים ס"ד:ז

יִחְפְּשׁוּ־עוֹלֹת תִּמְנוּ חֶפֶשׁ מִחֶפֶשׁ וְקָרַב אִישׁ וְלֵב עֵמֶק:

They search out iniquities, they have accomplished a diligent search; even in the inward thought of every one, and the deep heart.

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

KEHOT 註記

ע"פ תהלים סד, ז.

20 שמע ישראל

摩西 (משה) 向以色列呼喚：「以色列啊，你要聽：ה' 是我們獨一的。אלקים」。這是示瑪經文的第一節。阿德莫爾哈扎肯 (אדמו"ר הוקן) 將「聽」解作理解，並透過「一」的字母來闡釋「一」的含義。

Deuteronomy 6:4: דברים ו':ד

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל ה' אֱלֹהֵינוּ ה' אֶחָד:

HEAR, O ISRAEL: THE L-RD OUR GOD, THE L-RD IS ONE.

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

21 שמע לשון הבנה

《Torah Ohr》(תורה אור) 開篇的論述 (מאמר) 在 1a 解釋「聽」(שמע) 是理解，並將其中放大的希伯來字母 (ע, ayin) 解作七個至高屬性；它們在其源頭仍處於自我消融的狀態。引降到下界的僅是「名」這一層面，就如「願祂榮耀王國的名蒙福」；因為「祢的王權就是一切世界的王權」。在 38b (Miketz)，「聽」作為理解，是省思充滿世界之光 (memalei kol almin, ממלא כל עלמין) 與環繞世界之光 (sovev kol almin, סובב כל עלמין) 皆由引降而來。

KEHOT 註記

נסמן לעיל א, א. לח, ב.

22 אחד ז' רקיעים

Kehot 對這些文字所列的出處指引 (註記見下方)。

KEHOT 註記

שו"ע או"ח סס"א ס"ו.

23 אחד ז' רקיעים וארץ וד' רוחות העולם

哈拉卡 (הלכה, halachah) 規定，念「一」(אחד, Echad) 時，要延長 ח (ches, 希特字母) 的發音，以尊 ה' 為天上、地上的王；念 ד (dalet, 達萊特字母) 時，則要思念唯有祂統治世界的四方。阿德莫爾哈扎肯借助這種對「一」的字母的解讀。

Shulchan Arukh, Orach Chayim 61:6: שולחן ערוך, אורח חיים

ס"א:ו'

צריך להאריך בחי"ת של אחד כדי שימליך הקב"ה בשמים ובארץ שלוח רימוז החטטורות שבאמצע הגג החי"ת ויארץ בדל"ת של אחד שיעור שיחשוב שהקב"ה יחיד בעולמו ומושל בד' רוחות העולם ולא

יארץ יותר מכשיעור זה ויש נוהגים להטות הראש כפי המחשבה

מעלה ומטה ולד' רוחות:

Maginei Eretz: Shulchan Aruch Orach Chaim, Lemberg, 1893 (Public Domain)

第 8 段

24 ואהבת הוא מלשון רצון

註釋指向《Sefer HaChakirah》中對詞根 אבה (想要) 的討論；由此將「你要愛」理解為意願。

Song of Songs 7:1: שיר השירים ז':א

שׁוּבִי שׁוּבִי הַשּׁוֹלֵמִית שׁוּבִי שׁוּבִי וְנִחַנְהָ־בָךְ מִה־תְּחַזֵּנוּ בַשּׁוֹלֵמִית כַּמְחִלָּת הַמִּחְנָנִים:

Return, return, O Shulammitte; Return, return, that we may look upon thee. What will ye see in the Shulammitte? As it were a dance of two companies.

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

KEHOT 註記

מלשון אבה. ראה ספר החקירה לכ"ק הצ"צ (הוצאת תשס"ג) צא, א ודף קמז, ב בערך אבה. לקו"ת בהעלותך כט, ד. ראה כג, א. שה"ש ז, א. לג, ד.

25 בכל לבבך בשני יצריך

הוי (משה) 吩咐：「你要盡心、盡性、盡力愛你的 (ה')」。阿爾特雷貝 (אדמו"ר הוקן) 將「你要愛」解讀為關乎意願。

Deuteronomy 6:5: דברים ו':ה

וְאַהֲבַתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל־לִבְּךָ וּבְכָל־נַפְשְׁךָ וּבְכָל־מְאֹדְךָ:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

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

Berakhot 54a:6: ברכות נ"ד א'

חייב אדם לברך על הרעה קשם שמברך על הטובה, שנאמר: "וְאַהֲבַתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל לִבְּךָ וּבְכָל נַפְשְׁךָ" — "בְּכָל לִבְּךָ" — בשני יצריך, בניצור טוב ובניצור הרע. "ובְּכָל נַפְשְׁךָ" — אפילו הוא נוטל את נפשך. "ובְּכָל מְאֹדְךָ" — בקל ממונה. דבר אחר: "בְּכָל מְאֹדְךָ" — בקל מדה ומדה שהוא מויד לק הוי מודה לו.

A man is in duty bound to utter a benediction for the bad even as he utters one for the good ; as it is said, "And thou shalt love the L-rd thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might" (Deut. vi. 5) — "with all thy heart," i.e. with thy two impulses, with the good and the evil impulse ; "with all thy soul," i.e. even if He take thy soul; "with all thy might," i.e. with all thy wealth. Another ...

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

KEHOT 註記

דברים ו, ה. ברכות נד, א.

26 מי לי בשמים

亞薩 (אסף) 對 ה' 說：「我在天上有誰呢？與你同在，我在地上別無所求。」這表達了意願的轉變：人不再想要任何事物，只想要 ה'。

Psalms 73:25: תהילים ע"ג:כ"ה

מִי־לִי בַשָּׁמַיִם וְעֵמֶד לֹא־תִפְּצֵנִי בְּאַרְצִי:

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)
KEHOT 註記

תהלים עג, כה. באוה"ת ויחי כרך ו תתשמא, ב נוסף קיצור: (נת' ענין אה"ע שהיא האהבה הנלקח' מהעולמו' כשיתבונן איך שחיות כל העולמו' רק מבחי' מלי' והוא ית' קדוש ומובדל וכו') שעי"ז יעקור רצונו מהבלי העולם ועמד לא חפצתי). ע"כ.

27 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Genesis 49:12。

Genesis 49:12 בראשית מ"ט:י"ב

חכלילי עינים מיין ולכר' שנים מחלב:

His eyes shall be red with wine, And his teeth white with milk.

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

第 9 段

28

תוכה רצוף אהבה

「這節經文描寫所羅門（שלמה）王的華轎：「內部鑲嵌著愛。」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）以此指世間之愛（אהבת עולם，ahavas olam）；這種愛從內部充滿靈魂。」

Song of Songs 3:10 שיר השירים ג':י"א

עמודיו עשה כסף רפידתו זהב מרכבו ארגמן תוכו רצוף אהבה מנוח ורושלים:

He made the pillars thereof of silver, The top thereof of gold, The seat of it of purple, The inside thereof being inlaid with love, From the daughters of Jerusalem.

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

29

כי חלק הו' ממש עמו

摩西在他的歌中說：「因為（ה'）的份是祂的子民；雅各（יעקב）是祂產業的份額。」也就是說，ה'揀選以色列作為自己的子民。阿爾特雷貝將這些話反向解讀，按「字面意義」來理解：祂的子民是 ה' 的一份；靈魂確實是 ה' 的一部分，而廣大之愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）根源於此。

Deuteronomy 32:9 דברים ל"ב:ט

כי חלק ה' עמו יעקב חבל נחלתו:

For the portion of the L-RD is His people, Jacob the lot of His inheritance.

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

30 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Judges 9:13。

Judges 9:13 שופטים ט':יג

ותאמר להם הנפן החדלתי את תירושי המשמית אליקים ואנשים וקלחתי לנוע עליהם:

And the vine said unto them: Should I leave my wine, which cheereth G-d and man, and go to hold sway over the trees?

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

31 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Isaiah 55:1。

Isaiah 55:1 ישעיהו נ"ה:א

הוי כל צמא לכו למים ואשר איילו כסף לכו שברו ואכלו ולכו שברו בלוא כסף ובלוא מחיר יין וקלב:

חכלילי עינים מיין ולבן שנים מחלב

Ho, every one that thirsteth, come ye for water, And he that hath no money; Come ye, buy, and eat; Yea, come, buy wine and milk Without money and without price.

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

第 10 段

32

ואני ה' לא שנית

藉瑪拉基之口，ה'說：「因為我——（ה'）沒有改變；你們雅各（יעקב）的子孫也沒有消逝。」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）藉此指出，ה'超越諸世界，完全不受它們影響。

Malachi 3:6 מלאכי ג':ו

כי אני ה' לא שנית ואתם בני יעקב לא תליקם:

For I the L-RD change not; and ye, O sons of Jacob, are not consumed.

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

KEHOT 註記

מלאכי ג', ו.

33

בכל מאדך

「盡你的一切力量」（בכל מאדך，bechol me' odecha）：無量的愛。這描述了廣大的愛（אהבה רבה，ahavah rabbah）顯露時呈現的情形。

Deuteronomy 6:5 דברים ו':ה

ואהבת את ה' אלקיך בכל לבבך ובכל נפשך ובכל מאדך:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

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

34

בתנאי ס"פ מ"ג . . י"ט

Tanya 第43章闡述兩種愛：廣大的愛（אהבה רבה），即從上方作為恩賜而來的喜悅之愛；以及永恆之愛（אהבת עולם），即由理解ה'的偉大而生的愛。第19章解釋具有性靈的靈魂（נפש האלקית）中隱藏的愛；這靈魂本性上渴望與其根源緊密相連。

KEHOT 註記

ראה לקו"ת במדבר ט, ד. בתו"א דפוס א' נדפס ההגהה באותיות רגילות. בכרך 414. 633 ליתא ההגהה.

35 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Eruvin 65a。

Eruvin 65a עירובין ס"ה א

第 11 段

36

והנה ההפרש

Or HaTorah 在 Pinchas 中引用了本段以及接下來的解說中的一段文字。

KEHOT 註記

באוה"ת פנחס ע' אקנו מביא קטע מכאן, ומהביאור דלקמן. בלקו"ת במדבר ט, ד. בלק סח, ב מציינ לכאן. וראה בהנסמן לעיל מז, א.

37

ממקור חובבה

在「源自其被開鑿出來之源頭」之後，Or HaTorah 補充了理由：「因為祂的子民確實是 ה' 的一份，並且經上寫道：

『我沒有改變』，等等。」接著又補上「因此」。

KEHOT 註記

באוה"ת שם נוסף "כי חלק ה' ממש עמו ואני ה' לא שניתני כתיב כו' לכן.

38

שאה"ר אין לה הפסק

註釋指出一個看似矛盾之處：本篇 maamar 說廣大之愛不會中斷，而 maamar <Ve' asisa Tzitz> 則說它在祈禱之後會中斷。註釋提出，透過摩西製作的額牌所引下、源於喜悅的愛，必定從未中斷，因為摩西也擊退了阿瑪力的敵對力量，而且額牌一直佩戴著。

KEHOT 註記

בסה"מ תרמ"א ע' קלג: בתו"א ד"ה חכלילי כ' שאה"ר אין לה הפסק, ובד"ה ועשית ציצ' [=פג, ג] שאה"ר יש לה הפסק אחר התפילה, אך אהבה רבה זו שהיא אהבה בתענוגים שאפ"ל שהכהן יכול להמשיך זה מחמת שזהו כנהא ברעו"ד כמ"ש רבינו ז"ל, אך ע"י הציץ שעשה משה י"ל שודאי נמשך כי משה גם מדחה בחי' הלעו"ז דעמלק, וע"י שהי' נושא תמיד הציץ בודאי לא היה הפסק, ע"כ.

39

אין בזה לעומת זה

註釋說明，此處所指的是 yechidah 之愛。該處的註解指出，外殼（קליפה，kelipah）沒有「映像的映像」、也沒有「環繞中的環繞」；而 yechidah 真正是獨一無二的，沒有任何事物與之相對。這用來調和本篇 maamar 中廣大之愛沒有相對事物的說法，與其他地方說 kelipah 也有超越理智的意願之說：kelipah 有第一層環繞，卻沒有第二層，也就是 yechidah。

KEHOT 註記

הכוונה לאהבה דבחי' יחידה, הגהת כ"ק אדמו"ר הצי"צ לקו"ת תצא לו, ג. וראה בספר הערכים-חב"ד כרך א' ערך אהבה מסותרת במילואים הערה 380 מהביאור באוה"ת דברים ע' לג.

40

לעומת זה

《קהלת》說：「造了一個與另一個相對的。」Chassidus (חסידות, Chassidus) 將此解讀為：每一個神聖層面，在與神聖相對的一方都有一個對應者；但阿德莫爾哈扎肯說，廣大的愛（אהבה רבה, ahavah rabbah）並無對應者。

Ecclesiastes 7:14 ד"ר: קהלת

ביום טובה יהיה בטוב וביום רעה ראה גם את-זה לעמית-זה עשה האלקים על-דברת שלא ימצא האדם את-ריו מאומה:

In the day of prosperity be joyful, and in the day of adversity consider; G-d hath made even the one as well as the other, to the end that man should find nothing after him.

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

第 12 段

41

בל תמוט עולם ועד

詩篇說，把大地安置在根基上，使它「永不動搖，直到永永遠遠」。阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן, אדמו"ר האב"ד）把這些話用來說明廣大之愛（אהבה רבה, ahavah rabbah）所留下的印痕；這印痕永不離開心中。

Psalms 104:5 ק"ד: תהילים

יִסְד־אָרֶץ עַל-מְכוּנֶיהָ בְּלִי-תְמוּט עוֹלָם וָעֶד:

חכלילי עינים מיין ולבן שנים מחלב

Who didst establish the earth upon its foundations, that it should not be moved for ever and ever;

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

42

בכל מאדך

「盡你一切力量」：顯露時所成為的無邊之愛。

Deuteronomy 6:5 ה': דברים

וְאַהַבְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל-לִבְּךָ וּבְכָל-נַפְשְׁךָ וּבְכָל-מְאֹדְךָ:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

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

43

נכנס יין יצא סוד

「酒入，秘密便出。」在此，阿爾特雷貝將酒視為妥拉；妥拉使隱藏的愛顯露出來。

Eruvin 65a:19-20 א"ט: עירובין

אָמַר רַבִּי חֲזִיָּא: קָל הַמַּתְיָשֵׁב בְּיָנוּ — יֵשׁ בּוֹ דַּעַת שְׁבָעִים זָקָנִים. "יָנוּ" נִיתָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת, וְ"סוּד" נִיתָן בְּשִׁבְעִים אוֹתִיּוֹת. נִכְנַס יַיִן — יָצָא סוּד. אָמַר רַבִּי חֲזִיָּא: לֹא נִבְרָא יַיִן אֶלָּא לְנַחֵם אַבְלִים וּלְשַׁלֵּם שָׂכָר לְרָשָׁעִים, שְׁנָאֵמַר: "תָּנוּ שָׂכָר לְאוֹבֵד וְגו'".

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

44

כיצד תהי' אה"ר זו

那篇 maamar 解釋，藉著學習妥拉，人將至上的意願引降至智慧中，於是 ה' 「使你的意願如同祂的意願」：由上而來的愛，在人身上照耀，那是「盡你一切的力量」的無邊之愛，超越由理解而生的愛。它又補充說，這種顯露屬於祈禱的時候，之後便會消退。

KEHOT 註記

ראה לקו"ת שה"ש ד"ה צאינה וראינה (השני).

第 13 段

45

כמארז"ל ערבים עלי ד"ס

這一說法的出處列於 52d；該處的一篇 maamar 著手解釋賢者對「因你的愛比酒更美」所說的話：「經師之言比托拉之酒更令我喜愛。」並追問為何說「對我」（עלי, alai）。

KEHOT 註記

נסמן לקמן נב, ד.

46

וירא אלקים את האור כי טוב

「我看見光，知道光是好的。」阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）指出，這光就是愛。

Genesis 1:4 א': בראשית

וַיֵּרָא אֱלֹקִים אֶת-הָאֹר וַיֵּיטֹב בּוֹ וַיִּבְדֵּל אֱלֹקִים בֵּין הָאֹר וּבֵין הַחֹשֶׁךְ:

And G-d saw the light, that it was good; and G-d divided the light from the darkness.

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

KEHOT 註記

בראשית א, ד.

47

כי טוב לגנוז בתורה

《Gemara》（גמרא）說，第一日所創造的光被隱藏起來，留給未來世的義人；這是從「我看見光，知道光是好的」這句

話推導出來的。阿德莫爾哈扎肯在此說，這光隱藏在妥拉之中。

חגיגה י"ב א"ר:י"א"ר"י Chagigah 12a:10-11

וְלָמִי גָּזָזוּ — לְצַדִּיקִים לְעֵתִיד לְבָא, שְׁנֵאמַר: "וַיֵּרָא אֱלֹקִים אֶת הָאוֹר כִּי טוֹב", וְאֵין "טוֹב" אֶלָּא צַדִּיק, שְׁנֵאמַר: "אֲמָרוּ צַדִּיק כִּי טוֹב". כִּיֹּן שֶׁרָאָה אוֹר שֶׁגָּזָזוּ לְצַדִּיקִים שְׁמַח, שְׁנֵאמַר: "אוֹר צַדִּיקִים יִשְׁמַח".

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

KEHOT 註記

בלקו"ת במדבר יח, ד: גנזו לצדיקים והיכן גנזו היינו בתורה וע' בזהר פ' תרומה דקמ"ט א'. וראה חגיגה יב, א (לצדיקים לעתיד לבא). דגל מחנה אפרים פ' בראשית בשם הבעש"ט. וראה סה"מ תרפ"ד ע' רנ בהערה.

48

לגנוז בתורה

KeHOT 註釋中引述的《Likkutei Torah》(לקוטי תורה) 援引這段《Zohar》(זהר) 經文，說明隱藏之光被收藏在妥拉 (Torah, תורה) 之中。《Zohar》說，凡有人在夜間勤奮研習妥拉，便有一縷那隱藏之光降在他們身上。

ספר הזהר, תרומה ל"ז:תט"ו-424:37-415:38 Zohar, Terumah

ל"ח:תכ"ד

Said R. Judah: 'Had it been hidden away altogether, the world would not have been able to exist for one moment. But it was only hidden like a seed which generates others, seeds and fruits, and the world is sustained by it. There is not a day that something does not emanate from that light to sustain all things, for it is with this that the Holy One nourishes the world. Moreover, whenever the Torah is studied by night, a little thread of this hidden light steals down and plays ...

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

49

פותח את ידך

דאָוּ (דוד) 讚頌 ה' :「你張開你的手，使一切有生命者都因恩惠 (意願，ratzon) 而飽足」；顯然，ה' 供應每一受造物所渴求的。阿德莫爾哈扎肯把「你的手」(ידך, yadecha) 讀作「你的眾個，(yuds)」，即妥拉所開啟的神聖收縮。

תהילים קמ"ה:ט"ז Psalms 145:16

פּוֹתַח אֶת־יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רָצוֹן:

Thou openest Thy hand, And satisfiest every living thing with favour.

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

KEHOT 註記

תהלים קמה, טז. בלקו"ת מסעי צה, א מציין לכאן. וראה לקמן בסוף הביאור מח, ד.

50

שו"ה יין — על האהבה

手稿異文：此手稿以「關於愛之光」取代「關於愛」。

KEHOT 註記

בבוכ 414: על אור האהבה.

第 14 段

51

שו"ה פותח — להיות גילוי

抄本異文：此抄本作「使顯明得以延展下來」。

KEHOT 註記

בבוכ 414: להיות המשכת גילוי.

52

ומשביע לכל חי

經文以「並[以]恩惠 (意願，ratzon) 使一切有生命者滿足」作結；顯然，ה' 滿足每個受造物的願望。阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן) 將 רצון 解作「意願」；這至高的意願顯現在諸世界的一切生命以及靈魂之中。

תהילים קמ"ה:ט"ז Psalms 145:16

פּוֹתַח אֶת־יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רָצוֹן:

Thou openest Thy hand, And satisfiest every living thing with favour.

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

53

ששואלים את האדם קבעת עתים לתורה

抄本異文：此抄本增補：「即使不能一直研習妥拉的人，也仍應為妥拉固定安排研習時間。」

שבת ל' Shabbat 30a

KEHOT 註記

שבת ל, א. בבוכ וישב — ויחי גוכתי"ק הצ"צ ובבוכ 414 נוסף: שאפ"י מי שא"א לו לעסוק בתורה תמיד מ"מ יקבע עתים לתורה.

54

קבעת עתים לתורה

一個人被帶到審判前時，除了其他問題，還會被問道：「你是否為妥拉研習安排了固定的時段？」阿爾特雷貝解釋其中的原因：固定的妥拉研習會揭示隱藏在靈魂根源中的愛。

שבת ל"א א"ר:י"א Shabbat 31a:11

אָמַר רַבָּא: בְּשַׁעָה שְׁמַכְנִיסִין אָדָם לְדִין, אוֹמְרִים לוֹ: נִשְׁמָא וְנִתְּמָא בְּאַמּוּנָה? קִבְעָתָּ עֵתִים לְתוֹרָה? עֲסַקְתָּ בְּפִרְיָהּ וּרְבִינָה? צָפִיתָ לִישׁוּעָהּ? פִּלְפִּלְתָּ בְּחֻקֶּיהָ? הִבְנֵתָ דְּבָר מִתּוֹךְ דְּבָר? וְאַפִּילוּ הֵכִי, אֵי יֵרָאָתָּ ה' הֵיא אוֹרְךָ — אֵין, אֵי לֹא — לֹא. מָשַׁל לְאָדָם שְׁאָמַר לְשׁוּחוֹ: הֶעֱלָה לִי כוֹר חֵישׁוֹן לְעֻלְיָהּ. הֵלֵךְ וְהֶעֱלָה לוֹ. אָמַר לוֹ: עֵירַבְתָּ לִי בֶהֱוֵן קַב חוֹמְטוֹן? אָמַר לוֹ: לֹא. אָמַר לוֹ: מוֹשֵׁב אִם לֹא הֶעֱלִיתָהּ.

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

55

לידי ודברת במ

《Or HaTorah》補充一段摘要：廣大之愛隱藏並根植於靈魂中，因為「祂的子民是 ה' 的一份」；因此靈魂渴望回歸其根源，也就是無限者本身。這愛取自 ה' 的本質，而非取自諸世界的自我消融，因此稱為廣大之愛。它不安住於心中，沒有相對的一方，並透過妥拉研習與至高意願而顯露。

KEHOT 註記

באוה"ת ויחי שם נוסף קיצור: (נת' ענין אה"ר שהיא אהבה המסותרת ומושרשת בנפשו מצד מקור חוצבה כי חלק ה' עמו ולזאת תכסוף למקורה שהוא א"ס ב"ה עצמו שאינו בגדר עלמין כלל, ונמצא אהבה זו נלקח' מצד עצמות אא"ס ולא מצד ביטול העלמין ולכן נק' אה"ר שאינה מתיישבת בלב ואין לה לעומת זה וציאאתה לא הגלוי הוא ע"י עסק התורה שהיא רצון העליון ועי"ז מתגלה אה"ר זו שהיא בחי' רצה"ע שבנפשו). ע"כ.

56

ודברת במ

「你坐在家中、行走在路上時，都要談論這些話。」透過妥拉而顯露的恆常之愛，會使人做到這一點。

דברים ו':ז Deuteronomy 6:7

וְשִׁנַּנְתָּם לְבָנֶיךָ וּדְבַרְתָּ בָּם בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלֻכְתְּךָ בְּדֶרֶךְ וּבְשֹׁכְבְּךָ וּבְקוּמְךָ:

and thou shalt teach them diligently unto thy children, and shalt talk of them when thou sittest in thy house, and when

thou walkest by the way, and when thou liest down, and when thou risest up.

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

57

וע' באגה"ק ד"ה איתא רפ"ד דמגלה

第二十九封書信以這則塔木德教導開篇，並提出問題：為何哈拉赫法則被稱為「妥拉的冠冕」？該書信解釋，為義人所隱藏的光，也就是「那時你要因 ה' 而喜悅」的喜悅，對靈魂而言過於宏大，靈魂無法承受；除非它穿著一件取自那光最外層的衣裳，而該書信指出，這一層就是意願的力量。書信標題為「才德的女子是丈夫的冠冕」；註釋補充，柴馬赫·柴德克（הצמח צדק）在數處也以開篇詞「提到」來指稱這封書信，而非使用該標題。

KEHOT 註記

סי' כט. וכן בכמה מקומות מציין הצ"צ כן לד"ה זה, ולא מסמן לד"ה אהעט"ב.

58

《Gemara》（גמרא）引述《Mishnah》（משנה）的一句話：「使用冠冕的人必將逝去。」雷什·拉基什（ריש לקיש）解釋說，這是指利用一位研習法規（הלכות, halachos）的人；法規乃妥拉的冠冕。阿爾特雷貝所指的《Iggeres HaKodesh》（אגרת הקודש）書信，開篇便是這一教導。

Megillah 28b:14 מגילה כ"ח ב"ד

תנו ה'תם: ודאשתמש בתגא — חלף. תני ריש לקיש: זה המשתמש במי ששונה הלכות בתרה של תורה.

We have learned in another place: Whoever makes use of a crown, passes away [from the world] and Resh Lakish taught: This applies to one who accepts service from one who can repeat halakhoth, the crown of Torah. And Ulla said

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC) · Daf Shevui (CC0)

第 15 段

59

עיני תמיד אל ה'

大衛（דוד）說：「我的眼目常常仰望（ה'） הוי'，因為祂必使我的雙腳脫離網羅。」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）將雅各（יעקב）祝福中的「眼目」，解讀為時常注視 ה' 的目光。

Psalms 25:15 תהילים כ"ה ט"ו

עיני תמיד אליה/ כי הוא יוציא מרשתי רגלי:

Mine eyes are ever toward the L-RD; For He will bring forth my feet out of the net.

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

KEHOT 註記

תהלים כה, טו.

60

הנה עין ה' אל יראיו

詩人說：「看哪， ה' 的眼目看顧敬畏祂的人，眷顧仰望祂慈愛的人。」 ה' 注視一個人，正是回應那人對祂的注視。

Psalms 33:18 תהילים ל"ח י"ח

הנה עין ה' אלי־יראיו למי־חלים לחסדו:

Behold, the eye of the L-RD is toward them that fear Him, Toward them that wait for His mercy;

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

KEHOT 註記

תהלים לג, יח. בבוכ 414. 633 נוסף אחר תי' יראיו: ובאתעדל"ת והנה עיני תמיד אל ה' אתעדל"ע עין ה' אל יראיו: והוא בחי'.

61

לאסתכלא ביקרא דמלכא

Kehot 的註釋指出《Zohar》（זוהר）中的這段文字，作為「凝望君王的榮耀」這句話的出處；此處這句話描述的是喜悅中的愛，一種如同目光般的愛。

Zohar II, 47b מז, זח"ב

KEHOT 註記

ראה זח"ב מז, ב.

62

וצ"ע בתניא פמ"ג

《Or HaTorah》也提出同一個疑難：此處所說喜悅中的愛高於廣大之愛，似乎與《Tanya》第四十三章所說廣大之愛就是喜悅中的愛相矛盾。

KEHOT 註記

ראה אוה"ת ויחי כרך ב שסח, ב. שלכאורה המבואר בתו"א כאן דאחבה בתענוגים היא למעלה מאה"ר, סותר למ"ש בתניא פ' מג שאה"ר היא אהבה בתענוגים ע"ש. וראה יהל אור ע' תיח.

63

אחותי רעיתי יונתי

佳偶在新娘的門前敲門：「為我開門，我的姊妹、我的愛侶、我的鴿子。」阿爾特雷貝在別處引用自己的解釋：「姊妹」指天然之愛，「鴿子」指喜悅中的愛。

Song of Songs 5:2 שיר השירים ה' ב'2

אני ישנה ולבי ער קול דודי דופק פתח־יְלִי אֶחָתִי רַעֲיָתִי יוֹנָתִי תַמָּתִי שְׂרָאשִׁי נִמְלֵא־טֶל קְנֻצוֹתִי רִסְסֵי לֵילָה:

I sleep, but my heart waketh; Hark! my beloved knocketh: 'Open to me, my sister, my love, my dove, my undefiled; For my head is filled with dew, My locks with the drops of the night.'

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

64

עיניך יונים

佳偶讚美新娘說：「看哪，我的愛侶，你何等美麗……你的眼睛好像鴿子。」鴿子彼此不斷凝望，並以此為樂；同樣，靈魂以喜悅中的愛凝望 ה'。

Song of Songs 1:15 שיר השירים א' ט"ו

הִנֵּה יָפָה רַעֲיָתִי הִנֵּה יָפָה עֵינֶיךָ יוֹנִים:

Behold, thou art fair, my love; behold, thou art fair; Thine eyes are as doves. .

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

KEHOT 註記

שה"ש א, טו.

65

וכמ"ש בזהר

《Zohar》解釋「轉開你的眼目」時，讓 ה' 說，佳偶的眼睛「使我燃起愛的火焰」。阿爾特雷貝以此說明，喜悅中的愛會熾烈到超越心所能容納的程度。

Zohar III, 84a דח"ג פד,

KEHOT 註記

זח"ג פד, א. ראה תו"ח מקץ ריג, א שמפרש: "שזהו נגד רצון ה' האמיתי שחפץ להיות לו דירה בתחתונים בתו"מ ולא בהעלאת והתכללות הנפש למעלה בשלהובא כו' שע"ז אמר הסבי עיניך כו' ". ראה סה"מ תרמ"ט ע' רנח.

66

הסבי עיניך

佳偶對新娘說：「轉開你的眼目，不要看我，因為它們使我心神激盪。」《Zohar》將此解讀為「說，這雙眼睛使祂燃起愛的火焰。」

Song of Songs 6:5/ה'ה' שיר השירים

הסבי עיניך מנגדי שהם הרהיבני שערך קעדר העזים שגלשו מר-
הגלעד:

Turn away thine eyes from me, For they have overcome me.
Thy hair is as a flock of goats, That trail down from Gilead.

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

67

במ"א ע"פ עיניך יונים

《Likutei Torah》(לקוטי תורה) 解釋「你的眼目如鴿子」：正如一對雌雄鴿子不斷彼此凝望，並因看見對方而喜悅，猶太民族也要「凝望君王的榮耀」，並且從所見的一切中看出，除了祂以外別無所有。

KEHOT 註記

ראה לקו"ת שה"ש יד, ב.

68

וע"פ הראיני את מראיך

Kehot 的註記指出，「讓我看見你的容貌」這一引文，可能是指該處刊載的 maamar。

KEHOT 註記

אולי הכוונה להנדפס במאמרי אדה"ז כתובים כרך ב ע' קב.

69

הראיני את מראיך

佳偶呼喚藏身於岩石裂隙中的鴿子說：「讓我看見你的容貌，讓我聽見你的聲音。」阿爾特雷貝指的是他在別處對這節經文所作的解釋。

Song of Songs 2:14/ה'ה' שיר השירים

יונתי בחגי הסלע בסתר המדרגה הראיני את-מראיך השמיעני את-
קולך כייקולך ערב ומראיך נאנה:

O my dove, that art in the clefts of the rock, in the covert of the cliff, Let me see thy countenance, let me hear thy voice; For sweet is thy voice, and thy countenance is comely.

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

第 16 段

70

פירוש אדמומית העינים

Or HaTorah 引述梅茲里奇的馬吉德之說，指出紅色有兩種：一種是克制，另一種源自酒，也就是喜樂。

KEHOT 註記

באוה"ת כאן שסט, א מבוא בשם המגיד נ"ע כי יש ב' מיני אדמומית א' הוא גבורה והב' הוא מיין שהוא שמחה. מובא באוה"ת נ"ד ע' שי.

71

רשפי אש

新婦祈求：「求你將我作為印記放在你心上……因為愛情堅強如死亡……它的火花是火焰般的火花。」在「眼目紅潤」一語中，使眼睛泛紅的正是這些愛的火焰般火花。

Song of Songs 8:6/ה'ה' שיר השירים

שימני כחותם עלי לבך כחותם על-זרועך כייצנה כמנת אהבה קשה
כשאל קנאה רשפיה רשפי אש שלהבתיה:

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)

72

אז תתענג כו' וקראת לשבת עונג

先知向以色列應許，若他們尊崇安息日（שבת, Shabbos），「那時你必因 הוי' (Havayah) 而得享喜悅。」這就是安息日的喜悅，也就是喜悅中的愛。

Isaiah 58:14/ה'ה' ישעיהו

אז תתענג עליה ותרפכתיו עלי- [במתי] (במותי) ארץ והאכלתיו ונתלת
יעקב אביד כי פי ה' דבר:

Then shalt thou delight thyself in the L-RD, And I will make thee to ride upon the high places of the earth, And I will feed thee with the heritage of Jacob thy father; For the mouth of the L-RD hath spoken it.

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

KEHOT 註記

ישע' נח, יד. יג. וראה לעיל טו, ג.

73

וקראת לשבת ענג

先知告訴以色列，要「稱安息日為喜悅」；也就是把安息日視為喜悅之事並尊崇它。安息日正是喜悅中的愛顯現之時。

Isaiah 58:13/ה'ה' ישעיהו

אם-תשיב משבת רגלך עשות חפצך ביום קדשי וקראת לשבת ענג
לקדוש ה' מקבד וכבדתו מעשות דרכך ממנו חפצך ודבר דבר:

If thou turn away thy foot because of the sabbath, From pursuing thy business on My holy day; And call the sabbath a delight, And the holy of the L-RD honourable; And shalt honour it, not doing thy wonted ways, Nor pursuing thy business, nor speaking thereof;

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

74

מי שטרה בע"ש

在《塔木德》中，回答那些未曾遵行誡命（מצוות, mitzvos），卻祈求來世報酬的人：「在安息日前夕辛勞的人，將在安息日吃飯。」阿德莫爾哈扎肯（אדמו"ר הזקן）將這句話應用於平日對兩種愛的操練；這操練為安息日的喜悅作準備。

עבודה זרה ג' א"י:10 Avodah Zarah 3a:10

אמרו לפניו: רבונו של עולם, תנה לנו מראש ונעשה. אמר להם הקדוש
ברוך הוא: שוטים שבעולם! מי שטרח בערב שבת יאכל בשבת, מי
שלא טרח בערב שבת מהיכן יאכל בשבת? אלא אם על פי כן, מצוה
קלה יש לי וסופה שמחה, לכו ועשו אותה.

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

KEHOT 註記

ע"ז ג, א. וראה בספר הערכים-חב"ד כרך א ערך אהבה מסותרת הערה 349.

第 17 段

75

כל חיד הטועם אומר לי לי

闡釋以色列地的豐饒時，《Gemara》(גמרא) 將「חכלילי」(chachlili) 讀作「חד לי לי (chech li li)」：「凡是嘗到它的口舌都說：『為我，為我。』」阿爾特雷貝（אדמו"ר הזקן）將

「為我」解作一同升起的兩種愛。 (חכמה, Chochmah) , 並將重複的「為我」解作一同升起的兩種愛。

כתובות ק"א ב'י"ז:11b Ketubot

וְשָׂמָא תֵּאמַר אֵינוּ מְרֻחָה — תִּלְמוּד לֹאמַר: "סוּתָה". וְשָׂמָא תֵּאמַר אֵינוּ בֹטְחִים — תִּלְמוּד לֹאמַר: "חִלְקִילִי עֵינַיִם מִיָּיִן". כָּל חֵיד שְׂטוּעָמוֹ, אֹמַר: "לִי לֵי". וְשָׂמָא תֵּאמַר לְנָעָרִים יָקָה וְלְזָקֵנִים אֵינוּ יָקָה — תִּלְמוּד לֹאמַר: "וְלָבֶן שָׁנִים מִחֶלֶב", אֵל תִּיקְרִי "לָבֶן שָׁנִים" אֶלָּא "לָבֶן שָׁנִים".

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

KEHOT 註記

כתובות קיא, ב. ראה לקמן מח, ב. תוי"ח רמג, א. סה"מ תרל"ב ח"ב ע' תצט. תקיב. בלקו"ת במדבר יא, ג מציין לכאן.

76 שיתגלה בחי' חיד . . בעילוי אחר עילוי עד רום המעלות

這段文字抄錄於《Or HaTorah》(אור התורה)；由此看來，柴馬赫·策德克 (צמח צדק) 曾修訂或補入此處的文字。

KEHOT 註記

נעתק באוה"ת פ' ויחי שעה, א. ומשם נראה שכאן הלשון מתוקן או הוספה ע"י הצ"צ. אבל נמצא בבוך 633 כמו שנדפס כאן.

77 המוסגר

手稿異文：這些手稿沒有括號中的說明，而手稿 414 在「最高的境界」之後補上「無盡」。

KEHOT 註記

(פ' חיד . . בתענוגים): ליתא בבוך 414. 633. בבוך 414 אחר תי' המעלות נוסף: עד אין קץ. באוה"ת ויחי שם בסוף העמוד: אחותי רעייתי, לק"א פמ"ג. (נת' פ' חכלילי עינים הוא תוקף האהבה בבחי' לאסתכלא ביקרא דמלאך בבחי' תענוג עצום, והכל בא ע"י יינה של תורה כנ"ל שנכנס יין יצא סוד, ואהבה זו שבתענוגים גדולה מאה"ר ואה"ע הנ"ל וזהו חך הטועם מתיקות ותענוג הנ"ל אומר לי לי שנכללי בו ב' אהבות דלעיל אה"ע ואה"ר וזהו בשבת אז תתענג על ה').

78 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Deuteronomy 6:5。

דברים ו':ה'5 Deuteronomy 6:5

וְאַהֲבַת אֵת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל־לֵבְךָ וּבְכָל־נַפְשְׁךָ וּבְכָל־מְאֹדְךָ:

And thou shalt love the L-RD thy G-d with all thy heart, and with all thy soul, and with all thy might.

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

第 18 段

79 ולבן שינים מחלב

雅各 (יעקב) 祝福的後半句：「他的牙齒因奶而潔白」；本篇其餘部分將加以闡釋。

בראשית מ"ט:י"ב Genesis 49:12

חִלְקִילִי עֵינַיִם מִיָּיִן וְלָבֶן־שָׁנִים מִחֶלֶב:

His eyes shall be red with wine, And his teeth white with milk.

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

第 19 段

80 שו"ה שינים — מעשיו ודבוריו ומחשבותיו

抄本異文：此抄本作「他的行為和思想」，沒有「言語」。

KEHOT 註記

בבוך 633: מעשיו ומחשבותיו.

第 20 段

81 כל חד לפום מאי דמשער בלבי

Kehot 的註釋也為「各人依照自己心中所衡量的程度」這句話，援引了《Zohar》中的這段經文。

זח"א קכט, Zohar I, 129b

KEHOT 註記

תניא בהקדמה לקו"ת במדבר א, א — שמציין לזח"א קג, ב. וראה גם זח"א קכט, ב.

82 כל חד לפום מאי דמשער בלבי

《Zohar》(זהר) 論到「她的丈夫在城門口為人所知」時說，每個人認識 ה' 的程度，取決於他在自己心中所衡量的程度。阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן) 將此應用於每個人自身淬鍊愛與敬畏的工夫。

ספר הזהר, וירא ט':קנ"ג-קס"ד Zohar, Vayera 9:153-164

But of a truth the Holy One makes Himself known to every one according to the measure of his understanding and his capacity to attach himself to the spirit of Divine wisdom; and thus "Her husband is known", not "in the gates" (bishe' arim), but, as we may also translate, "by measure", though a full knowledge is beyond the reach of any being.'

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

第 21 段

83 למבקשי ה' יבינו כל

所羅門 (שלמה) 說：「惡人不明白公正；尋求 ה' 的人，卻明白一切。」阿爾特雷貝 (אדמו"ר הזקן) 以此說明，真誠的尋求者會自行辨識出自我省察之道。

משלי כ"ה:ה'5 Proverbs 28:5

אֲנִישִׁירָע לֹא־יָבִינוּ מִשְׁפָּט וּמִבְּקָשִׁי ה' יָבִינוּ כָּל:

Evil men understand not justice; But they that seek the L-RD understand all things.

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

84 שצריך לדקדק ולפשפש כו'

手稿異文：這份手稿增添了：「以上全是牙齒的層面；但這一切仍屬於心智狹小的層面，因為人必須仔細審察並使自己辛勞，等等。」註釋指出，印行本或許因為字句相近而漏去了這段。

KEHOT 註記

בבוך 633 נוסף: "וכ"ז הוא בחי' שינים, אך כ"ז הוא עדיין בחי' קטנות השכל מאחר שצריך לדקדק ולהיות מייגע עצמו כו' ". ואולי זה השמטת הדפוס במילים הדומות.

85 ולהיות מייגע עצמו

אסרי (אורי) 另引述〈束縛於葡萄樹〉(Osri lagefen, ביאור, 三十二顆牙齒是從智慧引出的三十二條道路，用以淨化人的行為；並以探子作比較：派往耶利哥的約書亞的探子，是思想、言語和行為這些靈魂衣袍的「核算者」；摩西的探子則代表直接淨化

情感屬性。這就是牙齒的層面：它們同時淨化並磨碎這兩者。

KEHOT 註記

באוה"ת ויחי שם נוסף: וע"ל בביאור ע"פ אסרי לגפן דענין ל"ב שיניים הם ל"ב נתיבות שנמשכים מהחכמה לברר מעשיו כו' וע' במ"א בענין מרגלים ששלח יהושע וששלח משה שהוא בעבודה קרוב לענין זה כי מרגלי דיהושע לרגל יריחו הוא בחי' מארי דחושבנא במודו"מ שמהם נעשו לבושי' לנפש הנק' יריחו, ודמשה היינו לברר המדות עצמן, וה"ע בחי' שיניים שמבררי' וטוחני' המודו"מ והמדות כו'). ע"כ.

86

(שהאברים . . הרי רמ"ח)

手稿異文：這份手稿沒有這段括號中的文字。

KEHOT 註記

מוסגר זה ליתא בבז' 633.

87

רוחצות בחלב

Likkutei Torah (לקוטי תורה) 提到本篇 maamar 結尾關於「以乳汁洗淨」的內容，並連同〈我的酒與我的乳〉這篇 maamar 一起討論。接著，它解釋蜂蜜代表甘甜與喜悅，即「那時你必在 ה' 中得享喜悅」；這喜悅源自環繞一切世界之光 (סובב כל עלמין, sovev kol almin)。

KEHOT 註記

בלקו"ת ואתחנן ד, ג מצייך לכאן.

88

רוחצות בחלב

新娘如此描述她的愛人：「他的眼睛如鴿子，在水流旁，以奶洗淨。」阿爾特雷貝將「以奶洗淨」解讀為：妥拉之乳洗淨並轉化情感。

Song of Songs 5:12 ב"י: שיר השירים ה'

עיניו כיונים עליאפיקי מים רחצות בחלב ישבות עלימלאה:

His eyes are like doves Beside the water-brooks; Washed with milk, And fitly set.

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

89

עד רום המעלות

Or HaTorah (אור התורה) 以一段總結收束本節及整篇 maamar：牙齒磨碎並篩選人的思想、言語和行為，淨化愛與敬畏；Torah 的乳汁使情感在成熟的心智中成長，由此而來的牙齒潔白，代表淨化一層又一層地提升，不再需要辛勞。

KEHOT 註記

באוה"ת ויחי שם: (נת' ענין שיניים שטוחנות ומבררות המודו"מ שלו לשקול דרכיו ולפסל מעגלותיו וכן בבירורי המדות אהוי"ר שתהי' האהבה אמיתי' כו' לייגע א"ע כו'. והחלב של תורה מגדיל המדות שיהיו בגדלות המוחין ומזה יומשך ליבון השיניים שיהי' בהם בהירות בבירורי המדות בעילוי אחר עילוי שלא בייגעה כו'). קיצור. יש בחי' אה"ע ואה"ר, אה"ע היא האהבה הנלקח' מהתבוננות בביטול העולמות לגבי הבורא ית' שחיותן וקיומן רק מבחי' שם כבוד מלכותו וכו' ויומשך מזה שיעקור רצונו מהבלי עולם ולא יהי' לו רצון בלתי לה' לבדו. ואה"ר היא המוסתרת ומושרשת בנפשו מצד כי היא חלק אלוה ממעל והיא נלקחת מצד עצמות אור א"ס ב"ה שאין העלמין ערוך אליו כלל ואין שייך אפי' כטפה מהים כו' ולפיכך אין לאהבה זו בחי' לעומת זה כלל כי לא נמצא דוגמתה בעניני עוה"ז. והנה יציאתה אל הגילוי הוא ע"י שנכנס יינה של תורה בנפש שעי"ז יצא סוד שהיא אה"ר לגילוי לפי שהתורה היא בחי' גילוי רצה"ע וכת' פותח את ידיך ומשביע לכל חי רצון וגילוי רצה"ע שבנפש הוא האה"ר הנ"ל. וזהו

חכלילי עיניים הוא תוקף האהבה בתענוגים בחי' עיני תמיד אל ה' לאסתכלא ביקרא דמלכא והיא למעלה גם מאה"ר הנ"ל ובחי' זו מתגלה בשבת וקראת לשבת עונג וזהו ענין גילוי חך הטועם את היין הנ"ל שאור לי לי שנכללי' בזה אה"ר ואה"ע. ולבן שיניים היינו הטוחנות ומפררות המודו"מ שלו לשקול דרכיו כו' וכן בבירורי המדות כו' הוא מחלב שמגדיל האיברים וכך חלב התורה מגדיל אהוי"ר ומזה יומשך ליבון השיניים שיהי' הבירור בהמדות בעילוי אחר עילוי שיהי' בהם לבנוני' ובהירות. ע"כ.

90 | Kehot 的註記指出，這些文字見於 Psalms 145:16。

תהילים קמ"ה:ט"ז Psalms 145:16

פִּתַּח אֶת־יָדְךָ וּמִשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רִצּוֹן:

Thou openest Thy hand, And satisfiest every living thing with favour.

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



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); William Davidson Edition - Vocalized Aramaic (CC-BY-NC); Maginei Eretz: Shulchan Aruch Orach Chaim, Lemberg, 1893 (Public Domain); Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Daf Shevui (CCO).

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/vayechi/4/

為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok