



《托拉·奥尔》·帕拉沙 BEREISHIS · 玛玛尔 1

השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'

“诸天是我的宝座，大地是我脚下的脚凳”



他没有形体，也不占据任何空间，却“坐”在妥拉上；祂的“脚”——犹太民族——立在实际履行的诫命（מצוות, mitzvos）所构成的“脚凳”上，而祂又“居住”在祷告之中。这一切都由人自身的事奉引降而来，从默想与爱，直到行动与自我消融（ביטול, bittul）。

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

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

核心思想

ה'没有形体，也不占据任何空间，却“坐”在妥拉上；祂的“脚”——犹太民族——立在实际履行的诫命（מצוות, mitzvos）所构成的“脚凳”上，而祂又“居住”在祷告之中。这一切都由人自身的事奉引降而来，从默想与爱，直到行动与自我消融（ביטול, bittul）。

每一节依次为：希伯来文、译文，以及金线下方的简短解释。希伯来文中的小号数字是文末注释的编号。

玛玛尔概要

这篇 maamar 探问：ה'没有形体，也不在空间之中，怎么会有宝座和脚凳？“诸天”——火与水——就是妥拉。人“造就”妥拉：默想“Shema”（שמע, Shema；按 שם עין 读作 shem ayin），便会看出世界中的一切不过是一个“名号”、一缕微光，于是灵魂渴慕 ה'自身；这种爱是由下而起的激发（אתערותא דלתתא, isarusa dilesata），它将无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）引入妥拉，并使妥拉从世界形成以前的层面降入613条 מצוות。妥拉因此成为“宝座”，使 ה'的意愿与智慧降入具体的 מצוות 之中。“大地”就是实际履行的 מצוות，尤其是慈善捐献；这些 מצוות 抬升“脚”——犹太民族。既然“其末端楔入其起始”，最低处便成为头部；人的行动也会将情感提升到理智之中。天与地也分别对应成文妥拉与口传妥拉。“居所”就是祷告：借着鞠躬与自我消融，祷告引降那种心与理智都无法容纳的环绕之光；这种光并不因人的过失而不临在。

提纲

- 1 问题与作为“天”的妥拉** ¶1
没有形体的 ה'怎么会有宝座？妥拉源自天上；如 שמים (shamayim, 天) 一般，它由火与水构成。
- 2 人借着默想与爱造就妥拉** ¶2-4
慈悲使人获得理解；Shema教导我们，世界中只有 ה'的一个“名号”；这唤起人对 ה'自身的爱，而这种爱将无限之光引入妥拉，并使其降入 מצוות 之中。
- 3 妥拉作为 ה'的宝座** ¶5
妥拉经由摩西（משה）降下；如同坐下会使“头”降低，妥拉也使 ה'的“头”——祂的意愿与智慧——降入具体的 מצוות 之中。
- 4 脚凳：抬升脚部** ¶6-10
以色列是 ה'的“脚”；在回返之光中，脚成为头。实际履行的 מצוות，尤其是慈善捐献，会将情感提升到智慧之中；这一点既适用于更高层面，也适用于人的灵魂，使爱得以持久。
- 5 妥拉中的天与地** ¶11
成文妥拉属天，源自上方；口传妥拉属地，从下方把握 ה'的意愿；有三种事物被称作“地”。

祷告时鞠躬并自我消融，便能引降超越世界的环绕之光；心与理智都无法容纳这光，而它的临在也不取决于人的过失。

核心概念

充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）与**环绕一切世界的光**（סובב כל עלמין, sovev kol almin）
ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין

充满世界、按各自的尺度赋予每个世界生命的光，不过是一个“名号”、一缕微光；环绕世界的光则超越人的把握，只能环绕一个人。

אתערותא דלתתאאתערותא דלתתא

人的爱与事奉引来神圣的回应：“一个灵带来另一个灵。”

其末端楔入其起始 נעוץ סופן בתחלתן

在向上回返的光中，最低的层面就是最高的层面，因此“脚”——犹太民族及其具体行动——成为“头”。

将情感融入理智 התכללות המדות בשכל

脱离理解的情感转瞬即逝；情感提升到理智之中，便会变得稳定而高尚。

祷告中的自我消融 ביטול

如同面对一位尊贵到无法亲近的君王，在 יהי面前俯身；这能引降妥拉与 מצוות无法触及的环绕之光。

问题与作为“天”的妥拉

1 השמים כסאי^{1,2} והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'. להבין איך שייך עליו ית' לומר כסאי³ והדום רגלי.

“诸天是我的宝座，大地是我的脚凳；哪一座殿……”，等等。[我们需要]明白，为什么说到祂，愿祂受称颂，可以说“我的宝座”和“我的脚凳”。

本文以以赛亚的经文开篇，并提出其中的问题：宝座和脚凳属于有身体、坐在某处的人。这样的话怎能用来描述 ה'?

שהרי אין לו דמות הגוף^{4,5} ואינו בגדר מקום וכמ"ש הנה מקום אתי^{6,7} שהוא מקומו של עולם ואין העולם מקומו^{8,9}.

因为祂没有身体的形态，也不在空间的范畴之内，正如经文所说：“看哪，有一处与我同在”：祂是世界的所在，而世界并不是祂的所在。

ה'没有身体的形态（正如依据迈蒙尼德所作的赞美诗《Yigdal》所言），也不处于空间之中。米德拉什将“看哪，有一处与我同在”解释为：世界由 ה'所包含，而不是 ה'由世界所包含；因此，“宝座”不能按字面理解。

אך להבין הענין כי הנה התורה היא מן השמי' כמ"ש כי מן השמים דברתי¹⁰ וגו'

但要明白此事：托拉来自天上，正如经文所说：“因为我从天上说话”，等等；

答案从托拉入手；ה'“从天上”赐下托拉。阿尔特雷贝将说明，作为 ה'宝座的“天”就是托拉。

דהיינו שהיא בחי' שמים כי שמים אש ומים^{11,12}. וכך גבי התורה כתיב מימינו אש דת למו¹³.

也就是说，它属于“天”这一层面，因为“天”（שמים, shamayim）是火与水。而关于托拉，经文也说：“从祂的右手，为他们赐下火焰般的律法。”

贤者将“天”（שמים, shamayim）读作“火”（אש, esh）与“水”（מים, mayim）的结合。托拉也同样兼有二者，因为它“从祂的右手”而来（右方代表慈爱，如水），成为“火焰般的律法”（火象征严厉）。

人借着默想与爱造就妥拉

2 והנה כתיב ושמרתם את חוקתי¹⁴ ועשיתם אתם¹⁵ אתם כתיב שהאדם הוא העושה את התורה. וכך אנו

מבקשים¹⁶ בברכת אהבת עולם אהבתנו כו' לשמור ולעשות ולקיים

现在，经文写道：“你们要谨守我的律例，并实行它们”（אותם, osam）；然而，经文写作“你们”（אתם, atem），意思是：人正是成就（העושה, ha' oseh）托拉的那一位。因此，我们在“你以永恒的爱爱了我们”等祝福词中祈求：“使我们能够谨守、实行（לעשות, la' asos）并成全（לקיים, lekayem）。”

在这节经文中，“实行它们”（אותם, osam）少了一个字母 ו (vav)，因此也可以读作“你们”（אתם, atem）。米德拉什（Vayikra Rabbah 35:7，论及《利未记》26:3 中相同的字句）将此解释为：“我视之为仿佛你们创造了它们”，甚至“仿佛你们创造了自己”。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）由此引申说，人“成就”（העושה）托拉，使它得以生成。示玛祷文之前的晨间祝福祈求，使我们能够“谨守、实行并成全”。

תחלה לעשותה ואח"כ לקיימה¹⁷ והיינו ע"י אב הרחמן¹⁸ רחם עלינו ותן בלבנו בינה^{19,20} שמבחינת

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

先使它得以成就，之后再将它落实。这是借着“慈悲的父啊，怜悯我们，把理解（בינה, Binah）赐在我们心中”而实现的：因为从至高慈悲这一层面，理解与沉思被引入心中，使托拉在心中并借着心而得以成就、生成。

这里的次序很重要：la' asos（לעשות）意为“实行”，也有“使之成就”的意思；因此，首先是“成就”托拉，使它得以生成，之后才在实践中“成全”（lekayem, לקיים；字面义为“确立”）。同一祝福还祈求“慈悲的父”把“理解赐在我们心中”：理解与沉思——心的理解与沉思——源自 ה' 的至高慈悲，并借此使托拉得以“成就”。

3 וכיצד תהי' [תהיה] התבוננות זו מבואר בק"ש [בקריאת שמע] שמע לשון הבנה²¹ והבנה זו היא בתיבת שמע

עצמה

这种观照应当如何进行，可从诵读“听”（שמע, Shema）中看出：שמע 一词表示理解，而这种理解就在 שמע 这个词本身之中；

使《托拉》得以“形成”的观照，在 Shema 中有明确阐述。Shema 不只表示“听”，也表示“理解”（Kehot 的注释举出年幼的撒母耳（שמואל, Shmuel）的话：“请说，你的仆人听着”，《撒母耳记上》3:10）；而这个词本身就包含了应当理解的内容。

כי שמע שם עי' 22 פי' כי עי' רבתי היא בחינת לך ה' 23 הגדולה והגבורה וכו'

因为 שמע 可释为“ע字母之名”（שם עי', shem ayin）。也就是说，放大的字母 ע (ayin)，所代表的层面正是“尊大与勇能属于你，ה' (Havayah)”，等等；

Shema可拆解为shem（名）与ayin，即字母ע；该字母的数值为七十，在《托拉》的Shema经文中写得特别大。放大的ayin代表“尊大与勇能属于你，ה'”这句话：ה'的七种情感属性，每一种又包含十个层面，合计七十。

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

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

这七种至高的情感属性（מדות, middos）就是“属于你”的层面：也就是说，它们在祂面前自我消融，并归入其源头；它们尚未处于被引下并向下展开的状态，因而还未以“尊大”“勇能”等名称出现；此时便称为放大的ע。

“属于你”表示这些属性在其源头中完全自我消融于ה'，尚未向下流展，成为诸如尊大与勇能这样对世界发生作用的不同属性。在这种隐而未显的状态中，它们被称为“放大的ayin”。

והמשכה שנמשך ומתפשט למטה הוא רק בחינת שם לבד 24 שהוא הארה בעלמא

而被引下并向下展开的，仅仅是“名”这一层面，不过是一线微光，

向世界展开的仅仅是一个“名”：正如名字并非那个人本身，只是他人称呼他的方式，它不过是源头的一线微光。

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

מלכות כל עולמים 25 כתיב.

正如“愿祂荣耀的王权之名永受祝福”这句话所说：这仅仅出自“名”这一层面，以及祂的王权（מלכות, Malchus）属性，愿祂受称颂；因为经上写着：“你的王权乃是一切世界的王权。”

因此，我们说“愿祂荣耀的王权之名永受祝福”：到达世界的仅仅是“名”，也就是王权这一属性，正如经文所说：“你的王权乃是一切世界的王权。”

4 וזהו ענין בינה להבין דבר מתוך דבר 26 פי' תוך דבר נקרא בחינת ממלא כל עלמין שהיא בחינת שם

דהיינו בחינת זיו והארה הנמשך תוך עלמין.

这就是理解（בינה, Binah）的含义：从另一事之中理解一事。也就是说，事物“之中”称为充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）这一层面；它是“名”这一层面，也就是流入世界之中的光辉与微光。

Binah传统上被定义为“从另一事之中理解一事”。这里的“之中”指充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）：这光进入每一个世界并赋予其生命力；但它仅仅是一个“名”，是ה'的光辉。

וצריך להבין מזה שאינו אלא זיו כנ"ל שהוא ית' הוא הסובב כל עלמין ולית מחשבה כו' ²⁷ ולא מכל
מדות אליו כלל ²⁸

由此必须明白，正如上文所说，这不过是光辉；祂，愿其受称颂，才是环绕一切世界的光（סובב כל，sovev kol almin），“没有任何思想[能把握祂]”，等等；并且[祂]“完全不属于这些属性中的任何一个”。

从那内在之光，应推知其外所存：若这一切都不过是微光，那么 ה' 本身便环绕一切世界（סובב כל עלמין，sovev kol almin），超越一切把握。Tikkunei Zohar（תיקוני זהר）说：“任何思想都无法把握你”，祂也“完全不属于这些属性中的任何一个”。

וע"י זה נמשך להיות ואהבת את הוי"ה אלהיך ממש לדבקה בו ית' בא"ס ב"ה ממש כמ"ש מי לי
בשמים ²⁹ ועמך לא חפצתי וגו'

由此便产生“你要爱 ה'，你的 ה'”——确确实实如此：依恋祂，愿其受称颂，依恋无限者（אין סוף，Ein Sof），愿其受称颂，确确实实如此。正如经上所写：“我在天上有谁呢？除你以外，我别无所愿”，等等；

这一观想使人以最圆满的意义去爱“你要爱 ה'，你的 ה'”：渴望依恋无限者本身，而非祂的任何显现。这正是诗篇作者的呼喊：“我在天上有谁呢？除你以外，我别无所愿。”

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

也就是说，他唯一的愿望和意愿，是 ה'——无限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）本身，成为“你的 ה'”，住在你里面；即无限之光本身显现在他的灵魂之上。

爱者所愿的，是 ה'——无限之光本身——成为“你的 ה'”，成为你自己的，安住在你里面，并显现在你的灵魂中。

דהיינו ע"י בכל לבבך שהוא כמ"ש אם ישים אליו לבו ³⁰ רוחו ונשמתו אליו יאסף כי רוח אייתי רוח ³¹
ואמשיך רוח שע"י רוח האדם העולה למעלה שישים אליו

这就是借着“你要尽心”而实现的；正如经上所写：“若他将心专向祂，祂就把祂的灵与气息收归到他那里。”因为“灵引来灵，并牵引出灵”：借着人的灵向上升起，当他“将[心]专向祂”时，

这借着“你要尽心”而实现。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）如此解读《约伯记》的经文：当人将心专向 ה'，ה' 就把自己的灵收归于他。Zohar（זהר）的原则是：“灵引来灵”：人由下而起的激发，会引来神圣的回应。

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

也就是说，他的心渴望依恋祂，愿其受称颂，并将祂，愿其受称颂，的 אלקות显现在他的灵魂之上并进入他的灵魂。

“将心专向祂”，就是从心底渴望依恋 ה'，并愿 ה' 的 אלקות显现在自己的灵魂之上、进入自己的灵魂。

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

עמוק³²

那么，来自环绕一切世界之光这一层面的“祂的灵与气息”，便“收归到他那里”，使祂的临在聚集于他那里，“在人里面、在深邃的心中”。

于是，来自环绕一切世界这一层面的 ה' 的“灵与气息”——那超越世界的层面——便收归于这个人，并与他同住，处在“人里面、深邃的心中”。

ומזה נמשך להיות והיו הדברים האלה אשר אנכי³³ מי שאנכי³⁴ מצוך כו' שע"י זה נמשך גילוי אלהותו והתהוות התורה בבחינת שמים אש ומים.

由此便产生“这些话，就是我（אנכי, Anochi）——我之所是——吩咐你的”，等等；通过这一点，祂的 אלקות 得以显现，托拉也在“天”、火与水这一层面上形成。

接下来就是示玛经文的下一句：“这些话，就是我（אנכי, Anochi）吩咐你的。”Anochi 意指 ה' 本身，即“我之所是”。借着爱，ה' 的 אלקות 得以显现，托拉也以“天”、火与水的形态形成。

כי הנה התורה קדמה אלפים שנה לעולם³⁵ פי' עולם נקרא בחינת אש ומים³⁶ והתורה גבהה מעלתה

מאד בבחינת אלפים שנה שהם למעלה מבחינת עולם וכדי שתמשך לבחינת עולם

因为托拉先于世界二千年。也就是说，“世界”是火与水这一层面的名称；托拉的层次极其高超，处于“二千年”的层面，远高于“世界”的层面；而要使它引下到“世界”的层面，

米德拉什说，托拉在世界出现以前二千年便已存在。这里的“世界”指火与水，也就是构建诸世界的属性（慈爱与克制）；而托拉的“二千年”代表远高于世界的层次。然而，托拉仍须引下到“世界”的层面。

דהיינו להיות מימינו אש כו' שהוא רמ"ח מצות עשה שמימין ושס"ה מצות לא תעשה משמאל כו'

也就是说，要有“从祂右手而出的火”，等等；这指二百四十八条积极诫命，属于右方；三百六十五条禁戒，属于左方，等等——

这种引下就是“从祂右手而出的火”：托拉的二百四十八条积极诫命对应右方（慈爱），三百六十五条禁戒对应左方（克制）。

הנה המשכה זו היא על ידי אתערותא דלתתא בואהבת בכל לבבך רוח אייתי רוח ואמשיך רוח

这种引下是通过由下而起的激发（אתערותא דלתתא, isarusa dilesata）实现的，具体而言，就是“你要尽心爱……”；“灵引来灵，又引出灵。”

使托拉引下的，是由下而起的激发（אתערותא דלתתא, isarusa dilesata）——全心全意地爱 ה'，因为“灵引来灵。”

וע"י זה ודברת במ³⁷ ודברת לשון הנהגה והמשכה דהיינו להיות המשכת אור א"ס ב"ה בתורה.³⁸

借此，便有“你要谈论这些”：说话（ודברת, vedibarta）一词也有引领和引下之意；也就是说，使无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），愿祂受称颂，引下到托拉之中。

接着便是“你要谈论这些”：表示“说”的词说话（דיבור, dibbur）也有“引领”之意，如“他引领（ידבר, yadber）万民归于我们之下”（《诗篇》47:4）。诵读托拉的话语，会把无限之光引下到托拉之中。

第3节 · 15

妥拉作为 ה'的宝座

5 וזהו ענין וידבר³⁹ ה' אל משה שהמשכת הוי"ה להיות התורה צריך להיות המשכה תחלה לבחינת משה

שהוא⁴⁰ מבחינת כי מן המים משיתיהו.⁴¹

这就是“ה'对摩西（משה）说话”的含义：要引下 ה'，使托拉得以赐下，必须先引下至摩西这一层面；他属于“因为我把他从水中拉出来”这一层面。

托拉是经由摩西来到世界的。经文说“ה'对摩西说话”，使用 ה'；因此，ה'引入托拉，首先要经过摩西。他的名字源自“我把他从水中拉出来”；而托拉之水就是智慧（חכמה, Chochmah）（第11段），所以摩西是神圣智慧的通道。

וזהו השמים כסאי שהשמים היא התורה הרי היא כסא ע"ד⁴² משל שנעשה לשבת וישיבה זו היא

השפלה לגבי עמידה שכשהאדם עומד הנה הוא בעל קומה וראשו ומוחו גבוהים מעל הארץ וע"י ישיבה נשפל קומתו.

这就是“诸天是我的宝座”：诸天就是托拉，而托拉如同一个宝座——这是譬喻说法——宝座是为坐下而设的。坐下相较于站立是一种降低：人站立时身量挺拔，头和脑都高于地面；坐下则使身量降低。

现在来解释这节经文：“诸天”即托拉，是 ה'的“宝座”。宝座会使人的身量降低：站立时，人的头高于地面；坐下时，身量便降低。

כך התורה נעשה כסא לאור א"ס ב"ה לבחינת ראשו שהיא בחינת רצונו וחכמתו ובינתו

因此，托拉成为无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）的宝座——愿祂受祝福——，承载祂“头”的这一层面，也就是祂的意愿、智慧和理解；

同样，托拉是一个“宝座”，ה'的“头”——祂的意愿、智慧和理解——仿佛坐在其上，也就是降下自身。

דאנת חכים⁴³ ולא בחכמה ידיעא ומבין ולא בבינה ידיעא⁴⁴ ובתורה יורדים ומשתלשלים חכמתו ובינתו בדברים גשמיים כתפילין וציצית וצדקה ותרומות ומעשרות וקרבתות⁴⁵ כו':

因为“祢有智慧，却不是以可知的智慧；[祢]能理解，却不是以可知的理解”；而在托拉中，祂的智慧和理解降下，并逐级延展到物质事物之中，例如祈祷经匣（תפילין, tefillin）、衣角穗饰（ציצית, tzitzis）、慈善施舍、祭司供物（תרומות, terumos）、什一奉献以及献祭等。

Tikkunei Zohar（תיקוני זוהר）这样论及 ה': “祢有智慧，却不是以可知的智慧；祢能理解，却不是以可知的理解。”然而，通过托拉，这不可知的智慧降下，并包裹在物质性的诫命（מצוות, mitzvos）中——祈祷经匣、衣角穗饰、慈善施舍、祭司供物和什一奉献，以及献祭。

第4节 · 10-6

脚凳：抬升脚部

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

“地是我的脚凳。”经文用语中的脚凳（הדום, hadom），相当于《Gemara》所用的小座凳（שרפרף, shrafrat）；它也是一种小座位。

现在讲经文的后半句：“地是我的脚凳。”经文中的词“הדום”，就是塔木德称作“שרפרף”的东西：一种小座位。

והוא מה שמעמידין תחת רגלי היושב להגביה הרגל מעל הארץ וע"ז אמרו בגמ' [בגמרא] על פסוק כרסון רמיו אחד לכסא ואחד לשרפרף. כסא הוא הגדול שיושבין עליו ושרפרף הוא הקטן שמעמידין תחת הרגלים.⁴⁶

这是放在坐者脚下、使脚高于地面的物件。关于这一点，גמרא依据“宝座被设立”这句经文说：一个是宝座，一个是脚凳。宝座是人坐在上面的那张大椅子，脚凳则是放在脚下的小凳子。

脚凳会把坐者的双脚抬高。Gemara将但以理异象中的复数“宝座”解读为一个宝座和一个脚凳。

7 והענין כי הנה⁴⁷ כנסת ישראל נקרא רגל כמ"ש בנים אתם לה' אלהיכם וברא כרעא דאבוה^{48, 49}

解释是：以色列会众被称为“足”，正如经文所说：“你们是 הויי (Havayah)、你们的 אלקים (Elokim) 的儿女”；又如塔木德的说法：“儿子是父亲的腿。”

为什么大地是 ה' 的“脚凳”？因为犹太民族被称为 ה' 的“足”：他们是祂的儿女，而塔木德的说法是“儿子是父亲的腿”，也就是父亲的延伸。

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

现在打个比方：足有一种头所没有的优越之处：行走的是双足，它们承载着头，并把头带到它所期望的目的地。因此，头需要足。

在某些方面，足胜过头：双足承载着头，把它带到想去的地方，所以头需要足。

וגם גידי הראש וחיותו שהדם הוא הנפש⁵⁰ הם ברגלים וכשמקיוזין דם מהרגל מתרפא הראש ומתקיים

此外，头部的血管及其生命力——因为“血就是灵魂”——都在足部；从足部放血时，头便得到医治并得以维持。

此外，为头部供血的血管经过足部，而“血就是灵魂”，是头的生命。因此，曾经的一种疗法——从足部放血——可以医治头部。

וכן כמה רפואות יש שעושין ברגלים⁵¹ ומתרפא הראש ובבחינה זו נקרא הרגל ראש⁵² והראש רגל שהוא למטה מהרגל במדרגה זו.⁵³

同样，也有好几种施用于足部的疗法，能够医治头部。在这一层面上，足被称为头，头被称为足，因为在这一层面上，头低于足。

其他施用于足部的疗法也能医治头部。从这个角度看，足是“头”，头则是“足”，因为头依赖足。

8 וכך הוא למעלה על ידי התכללות המשכות המדרגות נעוץ תחילתן בסופן⁵⁴ וסופן בתחילתן⁵⁵ אור ישר ואור חוזר⁵⁶

上面也是如此：借着各层级的引下彼此相互包含，《Sefer Yetzirah》（ספר יצירה）所说的“其起始嵌入其终末，其终末嵌入其起始”便得以实现——这就是直光与返光。

这里把脚的比喻应用于灵性层级。由于各层级彼此包含，《Sefer Yetzirah》的原则便成立：“其起始嵌入其终末，其终末嵌入其起始。”卡巴拉把这两个方向称为“直光”与“返光”。

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

直光是从上而下的；[在其中]，凡在上者为尊；返光则从下而上，凡在下者为尊。这就是“其起始嵌入其终末”：其终末就是其起始，因为脚的层面称为头。

直光从上向下降，在其中较高者为尊；返光从下向上升，在其中较低者为尊。因此，终末也就是起始：“脚”成为“头”。

וישראל נקראו ראשית^{57, 58, 59} וכתוב וירא ראשית לו^{60, 61} וע"י אתערותא דלתתא נעשה למעלה תיקון אורות עליונים וזהו שמצינו במשה שבחטא העגל נטלו ממנו אלף אורות (ובשבת חוזרין⁶² ונותנין אליו במתנה וזהו ישמח משה במתנת חלקו)⁶³

以色列被称为“首要”（ראשית, reishis），经文说：“他为自己看见了首要之物。”借着由下而起的激发（אתערותא דלתתא, isarus dilesata），上方至高的诸多光得以修复。我们在摩西（משה）身上便看到这一点：金牛犊之罪发生时，一千道光从他那里被取走了（在安息日（שבת, Shabbos），这些光又作为礼物赐还给他；这就是“摩西因所得份额的礼物而欢欣”）；

以色列被称为reishis，即“首要”（这个词与rosh“头”相关），尽管他们是“脚”；米德拉什把“他为自己看见了首要之物”解释为在说摩西。他们由下而起的事奉修复上方的光。摩西的事例说明了这一点：金牛犊之罪发生时，他失去了一千道光，而每逢安息日，这些光都会赐还给他（安息日祈祷文中的“摩西因所得份额的礼物而欢欣”）。

ועל זה רמזו רז"ל [רבותינו זכרונם לברכה] במ"ש ע"פ לך רד^{64, 65} רד מגדולתך כלום נתתי לך גדולה אלא בשביל ישראל

我们的贤者也借着他们对经文“你去，下去”的解释，暗示了这一点：“从你的尊荣之位下来；我赐给你尊荣，岂不是只为以色列的缘故吗？”

《塔木德》说，在罪发生之后，ה'对摩西说：“从你的尊荣之位下来；我赐给你尊荣，岂不是只为以色列的缘故吗？”

והיינו לפי שהיו ישראל בבחינת הרגל שלו וכמ"ש שש מאות אלף רגלי העם⁶⁶ אשר אנכי בקרב⁶⁷ והם היו לו בחינת מקיף ובחינת ראש אף שהם היו לו בבחינת רגל ודאי.

这是因为以色列处于他的“脚”的层面，如经文所说：“六十万步行者（רגלי, raglei）是我所处其中的百姓”；对他而言，他们是环绕的层面，也是头的层面，尽管他们无疑处于他的脚的层面。

摩西的尊荣有赖于以色列，因为他们是他的“脚”：他自己称他们为“六十万步行者”，即他身处其中的百姓。虽然他们是他的脚，却也是他的环绕之光和他的头。

וכך הוא בכל ישראל ע"י שמתקן מעשיו שהם בכח המעשה בעשי' [בעשיה] גשמיות בבחי' רגלים נעשה מוחו ולבו זכים⁶⁸ אלף פעמים ככה.⁶⁹

每个犹太人也都是如此：他修正自己的行为——这些行为属于行动的能力，是物质层面的实际作为，处在脚的层面——于是他的头脑和心变得纯净千倍。

每个犹太人都是如此：当他修正实际行为，也就是灵魂的“脚”时，他的心智和心便会纯净千倍。

9 והנה להיות הדום לבחינת רגל שהוא בחינת כנסת ישראל דהיינו להגביה' [להגביהה] ⁷⁰ ולהעלותה ממטה

למעלה הוא ע"י בחי' הארץ שהם מצות מעשיות וכללותן היא הצדקה

如今，要使作为“脚”的层面——即以色列会众——有一个“脚凳”，也就是将其从下向上提高、提升，乃是通过“土地”这一层面；土地指实际践行的诫命（מצות מעשיות, mitzvos ma'asiyos），而这些诫命的总体／整体表达（כללות, klalus）就是施予。

这里讲的是“脚凳”本身：它托起“脚”，也就是犹太人民。使他们升高的，是“土地”，即实际践行的诫命；其中总体的表达就是施予。

ועל זה נאמר צדקה תרומם גוי⁷¹ תרומם ממטה למעלה והגבהה והעלאה זו היא בבחינת גוי שהם

אותיות גי' ⁷² ו' י' דהיינו העלאת המדות שנחלקין דרך כלל לג' בחינות חסד דין רחמים ^{73, 74}

对此经上说：“施予使一个民族（גוי, goy）升高”：使之由下向上升高。这种提高和提升，发生在 goy 这一层面；goy 由字母 ג (gimmel)、ו (vav)、י (yud) 组成。也就是说，这是提升情感属性；这些属性总体上分为三个层面：慈爱、审判与怜悯。

《箴言》说：“施予使一个民族（goy）升高。”goy 这个词由字母 gimmel、vav、yud 拼成。这些字母暗示了这一过程：情感属性分为三组——慈爱、审判与怜悯——并被提升。

(כי נה"י [נצח הוד יסוד] אינו אלא התפשטות חג"ת [חסד גבורה תפארת] ⁷⁵ וענפיהן) והתעלותן היא לבחינת

יו"ד שהיא בחינת החכמה ע"י הוא"ו שהוא הממשיך ומחבר המחשבה כו'

（因为永胜（נצח, Netzach）、辉煌（הוד, Hod）和根基（יסוד, Yesod），只是慈爱（חסד, Chesed）、克制（גבורה, Gevurah）和荣美（תפארת, Tiferes）的延展及其分支）；它们升至代表智慧（חכמה, Chochmah）的字母 י (yud) 这一层面，是借着字母 ו (vav) 而实现的；vav 将思维引下并连接起来，等等。

较低三个流溢属性（ספירות, Sefiros），即永胜、辉煌和根基，只是前三个属性的延展。它们这三个 (gimmel) 借着 vav 升至 yud；yud 代表智慧，而 vav 是一条直线，连接思维并将其引下。

ככה ממש נעשה למטה בנפש האדם העלאת המדות בשכלו ובינתו כי כשהמדות נפרדות מהשכל הם

נחשבות לדבר בפני עצמו.

正是如此，在人的灵魂中也会发生这样的事：情感属性被提升到他的智力与理解中。因为当情感属性与智力分离时，它们就被视为独立自存之物。

在人身上也发生同样的事：他的情感被提升到心智中。当情感与理解割裂时，它们便成为一股独立的力量，凭自己而行动。

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

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

因此，你会发现有这样一个人：祈祷等时候，他的心受到激发，因为那正是认知机能扩展（גדלות המוחין, gadlus hamochin）之时；随后，爱便消退而去，他转而走自己的路，从一个极端走向另一个极端，却不明白这两者彼此相反。

这解释了一种常见的经历：祈祷时，一个人通过沉思而使心智扩展，心中便燃起对 ה' 的爱；之后，这种感受消失，他又走自己的路，从一个极端摆向另一个极端，却没有察觉这两者彼此相反。

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

שנעשו בחינת מוחין

这是因为情感属性（מדות, middos）与认知彼此分离；而当它们彼此融摄时，等等，情感属性便得到卓然超越的提升，因为它们成为认知机能（מוחין, mochin）这一层面。

这是因为他的情感没有与理解融为一体。当情感融入认知时，它们便被提升到高得多的层次，自己也成为“认知机能”，因此能够持久。

וזהו בכל נפשך⁷⁶ דהיינו בכל כחות הנפש אפילו בבחינת רגל שגם בחינת הרגל תרום ותגביה:⁷⁷

这就是“以你的整个灵魂”，也就是运用灵魂的一切力量，甚至包括脚这一层面——使脚的这一层面也得以高举、提升。

这就是“以你的整个灵魂”来爱 ה'：运用灵魂的每一种力量，包括最低的“脚”这一层面；它也必须得到提升。

第5节 · 111

妥拉中的天与地

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

שמים שם מים⁷⁸ דאורייתא מחכמה נפקת^{79,80} וארץ נקרא תורה שבע"פ [שבעל פה]

如今，总体而言，妥拉（תורה, Torah）与诫命（מצות, mitzvos）称为天与地。具体而言，在妥拉本身之内，“天”是成文妥拉（תורה שבכתב, Torah Shebiksav）——שמים (shamayim) 可析作 שם מים (sham mayim, “那里有水”)，因为妥拉源自智慧（חכמה, Chochmah）；“地”则是口传妥拉（תורה שבע"פ, Torah Shebaal Peh）的称谓，

总体而言，天与地分别指妥拉和诫命。就妥拉本身而言，“天”是成文妥拉：shamayim可读作sham mayim，即“那里有水”；水象征智慧，妥拉正是源自智慧，正如《Zohar》（זהר）所说。“地”则是口传妥拉。

כי ארץ מלשון רצון כמאמר רז"ל [רבתינו זכרונם לברכה] למה נקרא שמה ארץ שרצתה^{81,82} כו' וארץ
אותיות א' רץ כו'⁸³

因为地（ארץ, eretz）一词源自意愿（רצון, ratzon），正如我们的贤者所说：“为什么称它为eret? 因为它愿意（רצתה, ratz' sah）……”等等；而eret也可以拆作字母aleph（א）与ratz（רץ, “奔跑”）……等等。

米德拉什说，地之所以称为eret，是因为它“愿意”（ratz' sah）遵行造物主的意愿；eret的字母也可以读作alef ratz，即“aleph奔跑”。因此，“地”意味着意愿与奋进。

והענין כי תורה שבע"פ [שבעל פה] היא השגת תכלית הרצון לידע איך ומה כגון סוכה שהיא גבוהה⁸⁴ כו' שאין זה מבואר בתורה שבכתב

其意是：口传妥拉把握意愿的最终意旨——要知道具体如何、具体是什么；例如，[关于]苏卡棚屋（סוכה, sukkah）有多高的律法，等等，这些并未在成文妥拉中说明。

口传妥拉把握的是 ה' 的意愿实际要求什么：具体该如何、该是什么。例如，苏卡棚屋不得高于二十肘；这一细节并未写在成文妥拉中。

ותושב"כ [ותורה שבכתב] היא רק בחי' אותיות להיות כדמותן בצלמן שהן שמותיו של הקב"ה⁸⁵

成文妥拉只属于字母这一层面，[应当]依其形态、照其样式来读；这些字母就是 קב"ה (Kudsha Brich Hu, 意为「圣者，愿祂受颂赞」) 的诸名。

成文妥拉由字母构成，应当完全依照所写的样子来读；正如纳赫曼尼德所写，其中的词语都是 ה' 的名。

ולכן נקרא קורא בתורה כמו שקורא בשם והיינו מלמעלה למטה אבל תורה שבע"פ [שבעל פה] עיקרה
ממטה למעלה ע"י השגת הרצון בנפש⁸⁶ תכלל הנפש במקורה למעלה.

因此，人们称之为在妥拉中“诵读”（קורא בתורה, kore baTorah），正如人们呼唤一个名字（קורא בשם, kore b' shem）；这是自上而下的。可是，口传妥拉的根本方式是自下而上：借着在灵魂中领会意愿，灵魂便归入其在上方的源头。

这就是为什么人们说是在妥拉中“诵读”（kore），如同呼唤一个名字（kore）：它是从上而来的。口传妥拉则从下而起：人以自己的心智领会 ה' 的意愿，灵魂便融入其源头。

ושלשה נקראו ארץ⁸⁷ כנסת ישראל ותורה שבע"פ [שבעל פה] ומצות וכולן נרמזין במקרא אחד. ארץ
ארץ ארץ שמעי דבר^{88,89} ה':

有三者称为“地”：以色列会众（כנסת ישראל, Knesses Yisrael）、口传妥拉和诫命；它们都暗示于同一节经文：“地啊，地啊，地啊，听取 ה' (Havayah) 所发的话语。”

有三者称为“地”：犹太人民、口传妥拉和诫命。耶利米书中“地啊，地啊，地啊”的三次呼唤暗示了这三者。

居所：祷告

12 אך אי זה בית⁹⁰ כו' כי הכסא והשרפרף אין דרכן להעמידן בחוץ אלא בתוך הבית ובחי' בית היינו בכל

מאדך^{91,92} שהוא בבחי' מקיף⁹³

但“什么房屋呢？”等等：王座和脚凳通常不会摆在屋外，而是摆在屋内。所谓“房屋”这一层面，就是“尽你的全力”，它属于环绕之光的面；

现在来看经文最后的问题：“什么房屋呢？”王座和脚凳都安置在屋内。“房屋”指“尽你的全力”（מאדך, me' odecha, 字面意为“你的极多”），即超越一切尺度的爱；这种爱环绕人，而不进入人的内在。

כמו ע"ד משל בית שהוא מקיף את האדם בגגו ובקירותיו⁹⁴ ובית זה הוא בית תפלה

这就如同一个比方：房屋以屋顶和墙壁环绕着人。而这房屋就是祷告之屋；

房屋以屋顶和墙壁环绕着人；这“房屋”就是祷告。

שע"י התפלה ח"י פעמים ברוך אתה כו' היא המשכת מקיפין מבחי' סוכ"ע (והיא בחי' רוחו ונשמתו אליו יאסף⁹⁵ כנ"ל) שהם נמשכין ע"י כריעות והשתחויות באבות ובהודאה תחלה וסוף⁹⁶ שהם בחינת ביטול.

因为通过祷告——十八次说“你是应当受祝颂的”等等——便有环绕之光从环绕一切世界的光（סובב כל עלמין, sovev kol almin）这一层面引下（这就是“他的灵与他的气息将归聚于他”这一层面，如上所述）；这些光是通过在[列祖祝福]和[感恩祝福]的开始与结束处俯身、叩拜而引下的，而这些俯身与叩拜属于自我消融（ביטול, bittul）这一层面。

在站立祷文中，人们十八次说“你是应当受祝颂的”；藉此，环绕一切世界的光这一超越诸世界的光，被引下来——这就是聚集到人身上的“灵与气息”，如第4段所说。它是通过第一项祝福和感恩祝福开始与结束处的俯身而引下的；这些俯身表达了ביטול。

והענין כי אי אפשר להיות גילוי אור א"ס ב"ה דלית מחשבה תפיסא ביה כלל⁹⁷ ולאו מכל מדות⁹⁸ וכו'

בבחינת פנימיות הלב רק מעט מזעיר הארה בעלמא

问题在于：无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），愿祂受祝颂——祂“全然不能被思想把握”，也“不属于任何一种属性”等等——不可能在心的内在层面显现；至多只能显现极微少的一点，不过是一丝微光；

为什么这种光必须是环绕之光？因为无限之光超越一切思想和一切属性；心的内在只能容纳它极其微小的一丝微光。

ואפילו גילוי במוח והשגה לית מחשבה כו' רק בבחי' מקיף וסובב לבד וע"ז נאמר ואל זה אביט^{99, 100}
 שרומז על בחינת תפלה.¹⁰¹

即使是在心智中显现并获得领会——“思想不能[把握]”等等——[也只可能]以环绕、周遍的方式存在。经文说：“我必看向这样的人”，这指的是祷告这一层面。

即使心智也不能把握它；它只能作为环绕周遍的光而存在。ה'在下一节经文中说：“我必看向这样的人”；这指的就是祷告。

13 ופי' הפסוק ואת כל אלה ידי עשתה¹⁰² בחינת עשיה היינו מעשה המצות. ויהיו כל אלה נאם ה' היא

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

“这一切都是我手所造”指行动这一层面，也就是履行诫命（מצות, mitzvos）。“而这一切都成了，ה'说”指口传妥拉的层面；口传妥拉乃是ה'的言说与话语，属于言语的层面；

下一节经文被解读为三个层面。“这一切都是我手所造”：行动，即履行诫命。“而这一切都成了，ה'说”：言语，即口传妥拉，而口传妥拉就是ה'的话语。

משא"כ אל זה אביט הוא בחינת תפלה אביט הוא בחינת הבטה היא הסתכלות בבחי' עיניך יונים¹⁰³

שהיא בחי' המחשבה לבד והיא היא בחי' מקיף וסובב

而“我要观看这一人”指祷告这一层面。“观看”指凝视，也就是观看“你的眼睛如同鸽子”这一层面；这单单是思想的层面，而它正是环绕、周遍的层面，

“我要观看这一人”指祷告。观看如同思想（“你的眼睛如同鸽子”）；思想具有环绕之性。

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

ומעשה הם פנימיים כו'

例如，思想会环绕它所思之物；视觉与凝视等也是如此。相比之下，言语和行动属于内在层面，等等。

思想环绕其对象；视觉则如同从外部领纳所见之物。与此相对，言语和行动是内在的：它们进入对象，并对其加以塑造。

והבטה זו היא אל עני ונכה רוח בחינת ביטול דלית ליה מגרמיה כלום אפילו תורה ומצות לפי שהמשכה

זו אי אפשר להשיג ע"י התורה ומצות שהם פנימי' רק ע"י בטול בתפלה וכריעות והשתחואות

这一凝视是“向贫穷而灵里破碎的人”而发：这是自我消融（ביטול, bittul）的层面；他自身毫无所有，甚至连妥拉和诫命也不例外。因为这种引下无法通过妥拉和诫命达到——它们属于内在层面；只有借着祷告中的 ביטול，以及鞠躬和叩拜，才能达到——

ה' 的“观看”是“向贫穷而灵里破碎的人”而发：这指一个人感到自己一无所有，甚至连自己的妥拉和诫命也没有。因为这种环绕之光无法通过妥拉和诫命引下；它们属于内在层面。只有借着祷告中的 ביטול 和鞠躬，才能引下这种光。

כמשל המלך שכורעים ומשתחויים לו מפני שאי אפשר להתקרב אליו מגודל מעלתו אזי ממילא נמשך

אליו בחינה זו. וזהו ברוך אתה כלומר ברוך מעצמך ומאליך.¹⁰⁴

正如一个比喻：人向王鞠躬叩拜，因为王极其尊贵，人无法接近他；于是，这一层面便自然而然地引下到他身上[向王行礼的人]。这就是“你是应受祝福的”，也就是说，你从自身而蒙福，并且自然而然地蒙福。

因此，人向一位尊贵到无法接近的王鞠躬；随后，这种亲近便自然而然地来到行礼者身上。这就是“你是应受祝福的”的含义：愿你自然而然地被引下。

14 והנה בבחינה זו של המשכת המקיף כתיב לא הביט און ביעקב¹⁰⁵ שבבחינת פנימיות כתיב בוחן לבות

וכליות¹⁰⁶

现在，论到这一层面，即环绕之光的引下，经文说：“他未曾察见雅各（יעקב）中有罪孽”；因为论到内在层面，经文说：“他鉴察人心与肾脏。”

本篇 maamar 以一个令人宽慰的结果作结。借着祈祷引下的环绕之光，不以人的灵性状况为衡量标准：巴兰（בלעם）曾说：“他未曾察见雅各中有罪孽。”相较之下，内在之光则由那位“鉴察人心与肾脏”的 ה' 来鉴察。

דהיינו להבחין התשוקה המורגשת אם הוא מקרב איש ולב עמוק באמת לאמתו משא"כ בבחינת מקיף

לא הביט און וגו' רק ה' אלהיו עמו שנמשך מאליו תמיד:

也就是说，要察验那可感知的渴慕，看看它是否确实出自“人的内里和深邃之心”，真实无伪；但在环绕层面，则是“未察见罪孽”等等，只有“ה' (Havayah) ——他的 ה' ——与他同在”，这光总是自行被引下。

内在的显现取决于人的渴慕是否真实，是否发自心灵深处。环绕之光不察看过失：“ה' (Havayah)，他的 ה' 与他同在”；这光自然而然地被引下，并恒常存在。

在阿沃达中

祷告时默想：充满世界的一切不过是 ה' 的一缕微光，直到心中渴慕 ה' 自身；再将这种爱带入日常生活，使情感与理解相融合，以免爱在祷告之后消退；施舍并履行实际的 מצוות，使最低微的力量也得以提升；祷告时怀着自我消融，因为祷告所引降的环绕之光并不取决于人的层次。

讨论问题

1. 如果妥拉早已在西奈山赐下，为什么这篇 maamar 还说妥拉必须由人来“造就”？
2. 把 Shema 读作 shem ayin，如何使人爱 ה' 自身，而不是爱祂的显现？
3. “脚”在哪一层意义上高于“头”？这如何适用于摩西与以色列，也适用于每个犹太人的行动？
4. 为什么祷告中唤起的爱常常会消退？这篇 maamar 提出怎样的方法使爱持久？
5. 为什么只有借着祷告中的自我消融才能引降环绕之光，而不能借着妥拉与 מצוות 引降？

出处与参考资料

注释

第1段

1 השמים כסאי

此注给出了米特勒雷贝（אדמו"ר האמצעי）对这篇 maamar 的记录稿，以及对它的进一步解释。注中还记载，这篇 maamar 于 5565 年（1805 年）Av 月初一、Masei 篇安息日宣讲。

KEHOT 注释

הנחת כ"ק אדמו"ר האמצעי בסה"מ תקס"ה ח"ב ע' תשה. וביאור בע' תשטו. ראה לעיל ציונים והערות לכ"ק אדמו"ר זי"ע. הגהות באוה"ת בראשית כרך ג תע, א. ובכרך ו תרכג, ב (מלקו"ת לג' פרשיות). תתל, ב. ובמקבילו ד"ה ואשא אתכם תרל"ח ע' ריו (בספר התולדות לכ"ק אדמו"ר מהר"ש, מציין כ"ק אדמו"ר זי"ע "נתבארו הענינים דד"ה השמים כסאי וביאוריו (שבתו"א ולקו"ת לג"פ) בהרחב הביאור ". וכן נזכר בד"ה ויהיו חיי שרה תרמ"ג ע' כב "שהוא השמים כסאי שבתו"א ("). המאמר נאמר בשבת פ' מסעי ר"ח אב תקס"ה. ראה גם סה"מ תרס"ו ע' תקט. ד"ה השמים כסאי תשל"ו (סה"מ מלוקט ח"ג ע' קלג). ד"ה השמים כסאי תשל"א. לכללות מאמר זה ראה ד"ה זה תשמ"א ש"פ תרומה תשד"מ ש"פ נח תשמ"ה. ד"ה כי כאשר השמים פ' ראה תשמ"ה. ד"ה בראשית ברא תשמ"ו וד"ה השמים כסאי תשמ"ו. ד"ה השמים כסאי ש"פ קרח תשמ"ז ושם ביאר שכאן בתו"א מבואר בארוכה דשמים וארץ כולל כל סדר ההשתלשלות דבשמים יש ג' דרגות וגם בארץ יש ג' דרגות, ומבואר ג' דרגות אלו כאן ובדרושים שלאח"כ כפי שהוא בעולמות ובישראל.

2 השמים כסאי

以赛亚书中，**ה**借以赛亚说：天是我的宝座，地是我的脚凳；你们能为我建造什么殿呢？整篇 maamar 都在阐释这节经文。

ישעיהו ס"ו:1 א' Isaiah 66:1

כה אָמַר ה' הַשָּׁמַיִם כִּסֵּאִי וְהָאָרֶץ הֶדֶם רַגְלִי אֵינִיָּה בֵּית אֲשֶׁר תִּבְנוּלִי וְאֵינִיָּה מְקוֹם מְנוּחָתִי:

Thus saith the L-RD: The heaven is My throne, and the earth is My footstool; where is the house that ye may build unto Me? And where is the place that may be My resting-place?

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

KEHOT 注释

ישע"י סו, א.

3 איך שייך עליו ית' לומר כסאי

雷贝关于这节经文的 5731 年讲论，所引之处讨论了开篇的问题：怎能说 **ה**有“我的宝座”？

KEHOT 注释

ראה ד"ה השמים כסאי תשל"א.

4 שהרי אין לו דמות הגוף

阿尔特雷贝在那里回答了这样一种比拟：有人把 **ה**创造天地比作工匠的工作，认为工匠只是重新塑造已有的材料，之后即使没有他，作品仍能存在。创造却是从无中创造，并且必须不断更新。此注引述该处，以及迈蒙尼德和《Yigdal》赞

美诗，以阐明这一原则：不可用人的、身体的形象来描述 **ה**。

תניא, חלק שני; שער היחוד 2:6 Tanya, Sha' ar HaYichud והאמונה ב'ו'

וְאֵף שְׁאִין לוֹ דְמוּת הַגּוּף – הָרִי מִקְרָא מְלֵא דְכָר הַקְּתוּב: "וְיִדְבַּר ה'", "וַיֵּאמֶר ה'", וְהָיָא בְּחִינַת הַתְּגִלּוֹת הַכ"ב אוֹתִיּוֹת עֲלִיוֹנוֹת לְנִבְיָאִים, וּמִתְלַבְּשׁוֹת בְּשָׂלָם וְהַשְׁתָּם בְּמַרְאֵה הַנְּבוּאָה, וְגַם בְּמַחְשַׁבְתָּם וְדִבּוּרָם, כְּמוֹ שֶׁקְּתוּב: "רוּחַ ה' דָּבַר בִּי, וּמַלְתּוֹ עַל לְשׁוֹנִי", וְכֵמוֹ שֶׁאָמַר הָאָר"י זְכוּרָנוֹ לְבָרְכָה [בְּשֵׁעַר הַנְּבוּאָה].

Kehot Publication Society (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

פיוט יגדל. ראה רמב"ם הל' יסודי התורה פרק א ה"ז. פיהמ"ש להרמב"ם פ' חלק יסוד הג'. תניא ח"ב פ"ב. ראה אוה"ת בראשית כרך ו תרכג, ב. אוה"ת ענינים ע' צב בשם השל"ה.

5 אין לו דמות הגוף

基于迈蒙尼德信仰原则的《Yigdal》赞美诗说，**ה**没有身体形态；阿尔特雷贝（אדמו"ר הוקן）借用其中的措辞来引出这个问题。

Siddur Ashkenaz, Weekday, Shacharit, Preparatory Prayers, Yigdal סידור אשכנז, ימי חול, תפילת שחרית, הכנה לסיפור, יגדל ז'

אֵין לוֹ דְמוּת הַגּוּף וְאֵינוֹ גּוּף, לֹא נִצָּרָף אֵלָיו קִדְשָׁתוֹ:

He is unlike the corporeal or even the non-corporeal, His holiness is beyond comparison.

The Metsudah siddur, 1981 (CC-BY) • Translation based on the Metsudah linear siddur, by Avrohom Davis, 1981 (CC-BY)

6 הנה מקום אתי

ה对摩西（משה）说：“看哪，有一个地方与我同在”；米德拉什据此推知，地方从属于**ה**。

שמות ל"ג:כ"א Exodus 33:21

וַיֹּאמֶר ה' הִנֵּה מְקוֹם אִתִּי וְנִצַּבְתָּ עַל-הַצּוּר:

And the L-RD said: 'Behold, there is a place by Me, and thou shalt stand upon the rock.

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

KEHOT 注释

שמות לג, כא.

7 הנה מקום אתי

米德拉什对同一节经文的解释是：经文没有说“我在那地方”，而是说“有一个地方与我同在”——我的所在从属于我，而我并不从属于它。

שמות רבה מ"ה:ו' Shemot Rabbah 45:6

וַיֹּאמֶר ה' הִנֵּה מְקוֹם אִתִּי וְנִצַּבְתָּ עַל הַצּוּר – אָמַר רַבִּי יוֹסִי בַר ר' חֲנִינָא: הִנֵּה אֲנִי בַּמְקוֹם הַזֶּה אֵין כְּתִיב כָּאן, אֲלֵא הִנֵּה מְקוֹם אִתִּי. אֲתָרִי טַפְלָה לִּי, וְאֵין אֲנִי טַפֵּל לֵאֲתָרִי. וְהִסְרִירֹתִי אֶת כְּפִי אֲמַר לוֹ הַקְּב"ה: אֲנִי מֵרָאָה לְךָ מִתָּן שִׁכְרֹן שֶׁל צְדִיקִים, שְׂאֵנִי עֲתִיד לִיתֵן לָהֶם בְּאַחֲרִית הַיָּמִים. אָמַר רַבִּי אֲסִי: הַסְעוּדָה שֶׁל גֵּן עֵדֶן רָאוּ נְבִיאִים, וּמִתָּן שִׁכְרֹן לֹא רָאוּ, שְׂנֵאֲמַר (ישעיה סד): עֵין לֹא רָאֵתָה אֱלֹקִים זֹולָתְךָ יַעֲשֶׂה לְמַחֲכָה לוֹ. וְכֵן דוּד

אמר (תהלים לא): מה רב טובך אשר צפנת ליראיך. מה כתיב למעלה?
...

“The L-rd said: Behold, there is a place with Me, and you shall stand on the rock” (Exodus 33:21). “The L-rd said: Behold, there is a place with Me, and you shall stand on the rock.” Rabbi Yosei bar Rabbi Hanina said: “Behold I am at this place” is not written here, but rather, “there is a place with Me.” My place is ancillary to Me and I am not ancillary to My place. “I will remove My hand and you will see My back, but My face will not ...

Daat Shemot Rabbah (Public Domain) · The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

8

שהוא . . ואין העולם מקומו

平行文本给出了这句话的出处：Midrash Rabbah 在 Vayetzei 篇开篇第 68 节，论“他遇见那地方”；以及 Ki Sisa 篇第 45 节末尾附近，论“看哪，有一处与我同在”。

KEHOT 注释

”כמאמרז'ל במד'ר ר"פ ויצא תוך פס"ח ע"פ ויפגע במקום, וכ"ה בפי' תשא פמ"ה קרוב לס"פ ע"פ הנה מקום אתי — אזה"ת בראשית כרך ו תתרכג, ב (מלקו"ת לג"פ). בסה"מ תרל"ח בד"ה ואשא אתכם ע' ריו. ראה בלקו"ת ויקרא נא, סע"ב.

9

שהוא מקומו של עולם ואין העולם מקומו

米德拉什解释为何称 ה' 为“地方”：祂是世界的所在，世界却不是祂的所在；米德拉什引用“看哪，有一个地方与我同在”作为依据。

Bereshit Rabbah 68:9 ט"ז: ט' בראשית רבה ס"ח: ט"ז

ויפגע במקום - ר' הונא בשם ר' אמי אמר: מפני מה מכנין שמו של הקב"ה וקוראין אותו מקום? שהוא מקומו של עולם, ואין עולמו מקומו, מן מה דכתיב (שמות לג): הנה מקום אתי, הוי, הקדוש ברוך הוא מקומו של עולם, ואין עולמו מקומו. אמר רבי יצחק: כתיב (דברים לג): מעונה אלקי קדם, אין אנו יודעים אם הקב"ה מעונו של עולמו ואם עולמו מעונו, מן מה דכתיב (תהלים צ): ה' מעון אתה, הוי. הקדוש ברוך הוא מעונו של עולמו, ואין עולמו מעונו. אמר רבי אבא בר יודן: לגבור, שהוא רוכב על ...

“He encountered the place and spent the night there because the sun had set; he took from the stones of the place, which he placed beneath his head, and lay down in that place” (Genesis 28:11). “He encountered [vayifga] the place” – Rav Huna said in the name of Rabbi Ami: Why do they change the name of the Holy One blessed be He and call Him the Omnipresent [hamakom]? It is because He is the place [mekomo] of the world, and His world is not His place. From what ...

Daat Bereshit Rabbah (Public Domain) · The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

10

כי מן השמים דברתי

十诫之后， ה' 对以色列说：“你们看见我从天上对你们说话”；这表明，托拉是“从天上”而来的。

Exodus 20:19 ט"ט: כ' שמות כ' י"ט

וַיֹּאמֶר ה' אֶל־מֹשֶׁה כֹּה תֹאמַר אֶל־בְּנֵי יִשְׂרָאֵל אֲתֵם רְאִיתֶם כִּי מִן־הַשָּׁמַיִם דִּבַּרְתִּי עִמָּכֶם:

And the L-RD said unto Moses: Thus thou shalt say unto the children of Israel: Ye yourselves have seen that I have talked with you from heaven.

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

KEHOT 注释

שמות כ, יט.

11

התורה היא מן השמים . . שמים אש ומים

策马赫·策德克指出，此处值得研究：在《Torah Ohr》Miketz 篇“因为生命的源头在于你”以及本篇 maamar 后文，天中的“水”被解释为智慧（חכמה, Chochmah）；而在此处，火与水则被解释为慈爱与克制。

KEHOT 注释

ראה אזה"ת כרך ו תתרכג, ב (מלקו"ת לג' פרשיות א, א) שצ"ע שלקמן פ' מקץ בד"ה כי עמד מקו"ח (לד, ד) מפרש שהכוונה על חכמה, וכן לקמן במאמר זה מפרש כן, וכאן מפרש על חו"ג ע"ש.

12

שמים אש ומים

《塔木德》解释“天”（שמים, shamayim）一词：它由火（אש, esh）与水（מים, mayim）构成； ה' 将二者调和在一起，造出了诸天。阿尔特雷贝将此应用于托拉。

חגיגה י"ב א"י ט"ז-כ"ט Chagigah 12a:19-20

מאי "שמים"? אמר רבי יוסי בר חנינא: ששם מים. במתניתא תנא: אש ומים, מלמד שהביאן הקדוש ברוך הוא וטרפן זה בזה, ועשה מהן רקיע. שאל רבי ישמעאל את רבי עקיבא דשקיו מהלכין בדרך, אמר לקה: אתה ששימשות את נחום איש גם זו עשרים ושתים שנה, שקיה דורש כל "אתיו" שבתורה, את השמים ואת הארץ, מה היה דורש בהן? אמר לו: אילו נאמר "שמים וארץ", הייתי אומר: "שמים" — שמו של הקדוש ברוך הוא. עקשיו שנאמר: ...

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

13

מימינו אש דת למו

摩西描述托拉的赐予：“从祂的右手，为他们颁下火焰般的律法。”阿尔特雷贝将右手解作水，将火解作律法，因此托拉也同样是“火与水”。

דברים ל"ג:ב Deuteronomy 33:2

וַיֹּאמֶר ה' מְסִינִי בָּא וְזָרַח מִשְׁעִיר לְמוֹ הוֹפִיעַ מִהַר פָּאֶרָן וְאֵתָה מְרַבֵּת קֶדֶשׁ מִימִינוֹ אֵשׁ דֵּת לְמוֹ:

And he said: The L-RD came from Sinai, And rose from Seir unto them; He shined forth from mount Paran, And He came from the myriads holy, At His right hand was a fiery law unto them.

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

KEHOT 注释

דברים לג, ב. בבדך 1092, ובבדך 1824 לו, א, ובבדך 2044 רלד, א נוסף: שמיני בחי' מים ומבחי' אש נעשה דת למו.

第2段

14 ושמרתם את חוקותי

Kehot的注释指向这节经文：“你们要谨守我的律例……人所当行的。”这也把人确立为“行”托拉的主体。

Leviticus 18:5 ה' יקרא י"ח:ה'

ושמרתם את־חוקתי ואת־משפטי אשר יעשה אתם האדם וחי בהם אני Havayah

Ye shall therefore keep My statutes, and Mine ordinances, which if a man do, he shall live by them; I am the L-RD.

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

KEHOT 注释

ויקרא יח, ה.

15 通过摩西（משה）颁布的命令：“你们要谨守我的律例，并遵行；我是 הויי（Havayah），使你们成圣的那一位。”「אתם」（osam，“他们”）一词的拼写中省去了字母 vav；阿尔特·雷贝将它读作「אתם」（atem，“你们”）：人正是使托拉得以成就的那一位。

Leviticus 20:8 ה' יקרא כ:ח:

ושמרתם את־חוקתי ועשיתם אתם אני ה' מקדשכם:

And keep ye My statutes, and do them: I am the L-RD who sanctify you.

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

16 וכך אנו מבקשים

《托拉·奥尔》（תורה אור）第一版上的一条手写批注，指引读者参阅米特勒雷贝（אדמו"ר האמצעי）论述示玛祷文的著作中的这段文字；该处讨论了示玛祷文之前祝福词中的祈求。

KEHOT 注释

”ע' אמרי בינה פתח השער ט, ב סי' ט"ו — הג"ה בכת"י על תו"א דפוס ראשון.

17 תחלה לעשותה ואח"כ לקיימה

策马赫·策德克解释“先使它得以成就，然后再将它成全”：首先要把托拉从其源头——世界出现之前的“两千年”这一层面——引入“世界”这一层面。这使这段祈祷与第4段相联系。

KEHOT 注释

”דהיינו תחלה להמשיכה ממקורה מבחי' אלפים שנה שקדמה לעולם להמשיכה בבחי' עולם — אוה"ת שלה ע' תקפא.

18 ע"י אב הרחמן

在那里，阿尔特雷贝解释说，大集会贤士把求怜悯的祈求安排在示玛祷文之前——“我们的父，慈悲的父啊，怜悯我们，把理解赐在我们心中”，以及“因着你极大的慈悲”——因为理解源自唤起 ה'的慈悲。

KEHOT 注释

ראה לקו"ת ראה כה, ב.

19 ותן בלבנו בינה

一篇较晚的讲论被这条关于“把理解赐在我们心中”的批注引用，作为平行论述。

KEHOT 注释

ראה ד"ה כל הנקרא בשמי תרצ"ו ע' 107.

20

אב הרחמן רחם עלינו ותן בלבנו בינה

Shema（שמע）之前的祝福（在阿尔特·雷贝（אדמו"ר הוקן）所用的礼仪中称为Ahavas Olam（אהבת עולם））这样祈求：“慈悲的父啊，求你怜悯我们，并将理解放在我们的心中……使我们谨守、实行并履行。”阿尔特·雷贝既解读了这祈求的次序，也解读了它所求的内容。

Siddur Ashkenaz, Weekday, Shacharit, Blessings of the Shema, Second Blessing before Shema, אשכנז, סידור

ימי חול, תפילות שחרית, ברכות קריאת שמע, אהבת ישראל

אהבה רבה אהבתנו ה' אלקינו חמלה גדולה ויתרה חמלת עלינו: אבינו מלכנו בעבור אבותינו שבטחו בד' ותלמידם חקי חיים כן תחננו ותלמידנו: אבינו האב הרחמן המרחם רחם עלינו ותן בלבנו להבין ולהשפיל לשמע וללמד וללמד לשמר ולעשות ולקיים את־כל־דברי תלמוד תורתך באהבה: והאר עינינו בתורתך ודבק לבנו במצותיך ויחד לבנו לאהבה וליראה את־שמך: ולא נבוש לעולם ועד כי בשם קדשך הגדול והנורא נשתחו ...

[With] unbounded love You have loved us Adonoy, our G-d; [With] great and abundant pity have You pitied us. Our Father, our King! for the sake of our forefathers who trusted in You, and whom You taught statutes of life, so too, be gracious to us and teach us. Our Father, merciful Father, Who acts with compassion have compassion on us and put into our hearts to comprehend, and to be intellectually creative, to listen, to learn, and to teach, to preserve, to practice, and to fulfill all the words ...

The Metsudah siddur, 1981 (CC-BY) · Translation based on the Metsudah linear siddur, by Avrohom Davis, 1981 (CC-BY)

第3段

21 שמע לשון הבנה

那里也将Shema解释为“理解”：诵读Shema的第一节时，人观照超越诸世界的无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）是“我们的 ה'”，也是诸世界从无中得以存在的根源。

I Samuel 3:10 ה' יקרא א ג' יו'

ויבא ה' ויתעב ויקרא כפעם־בפעם שמואל שמואל ויאמר שמואל דבר כי שמע עבדך:

And the L-RD came, and stood, and called as at other times: 'Samuel, Samuel.' Then Samuel said: 'Speak; for Thy servant heareth.'

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

KEHOT 注释

כמ"ש דבר כי שומע, שמואל-א ג, י. נסמן לקמן לה, ב.

22

שמע שם ע'

初版的一条手写旁注在此指向：Imrei Binah论述放大的ayin之“名与ayin”；旁注说，在那里，“尊大属于你， ה'”这句经文得到了很好的阐释。

KEHOT 注释

”ע' אמרי בינה שער הק"ש ענין שם ע' רבתי ומתפרש יפה פי' הפסוק לך ה' הגדולה בסי' ג ובסי' ו — הג"ה בכת"י על תו"א הנ"ל. ראה לקמן קה, ג. לקו"ת ואתחנן יא, ב. ושם מציין לכאן.

23 大卫在全会众面前称颂 הויי（Havayah），说：「尊大、能力、荣美、胜利和辉煌都属于你。」这份列举指出了神圣属

性，而「属于你」表明它们全然属于 ה'。

I Chronicles 29:11א"י: כ"ט: א' דברי הימים

לְה' ה' הַגְדֹּלָה וְהַגְבוּרָה וְהַתְפָּאָרֶת וְהַנִּצָּחַת וְהַיְהוּד כִּי־כָל בְּשָׂמִים וּבְאָרְץ לְה' הַמְקִלָּה וְהַמְתַּנְשָׂא לְכָל לְרֹאשׁ:

Thine, O L-RD, is the greatness, and the power, and the glory, and the victory, and the majesty; for all that is in the heaven and in the earth is Thine; Thine is the kingdom, O L-RD, and Thou art exalted as head above all.

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

24 ש"ה רבתי — לבד

手稿读作bilvad, 而非levad (“独自”); 意思相同。

KEHOT 注释

בנוך 1824: בלבד.

25 מלכותך מלכות כל עולמים

「你的王权是统辖一切世界的王权」: 王权 (מלכות, Malchus) 是延展至一切世界的, 因此它只是一个「名」。

Psalms 145:13ג"ה: קמ"ה: תהילים

מְלֻכּוֹתֶךָ מְלֻכּוֹת כָּל־עֲלָמִים וּמִמְשָׁלְתֶךָ בְּכָל־דּוֹר וְדוֹר:

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 注释

תהלים קמה, יג.

第4段

26 להבין דבר מתוך דבר . . בחי' ממכ"ע

在那里, 解释王权 (מלכות, Malchus) 如何作为充满一切世界的光, 下降经过所有世界时, 文本引用了这篇maamar: “从一事之中理解另一事” 中的“事物之中”是充满一切世界的光, 而“事物”本身则是王权的本质, 即环绕一切世界的光。

KEHOT 注释

לקמן קיג, ג, לקו"ת בהר כה, ב מציין לכאן.

27 ולית מחשבה כו'

此处文字引自 Tikkunei Zohar, Patach Eliyahu · 17a:10–12; 下方列出相关段落。

תקוני זוהר 12–17a:10 Tikkunei Zohar, Patach Eliyahu · י"ז א: י"ז ב

אנת הוא עלאה על כל עלאין סתימא על כל סתימין. לית מחשבה תפיסא בך כלל. אנת הוא דאפיקת עשר תקונין. וקרינן לון עשר ספירן. לאנהגא בהון עלמין סתימין דלא אתגליין. ועלמין דאתגליין. ובהון אתכסיאת (נ"א אתכסיא) מבני נשא. ואנת הוא דקשיר לון ומיחד לון. ובגין דאנת מלגאו. כל מאן דאפריש חד מן חבריה מאלין עשר. אתחשיב ליה כאלו אפריש בך.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

ת"ז בהקדמה (פתח אליהו).

28 ולית מחשבה כו' ולא מכל מדות אלין כלל

以利亚 (אליהו) 的祷文《Patach Eliyahu》(פתח אליהו) 说, 他根本不是这些属性中的任何一种; 在这段话之前 (17a) 紧

接着说: “没有任何思想能够完全领会称。”这两处都表明, 他超越流溢属性 (ספירות, Sefiros)。

תקוני זוהר י"ז ב: ד-ז-7-5 Tikkunei Zohar 17b:5

אבל לאו דאית לך צדק ידיעא דאיהו דין. ולא משפט ידיע' דאיהו רחמי ולא מכל אלין מדות כלל. קום רבי שמעון ויתחדשון מלין על ידך דהא רשותא אית לך (נ"א אתיהיב לך) לגלאה רזין טמירין על ידך מה דלא אתיהיב רשו לגלאה לשום בר נש עד כען. קם רבי שמעון פתח ואמר לך יי' הגדולה והגבורה וכו'

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

29 מי לי בשמים

“除祢以外, 我在天上还能有谁? 除祢以外, 我在地上也无所欲求。”诗篇作者所求的是 ה'本身, 而不是祂的任何恩赐或显现。

Psalms 73:25ה"ג: כ"ה: תהילים

מִי־לִי בְשָׁמִים וְעִמָּךְ לֹא־תִפְצְתִי בְּאָרְץ:

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 注释

תהלים עג, כה.

30 אם ישים אליו לבו

照字面看, 以利户 (אליהוא) 这样论及 ה': 若祂定意如此, 并把人的灵与气息收回自己那里, 一切有血肉者便会一同灭亡。maamar却作相反的解读: 若一个人将心转向 ה', 他便把自己的“灵与气息”收聚到那个人身上。

איוב ל"ד: י"ד-14 Job 34:14

אִם־יִשִּׁים אֱלֹהֵי לְבוֹ רֹחוֹ וְנִשְׁמָתוֹ אֵלָיו יֵאָסֶף:

If He set His heart upon man, If He gather unto Himself his spirit and his breath;

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

KEHOT 注释

איוב לד, יד.

31 רוח אייתי רוח

《Zohar》(זהר) 教导说, 灵引来灵, 并引出灵: 由下而起的激发, 会引下来自上方的回应。

זח"ב קסב, Zohar II, 162b

KEHOT 注释

זח"ב קסב, ב.

32 בקרב איש ולב עמוק

诗篇作者描述了密谋者隐秘的计划: “人的内里, 以及深处的心。” 阿尔特·雷贝 (אדמו"ר חזקן) 借用这些话, 指心最深处—— ה'的临在聚集之处。

Psalms 64:7ז"ד: ס"ד: תהילים

יִחְפְּשׁוּ־עוֹלֹת תִּמְנוּ חֶפֶשׁ מִחֶפֶשׁ וְקָרַב אִישׁ וְלֵב עִמָּק:

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)

33

והיו הדברים האלה אשר אנכי

“我今日吩咐你的这些话，要在你心上”——这是“你要爱”之后的那节经文；阿尔特·雷贝将“我”解作：自身的本质。

Deuteronomy 6:6 ו'ו' דברים

וְהָיוּ הַדְּבָרִים הָאֵלֶּה אֲשֶׁר אֲנִי מִצְוֶה הַיּוֹם עַל-לִבְּךָ:

And these words, which I command thee this day, shall be upon thy heart;

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

34

אנכי מי שאנכי

那里解释了“我，我之所是”：除了“我自己”——自身的本质，超越一切把握——无人知晓并把握Anochi这一层面；在10c处则说，这是祂的本质与存在，完全不在任何把握的范围之内。

Zohar I, 167b קסז, זח"א

KEHOT 注释

ראה זח"א קסז, ב. לקו"ת להאריז"ל תולדות כז, יט. בלקו"ת במדבר א, ב "פי" שאין מכיר ומשיג בחי' אנכי אלא אנכי בעצמי". ושם י, ג "הוא בחי' עצמותו ומהותו שאינו בגדר תפיסה והשגה כלל". וראה שערי אורה שער חנוכה לא, א. שם לו, ב "דהיינו בחי' סוכ"ע הכללי". ראה לקמן ט, ג. יח, ב. לו, ב. לח, א. נא, א. נז, א. סד, ב. סו, ב. פב, ג. פד, ג. פז, ג. קט, א. ועוד.

35

התורה קדמה אלפים שנה לעולם

雷什·拉基什 (ריש לקיש) 说：托拉先于世界的创造两千年；这一点见于“我在她身旁，如同受抚育的孩子……日日如此”这句话，因为 ה' 的一日相当于一千年。

Midrash Tehillim 90:7 ו'ז' מדרש תהילים

תשב אנוש עד דכא. אמר רבי אבהו גדולה תשובה שקדמה לבריאת עולם שנאמר בטרם הרים יולדו תשב אנוש עד דכא. א"ר הונא בשם ריש לקיש אלפים שנה קדמה תורה לברייתו של עולם שנאמר (שם ל) ואהיה אצלו אמון ואהיה שעשועים יום יום. ויומו של הקב"ה אלף שנה שנאמר כי אלף שנים בעיניך כיום אתמול:

OYW (Public Domain)

Bereshit Rabbah 8:2 ב'ב' ראשית רבה ח'

... היום של ששי שואל של חמישי וכו', עד לראשון למי היו שואלין? לא לתורה, שקדמה לברייתו של עולם?! דאמר רבי שמעון בן לקיש: שני אלפים שנה קדמה התורה לברייתו של עולם, הדא הוא דכתיב (משלי ח): ואהיה אצלו אמון וגו'. ויומו של הקדוש ברוך הוא אלף שנים, דכתיב: כי אלף שנים בעיניך כיום אתמול. הוי, הזאת ידעת מני עד וגו'. התורה יודעת מה קודם לברייתו של עולם, אבל אתה אין לך עסק לדרוש, אלא (איוב כ): מני שים אדם עלי ארץ. ר' אלעזר בשם בן סירא אמר: בגדול ממך אל ...

Rav Hama bar Hanina began: "Have you known this from [oldest times?]" (Job 20:4). Rav Hama bar Hanina said: This is analogous to a city that received its supplies by donkey drivers. They would ask one another: 'What is the price of grain in the province today?' The Friday ones would inquire of the Thursday ones; the Thursday ones of the Wednesday ones; the Wednesday ones of the Tuesday ones; the Tuesday ones of the Monday ones; the Monday ones of the Sunday ones. The Sunday one, whom would he ...

Daat Bereshit Rabbah (Public Domain) · The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

Vayikra Rabbah 19 י"ט ויקרא רבה

Zohar II, 49a זח"ב מט, 49a

KEHOT 注释

מדרש תהלים צ, ד. — ועייג"כ ב"ר פ"ח, ב. ויק"ר פי"ט. תנחומא וישב ד. זח"ב מט, א. — ראה ד"ה איתא במדרש תהלים (קונטרס נט). — (הערת כ"ק אדמו"ר ז"ע בספר המאמרים ת"ש ע' 83). בלקו"ש חט"ו ע' 476 נדפס מכ' (מיום כג סיון תשי"ב) ביאור לד"ה זה: ... במענה על שאלותיו, זה מכבר, בתו"א בתחלתו בד"ה השמים כסאי: א) הא דאלפיים שנה קדמה תורה לעולם ואח"כ נמשכה בשמים וארץ — אם זהו ענין אחד עם האמור בזהר באד"ר, ע"ד חד אורחא ותרי"ג ארחין דאורייתא. הנה, בכלל, האמור בזהר שייך למצות, ששרשן בכתר גלגלתא, וכמוש"כ באגה"ק ס"ך, וכן"ה ג"כ בד"ה תקעו תרצ"א ס"ו שמביאו במכתבו (משא"כ תורה שמחכמה נפקת עיי"ש באגה"ק), כי גם התרי"ג ארחין הם בגלגלתא. ולפעמים מפרשים מאמר הזהר גם על התורה, אבל כמו ששרשה בכתר. וראה לקו"ת במדבר יא, ד. ב) מהו השייכות דבינה והתבוננות בלב לרחמים עליונים והתהוות התורה, — בלקו"ת לג' פרשיות (א, ב) מפרש ע"ז וז"ל: ועיין בתניא פמ"ה. . וגם כמו יוה"כ"פ שהוא התגלות הבינה ה"ז ע"י שמעוררים רחמים. — ויעיין בתניא שם, ובהגהות הצ"צ ע"ז שנדפסו בקונטרס רשימות איכה ע' כ"ב. ג) מש"כ שהמדות בטלים ונכללים במקורם — אם הכוונה לע"ס הגנוזות — הכוונה למקור המדות, היינו שכל המולידים, ז"ת דאימא. ועיין בזה באריכות בלקו"ת לג"פ (א, ג, ו, ג), ובהמשך ר"ה שנדפס לשנה זו. ד) התורה כבר נמסרה בעולם בשעת מ"ת ולמה צריכים לאתדל"ת — מובן ע"פ משג"ת בחילוק התורה שלפני התפלה ושלחרי", עיין לקו"ת ברכה (צו, ב) ובכ"מ. ה) כותב דרוחו ונשמתו אליו יאסוף בקרב איש ולב עמוק, ובסוף המאמר איתא שהוא רק בבחי' מקיף וסובב. הרי כתב גם בסוף המאמר דמעט מזער נתפס בפני' הלב, וממכ"ע לגבי סוכ"ע הוא מעט מזער. ראה תניא פמ"ח, ועיי"כ בהוספות לתו"א ד"ה אם ישים — דיאסוף היינו אורות בכלים. ו) גם המשכה דידבר הוי' אל משה נעשה ע"י ואהבת גו', וכמוש"כ בפ"י בלקו"ת לג"פ (יא, ג). ועיי"כ אמרי בינה שער הק"ש ספמ"ג. ז) הארץ הדום רגלי — מפרש דמצות מעשיות מעלים הרגל — כנס"י למעלה והאדם למטה — והיינו העלאתם והתכללות של ג' (בה"י דלבר מגופא, תרין שוקין, רגל) במוחין, ע"י שנכללין מקודם במדות (וא"י) והמדות במוחין (יו"ד). ונת' בפרטיות בלקו"ת לג"פ (ח, א. ואילך). ח) זה שהנשמה המלוכשת בגוף פועלת היחוד דאורייתא וקוב"ה — ב' טעמים בדבר: מפני שעסקה בניצוצות דתהו שקדם לתיקון. והעיקר — שעבודתה למטה גורם, בב"א, עבודת שרשה בכל העולמות וגם מה שלמעלה מעולמות, כי היא כחבל שראשו קשור למעלה. ועיין אגרת התשובה פ"ה, קו"א לתניא בתחילתו, הגה"ה שני' בתניא פ"מ. וראה ג"כ מאמר דשבת מברכין סיון ה'תשי"ב. ט) מש"כ בביאור דד"ה כי כאשר השמים ספ"ד ענין ג' הור"ן דויסע כו' — הוא לרא' לבאר מאין ממשיכין, שהוא מהיודי"ן כו'. ועיין תו"א ויצא ביאור דושבתי בשלום. (יוד) כח הצמיחה הפרטי, דצומח פרטי, גם הוא נמצא בארץ, ולא בגרעין, אלא שהגרעין מעורר אותו, היינו, שיצמח עשב זה ולא אחר. ראה אגה"ק סוף ס"ך. ד"ה יביאו לבוש (ש"א) פכ"ו. וככה הגדול פמ"ד. ועוד.

36

פי' עולם נקרא בחינת אש ומים

在那里，阿尔特雷贝解释每一种物质之物中的灵性生命力也称作“地方”（“看哪，我这里有一处地方”）时，引用了这篇maamar：“世界”称为火与水这一层面，也就是上界的属性。

KEHOT 注释

נזכר בלקו"ת בחוקותי מה, ב.

שמות ב, י.

37

ודברת בם

“你们要把这些教导给你们子女，并谈论这些事。”说出托拉的话语，被理解为将无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）引入托拉之中。

Deuteronomy 6:7 ו'ז:7 דברים

וְשִׁנְתָּם לְבָנֶיךָ וְדַבַּרְתָּ בָם בְּשִׁבְתְּךָ בְּבֵיתְךָ וּבְלִקְחֶךָ בְּדֶרֶךְ וּבְשֹׁכְכְךָ וּבְקוּמֶךָ:

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)

38

עולמים — פי תוך דבר

在那里，阿尔特雷贝解释人如何得知环绕之光时，引用了这篇maamar: “从一事之中理解另一事”，意指我们从充满一切世界的光——流入世界之中的光——理解环绕一切世界的光。

KEHOT 注释

מובא בלקו"ת ואתחנן ו, ג.

第5段

39

וזהו ענין וידבר ה' אל משה

首版上的一条手写批注认为，本段或许依据 Iggeres HaKodesh (אגרת הקודש) 12; 该处说，托拉中未加限定的 ה', 指的是荣美 (תפארת, Tiferes) 这一属性。

KEHOT 注释

”לכמוני השפל הדל נראה דזה הוא עפ"י מה דאיתא באגה"ק סי' יב וז"ל: ולכן סתם שם הוי"ו ב"ה שבכל התורה מורה על מדת התפארת כו' ע"ש, ואם שגיתי ה' יכפר בעדי — הג"ה בכת"י על תו"א הג"ל.

40

לבחנית משה שהוא מבחי' כי מן המים משיתיהו

一条手写批注把这里与本篇第11段联系起来: “天 (שמים, shamayim) 就是 ‘那里有水’ (שם מים, sham mayim), 因为托拉源自 חכמה。”批注者认为，或许因此托拉被称为“摩西的托拉”，因为摩西是“从水中被拉出来的”。

KEHOT 注释

”נראה דזהו ע"פ מש"כ לקמן בד"ה והנה זהו דרך כלל כו' ושם וז"ל שמים שם מים דאורייתא מחכמה נפקת, ואולי אפשר לתת טעם שנק' תורת משה — מטעם הזה דאורייתא מחכמה נפקת — ומשה מן המים משיתיהו וז"ל — הג"ה בכת"י על תו"א הג"ל.

41

כי מן המים משיתיהו

法老的女儿给他起名叫摩西 (משה)，因为“我把他从水中拉出来了”。阿尔特雷贝 (אדמו"ר הזקן) 将摩西与“水”联系起来; 妥拉源自智慧 (חכמה, Chochmah)。

Exodus 2:10 ו'י:10 שמות

וַיַּגְדֵּל הַיֶּלֶד וַתְּבַאֲהוּ לְבַת־פַּרְעֹה וַיְהִי־לָהּ לְבֵן וַתִּקְרָא שְׁמוֹ מֹשֶׁה וַתֹּאמֶר: כִּי מִן־הַמַּיִם מִשִּׁיתִּיהוּ:

And the child grew, and she brought him unto Pharaoh's daughter, and he became her son. And she called his name Moses, and said: 'Because I drew him out of the water.'

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

KEHOT 注释

42

שו"ה הרי היא — כסא ע"ד

手稿写作: “这是‘我的宝座’，如同一个宝座，是譬喻说法”，而不是“它是一个宝座，是譬喻说法”。

KEHOT 注释

בכת"י: הרי היא כסאי כמו כסא: עד"מ.

43

דאנת חכים

此处文字引自 Tikkunei Zohar, Patach Eliyahu · 17b:3-4; 下方列出相关段落。

תקוני זוהר י"ז ב:ג-ד' 4-3:17b Tikkunei Zohar, Patach Eliyahu · 17b:3-4

אנת חכים ולא בחכמה ידיעא. אנת הוא מבין ולא מבינה ידיעא. לית לך אתר ידיעא אלא לאשתמודעא תוקפך וחילך לבני נשא. ולאחזאה לון איך אתנהיג עלמא בדינא וברחמי דאינון צדק ומשפט כפום עובדיהון דבני נשא. דין איהו גבורה. משפט עמודא דאמצעיאת. צדק מלכותא קדישא. מאזני צדק *תרין סמכי קשוט. הין צדק אות ברית. כלא לאחזאה איך אתנהיג עלמא.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

ת"ז בהקדמה (פתח אליהו).

44

דאנת חכים ולא בחכמה ידיעא ומבין ולא בבינה ידיעא

以利亚 (אליהו) 的祷告: “你有智慧，却不是以可知的智慧; 你有理解，却不是以可知的理解。” ה' 的智慧超越我们的智慧，却降入妥拉之中。

תקוני זוהר י"ז ב:ג-ד' 4-3:17b Tikkunei Zohar 17b:3-4

אנת חכים ולא בחכמה ידיעא. אנת הוא מבין ולא מבינה ידיעא. לית לך אתר ידיעא אלא לאשתמודעא תוקפך וחילך לבני נשא. ולאחזאה לון איך אתנהיג עלמא בדינא וברחמי דאינון צדק ומשפט כפום עובדיהון דבני נשא. דין איהו גבורה. משפט עמודא דאמצעיאת. צדק מלכותא קדישא. מאזני צדק *תרין סמכי קשוט. הין צדק אות ברית. כלא לאחזאה איך אתנהיג עלמא.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

45

ומעשרות וקרבות

注释说，这里提到什一奉献和祭祀之处，在 Or HaTorah (אור התורה), Behaalosecha 中有解释。

KEHOT 注释

נתבאר באוה"ת בהעלותך ע' שסד.

第6段

46

אמרו בגמרא על פסוק כרסון רמיו

但以理 (דניאל) 看见“宝座被设立”，又看见亘古常在者坐着; 《塔木德》问，为何用复数。

דניאל ז'ט:9 Daniel

תָּזַה הָיִית עַד דַּי כְּרִסּוֹן רַמְיָו וְעִתִּיק יוֹמָיו וְיָב לְבוּשָׁה כְּתֹלַג תֹּר וְשֹׁעַר רֹאשָׁה כְּעֶמֶר נָקָא כְּרִסְנָה שְׁבָבִין דִּינִיּוֹר גְּלָגְלוּהִי נוֹר דְּלָק:

I beheld Till thrones were placed, And one that was ancient of days did sit: His raiment was as white snow, And the hair

of his head like pure wool; His throne was fiery flames, and the wheels thereof burning fire.

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

חגיגה י"ד א:י"ח Chagigah 14a:6

קִיבְלָה מִיָּמִינָה, אוֹ לֹא קִיבְלָה מִיָּמִינָה? תָּא שְׁמַע: אֶחָד לְדִין וְאֶחָד לְצִדְקָה, דְּבָרֵי רַבִּי עֲקִיבָא. אָמַר לוֹ רַבִּי אֱלֶעָזָר בֶּן עֲזַרְיָה: עֲקִיבָא, מַה לָּךְ אָצִיל הִגָּדָה! כָּלָךְ מְדַבְּרוּתִיךְ אָצִיל נִגְעִים וְאִתְּלֹת. אֵלָּא: אֶחָד לְכֶסֶּא וְאֶחָד לְשִׁרְפָּרָה. כֶּסֶּא — לֵישִׁב עָלָיו, שִׁרְפָּרָה — לְהָדוּם רַגְלָיו, שְׁנֵאמַר: "הַשָּׁמַיִם כֶּסֶּאִי וְהָאָרֶץ הָדוּם רַגְלִי".

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

סנהדרין ל"ח ב:י"ח Sanhedrin 38b:18

קִבְלָה מִיָּמִינָה אוֹ לֹא קִבְלָה מִיָּמִינָה? תָּא שְׁמַע, דְּתַנָּיָא: אֶחָד לְדִין וְאֶחָד לְצִדְקָה, דְּבָרֵי רַבִּי עֲקִיבָא. אָמַר לוֹ רַבִּי אֱלֶעָזָר בֶּן עֲזַרְיָה: עֲקִיבָא, מַה לָּךְ אָצִיל הִגָּדָה? כָּלָךְ אָצִיל נִגְעִים וְאִתְּלֹת! אֵלָּא, אֶחָד לְכֶסֶּא וְאֶחָד לְשִׁרְפָּרָה: כֶּסֶּא לֵישִׁב עָלָיו, שִׁרְפָּרָה לְהָדוּם רַגְלָיו.

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

ברכות י' Berakhot 10b

KEHOT 注释

דניאל ז, ט. חגיגה יד, א (ראה אוה"ת נ"ך-א ע' שיג "כרסון רמיו וע"י יתיב כו' אחד לכסא ואחד לשרפרף שנאמר השמים כסאי כו'"). סנהדרין לח, ב. וראה ברכות י, ב.

第7章

47 והענין כי הנה כנס"י

该注释引用此处，作为以色列会众被称为“足”的相应出处。

KEHOT 注释

ראה סה"מ תרכ"ז [הוצאת תש"ס] עמוד סז.

48 וברא כרעא דאבוה

那里“儿子是父亲的腿”用来说明永胜 (נצח, Netzach): 不经 intellect 而运作的自然之爱称为“腿”，处在身体之外；Adam Kadmon 的最低层延伸至行动界 (עשיה, Asiyah) 的尽头。因此，即使是最简单的犹太人，也能为圣化 ה'而献出生命。

יבמות ג' א:ב'ד'4-3a:2 Yevamot

דָּאָמַר רַבָּא: אָמַר לִי רַב יִצְחָק בַּר אֲבָדִימִי: אֵתְנָא "הִנֵּה" אֵתְנָא "זִמָּה" זִמָּה! הִשְׁתַּמַּת דְּאִמְרַת כָּל מַלְתָּא דְּאֵתְנָא מִדְּרָשָׁא חֲבִיבָא לְקָה, לִיתְנִי לְאִחוֹת אִשָּׁה לְבִסּוּף! אִיזִידִי דְּאִיזִירִי בְּאִיסּוּר אֲחוֹתָא, תֵּנָא אֲחוֹת אִשְׁתּוּ.

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

KEHOT 注释

יונת אלם רפ"ב, ראה יבמות ג, א תוד"ה מקמי. וראה לקמן עח, ב. ובמ"מ ללקויות ואתחנן יב, ג.

49 וברא כרעא דאבוה

Tosafos (תוספות) 使用塔木德式说法“儿子是父亲的腿” (bera kar' a de' avuha): 儿子是父亲的延伸。Kehot的

注释在此处指向这一点；这篇 מאמר (maamar) 将此应用于以色列，把以色列称为 ה' 的“脚”。

Tosafot on Yevamot 3a:7ד'א:א תוספות על יבמות ג' א:ד'7

מקמי אשת אחיו שלא היה בעולמו - וה"ה מקמי אשת אחיו מאמו וחדא מנייהו נקט דתרוייהו לאו קרובי עצמו וינהו אלא ע"י קידושין וכלתו שהיא אשת בנו קרובה מנייהו טפי אבל אין לומר דוקא לגבי אשת אחיו שלא היה בעולמו כלתו קרובה טפי לפי שלא היה בעולמו אבל לגבי אשת אחיו מאמו לא דבאשת בנו איפלג דרא כדאשכחן לענין עדות בב"ב (ד' קכח). דאפי' מאן דמכשר באבא דאבא פסיל בן אחיו דע"כ לענין עריות אשת בנו קרובה טפי מאשת אח שהבן כרעיה דאבואה הוא דקחשיב בתו ובת בתו קרובי עצמו ...

Vilna Edition (Public Domain)

50 שהדם הוא הנפש

“因为血就是灵魂（生命）。”头部的生命力，借着流经双足的血液而流通。

דברים י"ב:כ"ג Deuteronomy 12:23

רק תִּזְק לְבִלְתִּי אֲכֹל הַדָּם כִּי הַדָּם הוּא הַנֶּפֶשׁ וְלֹא-תֹאכַל הַנֶּפֶשׁ עִם-הַבָּשָׂר:

Only be stedfast in not eating the blood; for the blood is the life; and thou shalt not eat the life with the flesh.

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

51 וכן כמה רפואות יש שעושין ברגלים

在那里，Alter Rebbe 说，腿（永胜与辉煌 (הוד, Hod)）根植于冠冕 (כתר, Kesar)，承载着身体和头；头则因足而得到医治——足被放进热水里——因为头部的血管在足部，正如“它们的末端楔入它们的开端”。

KEHOT 注释

ראה לקו"ת מסעי צ, ג "וגם לרפואת הראש הוא ע"י הרגל שמשמין במים חמין וכדומה לפי שיש גידי הראש בהרגל " ע"ש שמציין לכאן. וראה בסה"מ תרל"ב כרך ב ע' שעח.

52 ובבחינה זו נקרא הרגל ראש . . שסופן הוא תחילתן שבחי' הרגל

נקרא ראש

第36章解释， ה'意愿在最低的领域——这物质世界——建立居所，因为在这里，祂的光隐藏得最深。该注释以此说明，最低处也就是“足”，才是 ה'本质真正的器皿；较高的世界所承受的只是显现。

תניא, חלק ראשון; ליקוטי אמרים36:5 Tanya, Likkutei Amarim

ל"ו:ה'

והנה, תכלית השתלשלות העולמות וירידתם ממדרגה למדרגה - אינו בשביל עולמות העליונים, הואיל ולהם ירידה מאור פניו ותבדד, אלא התכלית הוא עולם הנה התחתון, שגד עלה ברוצנו ותבדד, להיות נחת רוח לפניו ותבדד, כד אתפסא סטרא אחרא ואתהפך תשובא לנהורא - שניאר אור ה' אינ"סוף ברוח"ה הוא במקום החשך והסטרא אחרא של כל עולם הנה כולו, בניתר שאת וניתר עז ויתרון אור מן החשך, מהארתו בעולמות עליונים, שניאר ...

Kehot Publication Society (CC-BY-NC)

KEHOT 注释

משמע שמעלת הרגל "בבחי' זו" היא בדוגמת מעלת הראש בבחי' הגלויים, והיינו שנעיצת תחלתן בסופן הוא באופן, שבחי' סופן - רגל, הוא כלי לבחי' תחלתן - כמו שהראש הוא כלי לשכל. וכן מובן גם מענין

Sefer Yetzirah, Warsaw 1884 (Public Domain) • Sefer Yezirah, trans. by Isidor Kalisch. New York, 1877 (Public Domain)

56

אור ישר ואור חוזר

柴姆·策德克指出，这与“圆圈”不同：圆圈根本没有头或终点。这里则有头和终点，只是从上方看，智慧（חכמה，Chochmah）是头、王权（מלכות，Malchus）是终点；从下方看则相反。他在Vaeschanan中讨论为何起始嵌入的具体是终点而非中间。

KEHOT 注释

באווה"ת בראשית תתרכו, א מציין ע"ז "אינו דומה לבחי' עגולים, שבבחי' עגולים לא יש כלל ראש וסוף. אבל כאן הכוונה שיש ראש וסוף רק שמלמעלה למטה החכמה ראש והמלי' סוף ומלמטה למעלה בהיפוך". וראה באווה"ת פ' ואתחנן ע' קעד וע' רצג ואילך למה דוקא נתב"ס ולא באמצע.

57

וישראל נקרא ראשית

Torah Ohr 初版上的一条手写批注，提到了中间雷贝（אדמו"ר האמצעי）关于以色列被称为“首要”的这些讲论。

KEHOT 注释

"ע' תו"ח פ' חיי שרה בד"ה והנערה טובת מראה כו' בסי' כו. בד"ה ומעתה יש להקדים עוד ענין א' כו' [##] ". הג"ה בכת"י על תו"א הנ"ל.

58

וישראל נקרא ראשית

拉希（רש"י）引用贤者们的话说，世界是“为了以色列而创造的，因为以色列被称为 ראשית（reishis，意为“第一”），这句话出自《耶利米书》2:3。

Rashi on Genesis 1:1:2/ב'א':א' על בראשית א'

בראשית ברא אין המקרא הזה אומר אלא דרשני, כמו שדרשוהו רבותינו בשביל התורה שנקראת ראשית דרכו (משלי ח'), ובשביל ישראל שנקראו ראשית תבואתו (ירמיה ב'); ואם באת לפרשו כפשוטו, כך פשוטו בראשית בריאת שמים וארץ, והארץ היתה תהו ובהו וחשך ויאמר אלקים יהי אור ולא בא המקרא להורות סדר הבריאה לומר שאלו קדמו, שאם בא להורות כך, הנה לו לכתב בראשונה ברא את השמים וגו' שאין לה ראשית במקרא שאינו דבוק ...

IN THE BEGINNING GOD CREATED — This verse calls aloud for explanation in the manner that our Rabbis explained it: G-d created the world for the sake of the Torah which is called (Proverbs 8:22) “The beginning (ראשית) of His (G-d’s) way”, and for the sake of Israel who are called (Jeremiah 2:3) “The beginning (ראשית) of His (G-d’s) increase”. If, however, you wish to explain it in its plain sense, explain it thus: At the beginning of the Creation of heaven and earth when the earth was ...

Pentateuch with Rashi’s commentary by M. Rosenbaum and A.M. Silbermann, 1929-1934 (Public Domain) • Pentateuch with Rashi’s commentary by M. Rosenbaum and A.M. Silbermann, 1929-1934 (Public Domain)

59

וישראל נקרא ראשית

“以色列归 ה' 为圣，是祂出产的第一份（ראשית）”——这就是以色列被称为“第一”的经文依据。

Jeremiah 2:3/ב'ג':א' ירמיהו

קדש ישראל לה' ראשית תבואתה כל־אכליו יאשמו רעה תבא אליהם נאם־ה'

Israel is the L-RD’S hallowed portion, His first-fruits of the increase; all that devour him shall be held guilty, evil shall

ד' דירה בתחתונים " מה שדוקא התחתונים הם דירה לעצמותו ית' (ובעולמות העליונים — רק גילוי, שזהו "ירידה מאור פניו ית' " תניא פליו. נת' בד"ה באתי לגני תשריא פ"ה. וש"נ) — שזהו לא רק לפי שהגילויים שישנם בעליונים מסתירים על העצמות, ובעוה"ז — אין הסתר זה, אלא גם) לפי שההרגש שמציאותו מעצמותו — בעוה"ז, הוא בדוגמת והוא "כלי" ודירה להעצמות שמציאותו מעצמותו (אגה"ק סי' כ'). ביאורה"ז בשלח מג, ג, ביאורה"ז לצ"צ ע' ריד. וראה המשך ר"ה תרצ"ד (פי"ד. ובד"ה בסוכות שם בתחלתו), מצה זו תש"ז פ"ב. ובכ"מ). לקו"ש ח"ט ע' 75 הערה 30.

53

בנים אתה לה'

“你们是 הו"י (Havayah) 的儿女。”作为儿女，犹太民族是他们父亲的延伸，是祂的“脚”。

Deuteronomy 14:1/א'י"ד:דברים

בנים אתם לה' אלקיכם לא תתגדדו ולא־תשימו קרחה בין עיניכם למת:

Ye are the children of the L-RD your G-d: ye shall not cut yourselves, nor make any baldness between your eyes for the dead.

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

KEHOT 注释

דברים יד, א.

第 8 段

54

נעוץ תחילתן בסופן

在那里，阿尔特·雷贝（אדמו"ר הוקן）解释说，“其终未嵌入其起始”——终未具有头部所没有的优势——只存在于修复界（ספירות，Tikkun）中；在那里，各流溢属性（Sefiros）形成完整的构形，而在混沌界（תהו，Tohu）则不存在这一点。他把这比作灵魂的力量：头部的智力远高于脚部的行走能力，但脚有其自身的优势。

KEHOT 注释

ספר יצירה פ"א מ"ז. ראה גם לקמן נב, א. ראה לקו"ת תצא לה, ב. ביאורה"ז לצ"צ ח"ב ע' תר ומציין שם לכמה דרושים. וראה בלקו"ש ח"ו ע' 19 בהערה 57 "החידוש שבסוף מעשה במחשבה תחלה על נעוץ תחלתן בסופן". בארוכה באווה"ת כאן כך ג תעג, ב מלקו"ת לג"פ. וראה גם בד"ה ועמדו רגליו — תר"ל ע' שכ. ובד"ה ועתה יגדל נא תרל"ב כך ב ע' שסז ואילך. באווה"ת חנוכה תתקכט, ב כ' הטעם "שהוסד כן הוא כדי להיות קיום המשכת האור בעולמות שהרי הירידה הוא השפלה. . אך כאשר ימצא בהתחתון בחי' ומדרגה מה שאין נמצא בהעליון לכך יתקיים התלבושת העליון בתחתון " ע"ש.

55

נעוץ תחילתן בסופן וסופן בתחילתן

Sefer Yetzirah (ספר יצירה) 描述十个流溢属性（ספירות，Sefiros）：“它们的终点嵌入起点，起点嵌入终点，如同火焰系于炭块。”阿尔特雷贝（אדמו"ר הוקן）借此说明最低层面的优越性。

Sefer Yetzirah 1:7/ז'ז':א' ספר יצירה

עשר ספירות בלי מה נעוץ סופן בתחלתן ותחלתן בסופן כשלהבת

קשורה בגחלת שאדון יחיד ואין לו שני ולפני אחד מה אתה סופר:

The decade of existence out of nothing has its end linked to its beginning and its beginning linked to its end, just as the flame is wedded to the live coal; because the L-rd is one and there is not a second one, and before one what wilt thou count?

come upon them, saith the L-RD.

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

60

וירא ראשית לו

摩西（**משה**）祝福迦得时说：“他为自己看中了第一[份]”，指的是最先征服的土地。阿尔特雷贝引用这句话中的“第一”（**ראשית**）一词；米德拉什将这节经文解作是在讲摩西。

Deuteronomy 33:21א"כג: דברים

וירא ראשית לו כִּי־שָׁם חֶלֶקֶת מַחֲקָק סָפוֹן וַיִּתֵּא רִאשִׁי עִם צִדְקָת ה' עֲשֵׂה וּמִשְׁפָּטָיו עִם־יִשְׂרָאֵל:

And he chose a first part for himself, For there a portion of a ruler was reserved; And there came the heads of the people, He executed the righteousness of the L-RD, And His ordinances with Israel. .

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

KEHOT 注释

דברים לג, כא.

61

וירא ראשית לו

拉比贝雷希亚（**רבי ברכיה**）在列举世界为之而创造的事物时，提到了摩西：“正如经文所说，‘他为自己看中了第一份。’”因此，“第一”不仅用来称以色列，也用来称摩西。

Bereshit Rabbah 1:4ד'א: בראשית רבה

62

נטלו ממנו אלף אורות (ובשבת חוזרין

在那里，阿尔特·雷贝解释了“为千代（la' alafim）守慈爱”：从意愿（**רצון**，ratzon）延伸出“千”的层面；“意愿”与经文中的“守”（notzer，**נוצר**）由相同字母构成。正如“我要教你（a' alefcha，**אאלכך**）智慧”所说，因此“托拉在世界之前两千年便已存在”。他还提到《Pri Etz Chaim》Shaar HaShabbos第8章中关于“摩西因所得份额而欢欣”的论述：一千份光。

KEHOT 注释

בלקו"ת ברכה צג, ג "פע"ח שער השבת פ"ח בענין ישמח משה כו' אלף חלקים של אור כו' . "וראה לקו"ת להאריז"ל ס"פ תשא. שם ר"פ ויקרא. עיין בזה בספר הלכות שם בהעלותך עה"פ והאיש משה ענו מאד. ולפענ"ד נראה, שהאלף אורות או המשכה הנ"ל אין זה ענין של תוספות אור בנשמה שתוכל להוסיף כח בעבודתה אבל נשאת במדריגתה . . אלא ב' ענינים הנ"ל הם ע"ד השינוי מאברם לאברהם. לקו"ש ח"ו ע' 245 ע"ש בארוכה. קטע מכאן מובא בד"ה פסל לך תרל"ב ע' פב. בענין אלף אורות — ראה ד"ה ישמח משה תרל"ח. בסה"מ תרמ"ג ע' לא כ' שאין הגוף מודכך ע"י מצות מעשיות ומפרש שכאן בתו"א "אמר רק מוחו ולבו זכים היינו שיזדככו המוח והלב להבין גדולת אוא"ס ב"ה ויהי מקושר לאלקות . . צ"ל דקדוק לשונו הק' שע"י מצות מעשיות נע' מוחו ולבו זכים אלף פעמים ככה מהו המספר אלף פעמים דוקא, ולמה מוחו ולבו דוקא .". ראה ג"כ לקו"ש חכ"ב ע' 349. חכ"ג ע' 335.

63

(ובשבת . . חלקו)

关于安息日的括号说明也见于手稿，因此并非后来增添的内容。

KEHOT 注释

המוסגר נמצא גם בכת"י מאמרי אדה"ז.

64

לך רד מגדולתך

金牛犊事件之后，拉比埃拉扎尔（**רבי אלעזר**）说，**ה'** 对摩西说：“从你的尊荣地位下来！我赐你尊荣，难道不是为了以

השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'

色列吗？如今以色列犯了罪，你对我还有什么用？”

Berakhot 32a:14ד"א: ברכות

"וַיִּדְבֹּר ה' אֶל מֹשֶׁה לֵּךְ רֵד". מֵאִי "לֵךְ רֵד"? אָמַר רַבִּי אֶלְעָזָר: אָמַר לוֹ הַקָּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא לְמֹשֶׁה: מֹשֶׁה, רֵד מִגְדוּלְתְּךָ! כָּלֹם נִתְמִי לֶךְ גְּדוּלָּה אֲלֹא בְּשִׁבִיל יִשְׂרָאֵל. וְעַכְשִׁיו יִשְׂרָאֵל חָטְאוּ — אַתָּה לָמָּה לִי? מִיָּד תִּשָּׁשׁ כּוּחוֹ שֶׁל מֹשֶׁה, וְלֹא הָיָה לוֹ כֹּחַ לְדַבֵּר. וְכִיּוֹן שָׁאָמַר "הֲרָף מִמֶּנִּי וְאֲשַׁמְּדֵם", אָמַר מֹשֶׁה: דָּבָר זֶה תִּלּוּי בִי! מִיָּד עָמַד וְנִתְחַזַּק בַּתַּפְלָה, וּבִקְשָׁה רַחֲמִים.

"And the L-rd spake unto Moses, Go, get thee down" (Exod. xxxii. 7). What means "Go, get thee down" ? R, Eleazar said : The Holy One, blessed be He, spake to Moses, "Moses, get thee down from thy greatness. Have I given thee greatness but for the sake of Israel? And now that Israel has sinned, what art thou to Me?" Immediately the strength of Moses was weakened, and he had not the power to speak. But when He said, "Let Me alone, that I may destroy thee" (Deut. ...

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

KEHOT 注释

ברכות לב, א. פדר"א פרק מה. ראה רש"י תשא לב, ז.

65

לך רד

拉希在解释“去，下去”时，也引述了同一教导：“从你的尊荣地位下来；我赐你尊荣，只是为了他们。”

Rashi on Exodus 32:7:ב'ד:ב'א: על שמות ל"ב:ד:ב'א: רש"י

לך רד. מַגְדִּילְתָּךְ — לֹא נִתְמִי לֶךְ גְּדוּלָּה אֲלֹא בְּשִׁבִילֵם (ברכות ל"ב), בְּאוֹתָהּ שֶׁעָשִׂה נִתְנַחֵה מֹשֶׁה מִפִּי בֵּית דִּין שֶׁל מַעֲלָה (תנחומא):

GO, GO DOWN from your high position; I have given you distinction only for their sake! (Berakhot 32a). At that moment Moses was excommunicated by a decree of the heavenly court (Midrash Tanchuma, Ki Tisa 22).

Pentateuch with Rashi's commentary by M. Rosenbaum and A.M. Silberman, 1929-1934 (Public Domain) · Pentateuch with Rashi's commentary by M. Rosenbaum and A.M. Silberman, 1929-1934 (Public Domain)

66

שש מאות אלף רגלי העם

摩西问 **ה'**，他怎么能给“六十万步行的人，就是我身处其中的百姓”肉吃：显然，指的是六十万步行的男子。阿尔特雷贝将 **רגלי** (raglei, “步行”) 解作“脚”：以色列是摩西的脚。

Numbers 11:21א"כ: במדבר

וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה שְׁש־מֵאוֹת אֲלָף רַגְלֵי הָעָם אֲשֶׁר אֲנִכִּי בִקְרָבוֹ וְאַתָּה אֹמְרָתָּ בְּשֶׁשׁ אֲמֹן לֶחֶם וְאֶכְלוּ חֹדֶשׁ יָמִים:

And Moses said: 'The people, among whom I am, are six hundred thousand men on foot; and yet Thou hast said: I will give them flesh, that they may eat a whole month!

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

KEHOT 注释

במדבר יא, כב.

67

שו"ה שלו — בקרבו

“在我所处其中的百姓”之后，手稿增添：“他处在他们中间。”

KEHOT 注释

בכת"י נוסף: שהוא ה' בקרבם: והם.

68

מוחו ולבו זכים

批注者评论说：“如同清澈 (zakim, זכים) 的水，并当明白之”——这把心智和心的纯净与清澈的水这一意象联系起来。

KEHOT 注释

”כמו מים זכים והבן .” הגי'ה בכת"י על תו"א.

69

אלף פעמים ככה

柴姆·策德克在以下出处进一步讨论了“千倍”这一说法。

KEHOT 注释

ע' באוה"ת בראשית ח"ו תתרכ"ו, ב ואילך, ובפ' בחוקותי ע' רד. ובתורת שמואל תרכ"ז ע' עא מוסיף: והיינו לפי שכל ישראל מעורבים זכ"ו תחתון בעליון ועליון בתחתון כו' עכ"ל. וראה לקמן עה, ב. ובמ"מ ללקו"ת ואתחנן יב, ג.

第9段

70

הדום . . להגביה

策马赫·策德克解释“提升”脚的含义：使“她的脚不至于下到死亡”（见 Zohar (זהר) 1:221b）；因为人若沉溺于物质欲望之中，上方的流注也会一同下降，进入外壳（קליפה, kelipah）的宫室；这是因为“雅各（יעקב）是祂产业的绳索”。这就是临在（שכינה, Shechinah）流亡的奥秘。

KEHOT 注释

באוה"ת פ' בראשית א, א מצייץ ע"ז וז"ל: ר"ל שלא יהיו רגליה יורדות מות ע' זח"א ויחי דף רכא, ב והיינו שמשפילים א"ע בתאוות גשמיות שמזה נמשך שגם למעלה נשפל ההמשכה בהיכלות הקליפות כי יעקב חבל נחלתו כמ"ש ע"פ ואני נתתי לכם שכב אחד וז"ס גלות השכינה " עכ"ל ע"ש. וכ"ה באוה"ת נ"ך ח"א ע' שיב.

71

צדקה תרומם גוי

显然，“义（צדקה, tzedakah）使一个民族高升。”也有“施舍”之义，阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）便按此义解读；他把“高升”理解为由下而上提升，并根据“民族”一词（גוי, goy）的三个字母来解读。

משלי י"ד:34 Proverbs 14:

צדקה תרומם גוי וחסד לאמים תשא:

Righteousness exalteth a nation; But sin is a reproach to any people.

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

KEHOT 注释

משלי יד, לד. ראה פ' הפסוק באוה"ת משלי נ"ך כרך א ע' תר.

72

אותיות ג' ו' י'

策马赫·策德克写道：请看“诸天是我的宝座”一篇中对“地是我的脚凳”的解释；这里指源于 ה' 的灵魂。至于 maamar 《我要使你的窗户成为 kadkod》，则将其解释为指动物之魂。

KEHOT 注释

באוה"ת בראשית כרך ג חנוכה תתקלא, ב מצייץ "וע' בד"ה השמים כסאי בד"ה והארץ הדום רגלי . . דקאי על נה"א, ובד"ה ושמתי כדכד פ' דקאי על נה"ב . [לקו"ת ראה כה, א "חטאתם של ישראל הוא הגורם חסד לאומים ."] וראה שם תתתל"ו, ב. אוה"ת נ"ך ע' תר מצייץ לכאן. סה"מ תרל"ח ע' ער. ראה לקמן לח, ד שמגביה את בחי' היו"ד שבאה למעלה מעלה.

73

בבחינת גוי שהם אותיות ג' ו' י' . . חסד דין רחמים

策马赫·策德克进一步论述了 goy 由 gimmel、vav、yud 组成，以及这三个属性。

KEHOT 注释

ראה באוה"ת בראשית כרך א קלח, ב. כרך ו תתתל"ו, ב. וראה לקו"ש חל"ג ע' 226 הערה 27.

74

חסד דין רחמים

此处引用了将这些属性分为慈爱、审判与怜悯的说法。

KEHOT 注释

ראה אוה"ת ואתחנן ע' רצו.

75

נה"י אינו אלא התפשטות חג"ת וענפיה

那里将永胜、辉煌和根基比作肾脏；肾脏“建议”如何给予。它们并不增添新的属性，而是决定流注如何传递。

KEHOT 注释

ראה לקמן ג, ד שענין נה"י הוא עד"מ כליות יועצות איך להשפיע. וראה באוה"ת שבת שובה ע' א'תקכד.

第10段

76

בכל נפשך

“你要全心、全性、尽力爱 אלקיך.” “尽性”解作灵魂的一切力量，直至最低层面。

דברים ו:5 Deuteronomy 6:

וְאַהַבְתָּ אֶת ה' אֱלֹהֶיךָ בְּכָל־לִבְךָ 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)

77

שו"ה בבחינת — תרומם ותגביה

手稿将这两个动词的顺序颠倒，并加上“如上所述”：“得以提升、高举，如上所述。”

KEHOT 注释

בכת"י: תגביה ותרומם כנ"ל.

第11段

78

שמים שם מים

注释指出，将 shamayim 解释为 sham mayim 的说法，在那里有详细阐述。

KEHOT 注释

ע' באוה"ת פ' עקב ע' תרה בארוכה.

79

דאורייתא מחכמה נפקת

《Zohar》（זהר）教导说，妥拉源自超然的智慧（חכמה, Chochmah）；因此它就是“天”——שמים (sham mayim)，即智慧之水。

Zohar II, 121a ח"ב קכא,

KEHOT 注释

ח"ב קכא, א. וראה שם פה, א.

80

דאורייתא מחכמה נפקת

Kehot 的注释也指向《Zohar》中的这段文字，指出妥拉源

חכמה.

ספר זוהר, יתרו כ"א:שע"ח-21:378-22:389 Zohar, Yitro כ"ב:שפ"ט

According to R. Judah, "father" represents Wisdom (Hokhmah) and "mother" Understanding (Binah). Said R. Judah: 'Both interpretations mean one and the same thing, for we have been taught that the Torah emanated from the Supernal Wisdom.' R. Jose said that the Torah emanated from Understanding, for it says: "to perceive the words of understanding" and "forsake not the Torah of thy mother" .

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

81

למה נקרא שמה ארץ שרצתה

策马赫·策德克在别处写道，“诸天是我的宝座”被解释为上行趋进（爱），“地是我的脚凳”被解释为回返（敬畏）；而在“新天……”中，地是上行趋进，天是回返。他解释说，克制（גבורה, Gevurah）有时是敬畏（回返），有时是炽热的爱（上行趋进）；爱可以从下而上升起（上行趋进），也可以从上而来（回返），如亚伯拉罕（אברהם）的爱和亚伦（אהרן）的爱。两种解释都正确，各自适用于相应的语境。

בראשית רבה ה'ז:7 Bereshit Rabbah 5:7

... א"ל הקדוש ברוך הוא אמר לה האריכי הרחיבי קבלי אוכלוסיד הה"ד (ישעיה נד) הרחיבי מקום אהלך למה כי ימיו ושמאל תפרוצי וגו'.

The way of the world is that a person empties a full vessel into an empty vessel. Can one, perhaps, pour a full vessel into a full vessel? The world in its entirety is all water, and yet you say "to one place"? But from here [we see] that a smaller space was able to contain a greater amount [than its size]. Kohelet and in Vayikra Rabba 19:9>. Similarly, "Moses and Aaron gathered the assembly [to the front of the rock]" (Numbers 20:10). It [the front of the rock] was ...

Wikisource Bereshit Rabbah (CC-BY-SA) • The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

KEHOT 注释

ב"ר ה, ז. באוה"ת שה"ש כרך א ע' שיח כ': "וכמ"כ נת' במ"א ענין השמים כסאי הוא רצוא אה"ר וכו' והארץ הדום יראה שוב, וצ"ע שבד"ה כאשר השמים החדשים נת' ארץ רצוא ושמים שוב וכו' וכן בכמה דוכתי בענין חתן וכלה דו"נ כלה כלתה נפשי וחתן חות דרגא, . . ויש לומר כי לפעמים מפרשים גבורה יראה ואז הוא בחי' שוב ולפעמים מפרשים גבורה רשפי אש ואז הוא רצוא, וכן חסד הפי' אהבה, אך יש אהבה שממטה למעלה היא רצוא ויש אהבה שמלמעלה למטה והיא בחי' שוב, ועמ"ש מענין ב' בחי' אהבה אלו בד"ה בהעלותך את הנרות שהוא ההפרש בין אהבה דאברהם ובין אהבה דאהרן כה"ג, ולכן ב' הסברות שבענין רצוא ושוב נכונ' והכל לפי הענין "עכ"ל שם.

82

למה נקרא שמה ארץ שרצתה

米德拉什说：“为什么称它为‘大地’（ארץ, eretz）？因为它愿意（רצתה, ratz' sah）遵行创造它的主的意愿。”这将“大地”与意愿联系起来。

בראשית רבה ה'ח:8 Bereshit Rabbah 5:8

ויקרא אלקים ליבשה ארץ - למה נקרא שמה ארץ שרצתה לעשות רצון קונה רבי נתן בשם ר' אחא ור' ברכיה בשם רבי יצחק אמר אני אל שדי אני שאמרת לשמים וארץ די שאלמלא כן היו מותחים והולכין

עד עכשיו ולמקוה המים קרא ימים א"ר יוסי ב"ר חלפתא והלא ים אחד הוא ומה ת"ל ימים אלא אינו דומה טעם דג העולה מעכו לעולה מצידון ולעולה מאספמיא:

"G-d called the dry land Earth, and the gathering of the waters He called Seas, and G-d saw that it was good" (Genesis 1:10). "G-d called the dry land Earth [eretz]." Why was it called eretz? It is because it hastened [ratzeta] to perform the will of its Maker. Rabbi Natan in the name of Rabbi Aḥa, and Rabbi Berekhya in the name of Rabbi Yitzḥak said: "I am G-d Almighty [shadai]" (Genesis 17:1) – I am the One who [she] said to the heavens and the earth: Enough [dai]. ...

Wikisource Bereshit Rabbah (CC-BY-SA) • The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY)

83

שו"ה א' רץ כו'

手稿在“alef, ratz”之后没有“等等”一词；注释指出，这似乎是多余的。

KEHOT 注释

בכת"י אין תי' כו' — ולכאורה הוא מיותר.

84

סוכה שהיא גבוה

《Sukkah》第一条《Mishnah》（משנה）说：高于二十肘的棚屋无效。这是阿尔特雷贝（אדמו"ר הוקן）举出的一个例子：一项只能从口传妥拉得知的律例。

Mishnah Sukkah 1:1 א"י: סוכה

סכה שהיא גבוהה למעלה מעשרים אמה, פסולה. רבי יהודה מכשיר. ושאנינו גבוהה עשרה טפחים, ושאנין לה שלשה דפנות, ושחמתה קרבה מצלתה, פסולה. סכה ישנה, בית שמאי פוסליו, ובית הלל מכשיריו. ואיזו היא סכה ישנה, כל שעשאה קדם לחג שלשים יום. אכל אם עשאה לשם חג, אפלו מתחלת השנה, כשרה:

A sukkah which is more than twenty cubits high is not valid. Rabbi Judah validates it. One which is not ten handbreadths high, or which does not have three walls, or which has more sun than shade, is not valid. An old sukkah: Bet Shammai invalidates it and Bet Hillel validates it. What is an "old sukkah"? Any one which he made thirty days before the festival; but if he made it for the purpose of the festival, even at the beginning of the year, it is valid.

Torat Emet 357 (Public Domain) • Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY)

85

ותושב"כ . . שהן שמותיו של הקב"ה

KEHOT 对这些文字所列的出处指引（其注释见下方）。

KEHOT 注释

רמב"ן עה"ת בהקדמה, יונת אלם פכ"ט.

86

שו"ה אבל תורה — בנפש

手稿在“在灵魂中领会意愿”这句话里省去了“在灵魂中”几字。

KEHOT 注释

בכת"י ליתא תי' זו.

87

ושלשה נקראו ארץ

引用了雷贝关于这节经文的讲论，以说明三者称为“地”。

KEHOT 注释

ראה ד"ה השמים כסאי תשמ"א. בהג"ה בכת"י מחסיד על תו"א מעיר כאן "ע" בד"ה כי כאשר השמים, עיין ותבין זאת, כי לכאורה עד כה דבריו שכנס"י נק' רגל רק מצות ותושבע"פ נק' ארץ". ראה גם אוה"ת בראשית כרך ו תתרלז, א.

88 ושלשה נקראו . . דבר ה'

在这些手稿中，整句关于三者称为“地”的话都置于括号内，作为旁注。

KEHOT 注释

בבויך 1092, 2044 כ"ז נמצא במוסגר.

89 ארץ ארץ שמעי דבר ה'

הוי" (ה') 是在呼唤大地，叫它聆听 (יְרֵמִיָּהוּ) 针对耶哥尼雅王 (יְכִנְיָהוּ; 又称哥尼雅) 所说的话。这篇 maamar 将 ארץ 理解为“大地”，并把它的三次重复理解为三种被称为“大地”的事物。

Jeremiah 22:29 כ"ב ט"ז ירמיהו

אַרְצַי אֶרֶץ אֶרֶץ שְׁמָעִי דְּבָרֵי ה'

O land, land, land, Hear the word of the L-RD.

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

KEHOT 注释

ירמ'י, כט. בבויך 1824 נוסף: שכולם הם בחי' דבר ה' (י). בבויך הנ"ל מתי' ושלשה נקראו ארץ עד סיום הקטע הוא במוסגר. ושם במקום "ושלשה נקראו" נכתב (וגם נקרי'.

第 12 段

90 אי זה בית

“你们能为我建造什么殿宇？”——这是经文的第三个要素，这里指祷告的“家”。

ישעיהו ס"ו:א' Isaiah 66:1

כֹּה אָמַר ה' הַשָּׁמַיִם כִּסְאִי וְהָאָרֶץ קֶדֶם רַגְלִי אֵיזֶה בַּיִת אֲשֶׁר תִּבְנֶינִי וְאֵיזֶה מְקוֹם מְנוּחָתִי:

Thus saith the L-RD: The heaven is My throne, and the earth is My footstool; where is the house that ye may build unto Me? And where is the place that may be My resting-place?

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

91 ובחי' בית היינו בכל מאדך

那里引用了本段，用以阐释“尽你的全力”。

KEHOT 注释

מובא באוה"ת במדבר כרך ו ע' א'תתקו ע"ש בפ'י בכל מאדך.

92 בכל מאדך

“尽你一切的力量” (me' odecha): 超越限度的爱，这里将其认作环绕的“家”。

דברים ו:ה' Deuteronomy 6:5

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)

93 אך אי זה בית . . בכל מאדך שהוא בבחי' מקיף

柴曼·采德克在那里提到本段，指出“房屋”对应“尽你的

השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'

全力”，也就是环绕之光。

KEHOT 注释

באוה"ת במדבר כרך ג פ' בלק (בהוצאה חדשה) בהוספות ע' 74 מציין לכאן.

94 בנגו ובקירותיו

那里的版本在“它的屋顶和墙壁”之后补入：“[并参见〈为房屋奉献所作的诗篇之歌〉这篇 maamar 中的论述]。”

KEHOT 注释

בסה"מ תרל"ח ע' רמ נוסף: [ועמ"ש בד"ה מזמור שיר חנוכת הבית]. =לקו"ת ברכה צח, ד ואילך.

95 רוחו ונשמתו אליו יאסף

第4段中的经文，在那里是从与其字面意义相反的角度来解读的：ה'将自己的灵与气息聚集到那专心归向祂的人那里。这里，这句话描述的是祷告中被降下的环绕之光。

איוב ל"ד:י"ד Job 34:14

אִם-יָשִׁים אֱלֹוֹ לְבוֹ רֹחוֹ וְנִשְׁמָתוֹ אֱלֹוֹ יֶאֱסֹף:

If He set His heart upon man, If He gather unto Himself his spirit and his breath;

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

KEHOT 注释

איוב לד, יד. ע' באוה"ת פ' כי תצא ע' תתקכח.

96 כריעות והשתחויות באבות ובהודאה תחלה וסוף

《塔木德》列出在阿米达祷告中行鞠躬礼的祝福：列祖（第一项祝福）和感恩祝福，分别位于开头和结尾。

ברכות ל"ד א' י"ד Berachot 34a:14

תנו רבנן: אלו ברכות שאדם שוחה בהן: ב"אבות", תחלה וסוף. ב"הודאה", תחלה וסוף. ואם בא לשוח בסוף כל ברכה וברכה, ובתחלת כל ברכה וברכה — מלמדן אותו שלא ישחא.

Our Rabbis have taught : These are the benedictions at which a man bends low ; at the beginning and end of the "Patriarchs" and at the beginning and end of the "Thanksgiving." Should anyone come to bend low at the end and beginning of every benediction, we tell him not to do so.

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

97 דלית מחשבה תפיסא ביה כלל

以利亚 (אליהו) 的祷告：“任何思想都不能把握祂。”

תקוני זוהר י"ז א' י"ג-י"ב Tikkunei Zohar 17a:10-12

אנת הוא עלאה על כל עלאין סתימא על כל סתימין. לית מחשבה תפיסא בך כלל. אנת הוא דאפיקת עשר תקונין. וקרינן לון עשר ספירין. לאנהגא בהון עלמין סתימין דלא אתגליין. ועלמין דאתגליין. ובהון אתכסיאת (נ"א אתכסיא) מבני נשא. ואנת הוא דקשיר לון ומיחד לון. ובגין דאנת מלגא. כל מאן דאפריש חד מן חבריה מאלין עשר. אתחשיב ליה כאלו אפריש בך.

Constantinople, 1740 (CC-BY-NC)

98 ולא מכל מדות

以利亚 (אליהו) 的祷告：“根本不属于这些属性中的任何



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

关于本版

This edition contains the Hebrew text, the English translation, our explanations and 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.

引文出处（经 Sefaria）：Miqrā according to the Masorah (CC-BY-SA); The Holy Scriptures: A New Translation (JPS 1917) (Public Domain); Kehot Publication Society (CC-BY-NC); The Metsudah siddur, 1981 (CC-BY); Translation based on the Metsudah linear siddur, by Avrohom Davis, 1981 (CC-BY); Daat Shemot Rabbah (Public Domain); The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY); Daat Bereshit Rabbah (Public Domain); William Davidson Edition - Vocalized Aramaic (CC-BY-NC); Constantinople, 1740 (CC-BY-NC); OYW (Public Domain); Vilna Edition (Public Domain); Sefer Yetzirah, Warsaw 1884 (Public Domain); Sefer Yezirah, trans. by Isidor Kalisch. New York, 1877 (Public Domain); Pentateuch with Rashi's commentary by M. Rosenbaum and A.M. Silbermann, 1929-1934 (Public Domain); Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Wikisource Bereshit Rabbah (CC-BY-SA); Torat Emet 357 (Public Domain); Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY).

This edition as a whole: CC BY-NC 4.0. Shuls, schools and non-profit projects may copy, print and share it freely, and may ask for donations to cover the cost of printing; it may never be sold. Credit Kehot Publication Society and likuteitorah.com. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

英文译文和讲解：由 AI 协助为 likuteitorah.com 编写（openai/gpt-6-luna-pro:batch），并对照希伯来文和 Sefaria 核查；尚未经人工编辑审核。重要内容请对照希伯来文核实。

雷贝曾要求在该周内学习本周帕拉沙的迈玛尔，即「哈西德帕拉沙」，并分七天学完（Sichah of Shabbos Parshas Vayakhel 5725 · Toras Menachem vol. 42, pp. 306–309）。为何要学习，以及雷贝的祝福：likuteitorah.com/about/the-chassidishe-parsha/

免费、非商业项目；本站内容均不出售。与 Kehot、Sefaria 或卢巴维奇图书馆均无隶属关系。© likuteitorah.com

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

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲，Reb Levi Yitzchok