



《托拉·奥尔》·帕拉沙 MIKEITZ · 玛玛尔 1

# ויהי מקץ שנתים ימים ופרעה חולם וגו'

“两年期满之时，法老正在做梦”



祈祷中被唤起的对 **ה'** 的爱，只有安置在托拉（**תורה**, Torah）的器皿中，并以 **ה'** 的旨意——在下界建立居所——为目标，才能持久；若祈祷追求自身的体验，就会忘记“约瑟”（**יוסף**），其光便如法老的梦一般消逝。

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/mikeitz/1/](http://likuteitorah.com/zh-Hans/torah-ohr/mikeitz/1/)

## 核心思想

祈祷中被唤起的对 **ה'** 的爱，只有安置在托拉（**תורה**，Torah）的器皿中，并以 **ה'** 的旨意——在下界建立居所——为目标，才能持久；若祈祷追求自身的体验，就会忘记“约瑟”（**יוסף**），其光便如法老的梦一般消逝。

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** 将酒政长官和法老的故事解读为源于 **ה'** 的灵魂（**נפש האלקית**，nefesh Elohis）的图景。灵魂的心智中有水（沉思 **ה'** 的伟大），心中有火（对祂炽热的渴慕），二者由气管（**קנה**，kaneh）——即 **תורה** 与祈祷的声音和字母——联结起来。这就是圣洁层面的酒政长官。在他的梦中，葡萄树象征以色列会众，葡萄象征众灵魂，葡萄酒则是隐秘的对 **ה'** 的爱；唯有经过谦卑的“压榨”，这爱才会显露，并在祈祷中献给圣洁层面的法老，即 **ה'** 的显现。犯过罪的人无法达到这令人欢欣的酒；对他而言，还有一种使人醉迷的苦涩之酒。它如同《Zohar》（**זוהר**）所说的真正义人那样，使人每日思及离开世界，从而忘却世俗挂虑，并从心底祈祷。两种酒都必须“隐藏起来”，贮藏在成文 **תורה** 与口传 **תורה** 之中，为了 **ה'**。酒政长官忘记约瑟这一目的时，托拉的研习便“终止”，祈祷也成了梦，被瘦弱的母牛吞没。

## 提纲

- |          |                                                                                                          |        |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| <b>1</b> | <b>酒政长官的遗忘与圣洁层面的对应</b><br>《Miketz》承接酒政长官忘记约瑟一事；法老和酒政长官在圣洁层面各有对应。                                         | ¶1     |
| <hr/>    |                                                                                                          |        |
| <b>2</b> | <b>水、火与气管</b><br>人体的四种元素与源于 <b>ה'</b> 的灵魂：心智的沉思、心中炽热的爱，以及作为气管的声音和 <b>תורה</b> 的字母；它将二者联结起来，这就是圣洁层面的酒政长官。 | ¶12-7  |
| <hr/>    |                                                                                                          |        |
| <b>3</b> | <b>酒政长官的梦：令人欢欣的酒</b><br>葡萄树象征以色列，葡萄象征众灵魂，酒象征隐秘的爱；谦卑将它释放出来，再由祈祷之声献给圣洁层面的法老，即 <b>ה'</b> 的显现。               | ¶18-12 |
| <hr/>    |                                                                                                          |        |
| <b>4</b> | <b>使人醉迷的苦涩之酒</b><br>犯过罪的人无法达到祈祷中的喜乐；对他而言，良策是饮用使心智昏沉的酒，也就是真诚地接受四种死刑的判罚。                                   | ¶13-15 |
| <hr/>    |                                                                                                          |        |
| <b>5</b> | <b>真正的义人与火河</b><br>《Zohar》所说的真正义人思及离开世界，为的是忘却世俗事务并与 <b>ה'</b> 紧密相连；下层的火河是天使之爱的余渣。                        | ¶16-17 |

## 6 化为祈祷的苦澀

¶18-20

人反思自己的下降，就会感到苦澀，忘却自己的事务，并从心底祈祷“你是可称颂的”；但须先使自己谦卑。

## 7 将光隐藏在托拉中：约瑟的层面

¶21-22

两种酒的光都必须贮藏在成文 תורה 与口传 תורה 之中，也就是杯中，并以带给 ה' 愉悦为目标，使下界成为祂的居所。

## 8 忘记约瑟与法老的梦

¶23-25

为自身而祈祷就会忘记约瑟；托拉的研习终止，祈祷成为梦，瘦弱的母牛吞没美好的感受，而约瑟的层面不受影响。

### 核 心 概 念

#### 心智中的水元素 יסוד המים שבמזח

沉思 ה' 的伟大，体会万物在祂面前皆如虚无；它如水一般下降，并借着托拉和诫命（מצוות, mitzvos）将 ה' 的光引降下来。

#### 心中的火元素 יסוד האש שבלב

由上述沉思而生、对 ה' 炽热的渴慕；这种爱如火焰般上升，渴望离开世界。

**气管（kaneh）与圣洁层面的酒政长官** קנה, שר המשקים  
祈祷和 תורה 的声音与字母；它们将心智之水与心中之火联结起来，并把灵魂的爱向上承载。

#### 令人欢欣的酒 יין המשמח

从先祖承受而来的隐秘的对 ה' 的爱；正直的人在祈祷中喜乐地将它显露出来，而谦卑先将它压榨出来。

#### 使人醉迷的酒 יין המשכר

因自己远离 ה' 而生的苦澀，使人忘却世俗挂虑并诚挚地祈祷；这是犯过罪之人的途径。

#### 圣洁层面的法老 פרעה בקדושה

ה' 的显现；它源自「揭开」（פריעה, peri' ah）之意，对 ה' 的祈祷之爱正是献给这一显现。

#### 约瑟 יוסף

一种事奉，在 ה' 面前“增添”愉悦与满足；它以使 ה' 在下界得着居所为目标，并将祂的光摄持在 תורה 的字母中。

## 第1节 · 11

## 酒政长官的遗忘与圣洁层面的对应

1 ויהי מקץ<sup>1,2</sup> שנתים ימים ופרעה חולם וגו'. הנה פ' זו מחוברת לפרשה שלפניה ולא זכר שר המשקים<sup>3</sup> את יוסף וגו'.

“到了两天的日子届满之时，法老正在作梦”，等等。如今，这一段与前一段相连：“可是司酒长没有记起约瑟（יוסף）”，等等。

本篇讲章（מאמר, maamar）以米凯茨篇的第一节开篇：司酒长获释出狱两年后，法老作了梦。阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）指出，这一节紧接在前一篇的最后一节之后；那里说司酒长忘记了约瑟，因此这两节必须连在一起读。“两天的日子”（שנתים ימים, shenasayim yamim）这几个字，稍后将被解读为《托拉》。根据 Kehot 的注释，这篇 מאמר 是在 5557 年（1796 年）光明节安息日讲授的；阿尔特·雷贝的一篇简短 מאמר（《Maamarei Admur HaZaken HaKetzarim》，p. 20）可视为对它的一种解释。

1 כי מפני<sup>4</sup> שלא זכר נתהוה ויהי מקץ. וביאור הענין כי כמו שיש פרעה ושר המשקים בקליפה כך זלעז"ז [זה לעומת זה] עשה אלקים<sup>5</sup> שכמו"כ [שכמו כן]<sup>6</sup> בסט' [בסטרא] דקדושה יש ג"כ בחי' אלו:<sup>7</sup>

正因为他没有记起，才有了“到了……届满之时”这一事。事情的解释是：正如外壳（קליפה, kelipah；即遮蔽 ה' 的领域）一方有法老和司酒长，正如“אלקים 造了彼此相对的这一方与另一方”所说，在圣洁一方也同样有这些层面。

司酒长的遗忘导致又过了两年，这就是《米凯茨篇》开篇所说的“届满”。阿尔特·雷贝将这个故事解读为灵魂的一幅图景：外壳一方（קליפה）中的每一种力量，在圣洁一方都有相对应者，因此也有圣洁的“法老”和圣洁的“司酒长”。

## 第2节 · 12-7

## 水、火与气管

2 והנה יש ד' יסודות בנפש האדם ארמ"ע [אש רוח מים עפר]<sup>8</sup>. יסוד האש משכנו בלב. ומקור הליחות<sup>9</sup> מהמות ששם הוא משכן יסוד המים. והריאה שואבת כל מיני משקה<sup>10</sup> וליחות מהמות ע"י הקנה לקרר את חום הלב.<sup>11</sup>

现在，人的灵魂中有四种元素：火、气、水、土。火元素居于心中。湿润之源来自脑，因为水元素居于那里。肺经由气管从脑中汲取各种饮液和湿润之物，以冷却心的热。

阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）从他所处时代的生理学观念入手：人体由四种元素构成，火居于心，水居于脑。肺经由气管从脑中向下汲取湿润之物，以冷却心的热；这幅生理图景将成为理解源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）的范型。在《利库泰·托拉》（לקוטי תורה）《艾莫尔》篇中，阿尔特雷贝将同样的元素应用于源于 ה' 的灵魂，并补充说，这些元素在每个人身上的混合方式各不相同：有些人的神圣之火明显燃烧，另一些人则有一颗隐而不显的火花，可以将它煽成火焰。

### 3 וכך בנפש<sup>12</sup> אלקית יסוד המים במוח<sup>13</sup> היא בחי' חכמה ודעת בעבודת<sup>14</sup> ה' במוחו ובמחשבתו.

同样，在源于<sup>ה'</sup>的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）中，脑中的水元素，是在心智与思想中侍奉<sup>ה'</sup>时的智慧（חכמה, Chochmah）与认知（דעת, Daas）这一层面（בחינה, bechinah）。

在源于<sup>ה'</sup>的灵魂中，“脑中的水”是应用于侍奉<sup>ה'</sup>的智慧与认知：深入思考祂。这是灵魂中与脑部所含水分相对应的部分。

### ואף כי לית מחשבה תפיסא ביה כלל.<sup>15</sup> הלא כתיב נודע בשערים בעלה<sup>16</sup> כל חד לפום שיעורא דיליה.<sup>17, 18, 19</sup>

尽管“没有任何思想能够把握祂”，但经文不是说：“她的丈夫在众门中为人所知（שערים, she' arim）”吗？每个人都依照自己的尺度（שיעורא, shiur）。

有人或许会提出疑问：既然思想完全无法把握<sup>ה'</sup>，那么还有什么可供沉思的呢？答案是，《Zohar》（זהר）将“她的丈夫在众门中为人所知”解读为取“尺度”（שיעורא）之意：每个人都能按照自己理解力的程度认识<sup>ה'</sup>。在《Likkutei Torah》（לקוטי תורה）《Bamidbar》中，阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）解释说，“思想无法把握祂”指的是祂的本质，而任何人都可以沉思祂如何创造并维系一切世界。

### 4 והיינו ההתבוננות בבחי' <sup>20</sup> התפשטות גדולתו ית' למעלה עד אין קץ ולמטה עד אין תכלית

也就是说，默想祂的伟大向外开展这一层面／方面（בחינה, bechinah）：上至无有穷尽，下至无有边际。

这里所说的默想，是思维<sup>ה'</sup>的伟大如何向外延展，上下皆无穷尽。这就是上一段所说的心智之“水”。

### אין עוד מלבדו<sup>21</sup> כי ברוח פיו כל צבאם<sup>22</sup> וכולא קמיו' [קמיה] כלא חשיב.<sup>23</sup> וכמו למשל דבורו של אדם שהוא בטל אליו ונחשב כאין נגדו.

“除祂以外，别无他物”，因为“藉祂口中的气息，天上万军皆[被造]”；在祂面前，一切都被视为虚无。譬如，人的言语相对于说话的人而言，归于无有，在他面前被视为虚无。

其结论是：“除祂以外，别无他物”，因为天上的一切众军都源自“祂口中的气息”，所以在祂面前如同虚无。这里的比喻是人的言语：一个字与说出它的人相比，微不足道。

### 5 וזה כל אדם לפום שיעורא דיליה יכול לדעת ולהשיג כי אין עוד בשמים ממעל<sup>24</sup> וכל העליונים והתחתונים הם נמשכים מרוח פיו ית' ואין דבר חוץ ממנו.

每个人都能按自己的程度知道并领会这一点：天上之上并无别物，一切上界和下界的存在，都是从祂的口中所出的气息而来，愿祂受称颂；祂以外别无他物。

每个人都能各按自己的层次，逐渐认识到除<sup>ה'</sup>以外别无他物，一切上界和下界的存在都源自祂的话语。这正是心智之“水”所带来的认识。

ולכן הם ממש כלא חשיבי קמיה ויסוד האש הוא הצמאון שבלב המבין בהתבוננות בגדולתו ית' ואיך ממש כולא קמיה כלא חשיבי.

因此，这一切在祂面前实在算不得什么。而火的要素，就是明白之人的心中所生的渴慕；他通过默想祂的伟大，愿祂受称颂，领会一切在祂面前确实都算不得什么。

由这样的默想，心中便生出“火”：对 ה' 的渴慕；当人真正领会一切在祂面前都算不得什么，这渴慕便由此而起。心智中的洞见，转化为心中的向往。

6 ולזאת כלתה נפשו<sup>25</sup> אליו ית' באהבה עזה כרשפי אש שלהבת<sup>26</sup> העולה מאליה להתכלל באור ה'

ויחודו ית' ואינו חפץ להיות למטה כטבע אור האש שנמשך בטבעו מלמטלמ"ע [מלמטה למעלה].

因此，他的灵魂以炽烈的爱切慕祂，仿佛火星迸发、火焰自行升腾，渴望融入 ה' 之光与祂的合一之中；他不愿留在下方，正如火光的本性——它依其本性由下而上升腾。

这种炽热的爱使灵魂渴望离开自己的所在，融入 ה' 的光中，正如火焰自然向上跃升。这是一种渴望升离世界、不愿停留在下方的爱。

משא"כ בחינת המים הוא מלמעלה למטה שהמים יורדים ממקום גבוה למקום נמוך<sup>27</sup> דהיינו שממשיך על נפשו אור ה' זו תורה ומצות להאיר על נפשו גם בהיותו למטה בבחי' בעל כרחך אתה חי<sup>28</sup> כו'.

水这一层面却并非如此；水是由上而下的，因为水从高处流向低处。也就是说，他将 ה' 的光，也就是托拉和诫命（מצות, mitzvos），引至自己的灵魂，使这光即使在他身处下方时也照耀他的灵魂，使其处于“违着你的意愿，你仍得活着”的状态，等等。

水的运动方向恰好相反，是从高处流向低处：它代表借着托拉和 מצות，将 ה' 的光引入人的生命。这使灵魂仍在下方的身体中运作，体现了“违着你的意愿，你仍得活着”这一意涵。

7 וכמו שהמים מכבין אש כך עי"ז ירוה צמאון נפשו כמ"ש הוי כל צמא לכו למים<sup>29</sup> כמ"ש במ"א.<sup>30</sup>

正如水能熄灭火，同样，借此也能满足他灵魂的干渴之情，正如经文所说：“喂，凡口渴的，都来水边！”正如别处所解释的。

正如水熄灭火，通过托拉和诫命（מצוות, mitzvos）引下 ה' 之光，也满足灵魂如火焚烧般的渴慕。经文“喂，凡口渴的，都来水边！”由此得到阐释：对渴慕 ה' 的回应，正是托拉之水。此处所说的“别处”，据 Kehot 注释所引 Or HaTorah（אור התורה）中的版本，是关于“当你出征攻打仇敌时”的 maamar；该 maamar 区分了由沉思而生、源自理解（בינה, Binah）的炽热渴慕之爱，与源自智慧（חכמה, Chochmah）的自我消融（ביטול, bittul）之爱。

והיינו ע"י בחי' המחבר יסוד המים שבמוח עם בחי' יסוד האש שבלב הוא הקנה.

也就是说，这是借助一个连接脑中水元素与心中火元素的层面，即气管（קנה, kaneh）。

连接心智之水与心中之火的，是气管；按照第2段的图景，肺经由它从脑中汲取湿润之物，并将其送至心；声音也由此通过。

והוא בחי' מקור אותיות<sup>31</sup> התורה כמ"ש קנה חכמה קנה בינה<sup>32</sup> ונק' בחי' זו שר המשקים שבו שואב הריאה משקה מליחות המוח מיסוד המים שבו:

它是托拉字母之源的层面，正如经文所说：“获取（קנה, kneh）智慧，获取理解。”这一层面称为酒政长官（שר המשקים, sar ha-mashkim），因为肺借助它，从脑中的湿润之物——即其中的水元素——汲取饮料（משקה, mashkeh）。

在灵魂中，气管是托拉字母的源头，因为气息经过它时，言语便由此形成；经文“获取（קנה, kneh）智慧”则借“获取”一词与气管（קנה）形成文字关联。这个连接的层面称为神圣的“酒政长官”（שר המשקים），字面意思是“掌管饮料的官员”，因为它将心智中的“饮料”（משקה）引下至心。

### 第3节 · 118-12

## 酒政长官的梦：令人欢欣的酒

8 וזהו ענין החלום של שר המשקים והנה גפן לפני<sup>33</sup> וגו' ואשחט את הענבים<sup>34</sup> וגו' ואתן את הכוס על כף פרעה. פי' גפן נק' כנס"י [כנסת ישראל]<sup>35</sup> שהיא כללות כל נשמות ישראל.

这就是酒政长官之梦的含义：“看哪，一棵葡萄树在我面前”，等等；“我挤压了葡萄”，等等；“我把杯放在法老的手掌上。”解释说：葡萄树是以色列会众的称谓；以色列会众是全体以色列灵魂的总体／整体表达（כללות, klalus）。

酒政长官的梦如今成为灵魂事奉的图景。葡萄树代表以色列会众，也就是全体犹太灵魂的总和，正如《塔木德》将以色列比作葡萄树。

9 והענבים הם ניצוצי נשמות שכל ניצוץ נק' בשם ענב אחד כי בכל ניצוץ יש בחי' יין המשמח<sup>36</sup> אלהים ואנשים שהוא בחי' אהבה מסותרת לשמות בה' והיא ירושה לנו מאבותינו

葡萄就是灵魂的火花，因为每一火花都称为一颗葡萄；每一火花中都有“使 ה' 和人欢喜的酒”这一层面，也就是隐藏之爱这一层面——因 ה' 而欢喜的爱；这是我们从先祖承受的遗产。

每颗葡萄都是一个灵魂的火花，其中蕴含着“使 ה' 和人欢喜的酒”：这就是隐藏之爱，即从先祖承受而来的、对 ה' 的天然之爱。这爱使人因 ה' 而欢喜。

אלא שהיא מסותרת מאד כמו יין הנטמן בענבים שהענב הוא עגול וחלק ומקיף אותו מכל צד

然而，这爱极其隐蔽，就像藏在葡萄里的酒；葡萄圆润光滑，从各个方向将酒包裹起来。

这爱深深隐藏着，仿佛密封在圆润光滑的葡萄皮中，葡萄皮从各个方向将它包裹起来。

וא"א להוציא ממנו יין כ"א ע"י סחיטה ודריכה בגת להסיר מעליו הקליפה הסובבת אותו. כך א"א לגלות מצפוני האהבה כ"א ע"י בחי' מבטשים.<sup>37</sup>

若不挤压葡萄，并在酒醉中踩踏，就不可能从中取出酒；这样做是为了除去从四面包围它的外壳（קליפה, kelipah）。同样，若不过压碎这一层面，也不可能显露这爱隐秘的深处。

只有经过压榨、踩踏并剥去葡萄皮，酒才会流出；这层皮称为 קליפה，与表示遮蔽之“外壳”的词相同。同样，只有经过“压碎”——打破自我重要感——隐藏之爱才会显露出来，下一段将对此作出说明。

10 והוי שפל רוח<sup>38</sup> בפני כל אדם<sup>39</sup> ולא שישפילוהו אחרים כ"א והוי שפל רוח הוי בעצמך ונפשי כעפר לכל תהי' [תהיה]<sup>40</sup> כאסקופה הנדרסת כדי להסיר קליפת ערלה החופפת<sup>41</sup> על הלב

“在每个人面前都要心灵谦卑”：这不是说要让别人使他谦卑，而是“要心灵谦卑”：你自己就要如此；并且“愿我的心灵对众人都如尘土”，像任人践踏的门槛，为的是除去覆盖在心上的包皮外壳（קליפה, kelipah）。

这里所说的压伏，就是谦卑。拉比梅厄（רבי מאיר）说：“要（הוי, hevei）心灵谦卑。”阿尔特雷贝强调，人必须使自己谦卑，而不是等着别人使自己受屈；要成为众人都能践踏的尘土或门槛。这样便能除去遮盖内在之爱的“包皮”，也就是隐藏其中之爱的粗浊。

דהיינו אפילו מי שלא פגם ונטמא בחי'נ [בחטאות נעורים] ממש מ"מ צריך הוא למול ערלת לבו כמ"ש ומלתם את ערלת לבבכם<sup>42</sup> דהיינו מה שלבו בוער ומתאוה למותרות.

也就是说，即使一个人并未因年轻时的罪而真正玷污[自己]、变得不洁，仍然必须给自己心上的包皮行割礼，正如经上所说：“要割去你们心上的包皮。”也就是说，[这是指]他的心燃烧着，渴求多余奢侈之物。

即使一个人没有犯下严重的罪，也必须“割去心上的包皮”。心上的包皮，就是心中燃烧着的、对超出所需之物的欲望。

11 ונק' בחי' ערלה החופפת ומכסה על גילוי אלהותו ית' בבחינת הסתר פנים וצריך הוא שלא יהיה בבחי' הסתר פנים ולא יהיה מסך מבדיל כלל ואפי' [ואפילו] קרום דק שהוא בחינת עור הפריעה.<sup>43</sup>

这被称为包皮这一层面，它遮盖并隐藏 ה'（愿祂受称颂）的显露，使人处于面容隐藏之境。人不应处于面容隐藏的状态中，也不可有任何隔断的屏障，连一层薄膜也不可有；这薄膜属于割礼第二阶段（פריעה, peri' ah）的皮膜这一层面。

心的“包皮”，是指任何遮盖并向人隐藏 ה' 临在的事物，也就是“面容隐藏”。目标是，他与 ה' 之间不应有任何隔断，连割礼第二阶段（פריעה）时除去的那层薄膜也不例外。

**12 ועי"כ [ועל ידי כך] ואתן את הכוס על כף פרעה.<sup>44</sup> כמ"ש על כפים חקותיך.<sup>45</sup> וכתוב על כפים כסה אור.**

**ויצו עליו במפגיע זו תפלה<sup>46</sup>**

藉此，“我把杯放在法老的掌（כף, kaf）上”，正如经文所说：“我将你刻在[我的]双掌上。”经文又说：“祂用双掌遮住光，并吩咐它，关乎那恳求者（מפגיע, mafgia）。”这就是祈祷。

心上的遮蔽一旦被揭去，“杯”便能放在法老的掌上。掌（kaf）一词使人想起两节经文：ה'将以色列刻在其双掌上；以及“祂用双掌遮住光，并吩咐它，关乎那恳求者”。《塔木德》将后一节解作祈祷，因为“祈求”（פגיעה, pegi' ah）意为祈祷。

**כי בחי' פרעה בקדושה זלע"ז [זה לעומת זה] כמו שפרעה בקליפה הוא קליפה קשה. כך זלע"ז [זה לעומת זה]**

**פרעה בקדושה הוא בחי' גילוי אלהותו ית' לשון פריעה**

因为神圣中的法老这一层面与之相对：正如邪恶一面的法老本身就是坚硬的外壳（קליפה, kelipah），与之相对，神圣中的法老（פרעה, Par' oh）这一层面，乃是 ה'（愿祂受祝福）之אלקות的显露；这名称源自“揭开”（פריעה, peri' ah）一词。

邪恶一面的法老，是坚硬、顽固的遮蔽。与之相对，神圣一面的法老则是 ה' 的显露；Par' oh（法老）与 peri' ah（揭开）字母相通，而 peri' ah 正是前一段用来指揭去最后一层膜的词。

**והתגלות דבר ה' ע"י בחי' שר המשקים שהוא בחי' קנה שהקול מעורר הכוונה לשמוח בה' בתפלתו.**

ה'之言的显露，是通过酒政长官这一层面而来的；他对应气管这一层面，因为祈祷的声音会唤起人的意向，使人在祈祷中因 ה' 而喜悦。

这一显露是通过神圣的酒政长官——气管——而来的：祈祷的声音唤起人的意向，使人因 ה' 而喜悦。

**וזוהו ואתן את הכוס כי בחי' קנה הנ"ל הוא המוליך התעוררות האהבה למעלה מעלה מהשגת בני אדם:**

这就是“我放置了杯子”，因为上述气管这一层面，正是把爱的激发向上、再向上带去，超越人类理解所及之处。

把杯放在法老的掌上，意味着祈祷的声音将灵魂被唤起的爱向上带去，超越人类所能领会的范围。从葡萄中释放出来的爱，被献给 ה' 的显露。

## 使人醉迷的苦澀之酒

**13** אך בחי' יין המשמח הנ"ל לא כל אדם זוכה לזה רק ישרי לב כמ"ש ולישרי לב שמחה<sup>47,48</sup> דהיינו מי שהלך בדרך ישר כל ימיו.

然而，上述那使人喜悦的酒，并非人人都有福分获得，只有心正直的人才有，如经上所说：“正直人心中有喜乐。”也就是说，是指一生行在正直道路上的人。

并非人人都能达到这种“使人喜悦的酒”，也就是祈祷中对 ה' 的喜悦之爱。它属于心正直的人，即一生行在正直道路上的人。

אבל מי שפגם דרכיו ונטמא<sup>49</sup> בח"נ [בחטאות נעורים] א"א לו לשמוח בה' בתפלתו כי רבות מחשבות זרות מבלבלות אותו.<sup>50</sup>

但那些使自己的道路偏曲、又因青年时期的罪而受玷污的人，无法在祈祷中因 ה' 而喜乐，因为许多外来的念头会扰乱他。

有人因青年时期的罪而使自己的道路受损，就无法在祈祷中因 ה' 而喜乐。许多外来的念头纷至沓来，使他心神不宁。

**14** ולכן זאת העצה היעוצה כי יש עוד בחינת יין והוא בחי' יין המשכר. כמ"ש תנו שכר לאובד ויין למרי נפש ישתה וישכח רישו<sup>51</sup> וגו'.<sup>52</sup>

因此，所提出的良策是：还有另一层面的酒，即令人醉酒的酒。正如经文所说：“把烈酒给将死的人，把酒给心中苦毒的人；让他喝下，忘却自己的贫困……”

对这样的人来说，还有另一种酒，就是令人醉酒的酒。《箴言》（משלי）谈到把酒给心中苦毒的人，使他忘却自己的贫困；对于无法达到喜悦的人，这便是一条途径。

וכמארז"ל [וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] גבי הרוגי ב"ד [בית דין]<sup>53</sup> שהיו משקין אותו כוס יין קודם המיתה כדי שתטרף דעתו עליו כדי שיוכל לסבול צער המיתה

正如我们的先贤，愿他们的记忆蒙福，论及被法庭处决的人时所说：行刑前，他们会给[被判处死刑的人]一杯酒喝，使他的心智变得昏沉，好让他能够承受死亡的痛苦。

《塔木德》记载，一个即将被法庭处决的人会被赐酒，使他的心智迟钝，从而能够承受痛苦。令人醉酒的酒，使人能够承受自己必须经历的事。

ולכן בק"ש [בקריאת שמע] שעל המטה ג"כ מי שרוצה לקבל עליו ד' מיתות ב"ד [בית דין] כמ"ש בנוסח האריז"ל [האר"י זכרנו לברכה] אם פגמתי באות י' ונתחייבתי סקילה.

因此，在睡前的诵读 שמע (Shema) 中也是如此：一个人若愿意接受法庭的四种死刑加诸自身，正如阿里扎尔 (האריז"ל) 的祷文中所写：“如果我损伤了字母 י (yud)，因而应受石刑，” [就需要这种酒]。

同样，一个人在睡前的诵读 שמע (Shema) 中，若愿意接受法庭的四种死刑加诸自身——正如阿里扎尔 (האריז"ל) 的版本中所写：“如果我损伤了字母 י (yud)，我就应受石刑”——也需要这种酒。这个句子将在下一段接续完毕。

## 15 ובפרט כשרואה בעצמו שלבו מטומטם בקרבו והיה לאבן<sup>54</sup> זו היא בחי' סקילה שהוא חייב בודאי.

尤其是，当他看见自己内心闭塞，已变得如同石头一般时，这就是被石击这一层面；他确实应当受此刑罚。

四种死刑对应于一个人内在的状态。心已经闭塞、坚硬如石，对应于被石击；他可以坦然看出，自己理应受此刑罚。

וכן כשלבו בוער ומתאווה לדברים אסורים זו היא בחי' שריפה וכש"כ [וכל שכן] אם יודע בעצמו שפגם ונטמא בחי'נ [בחטאות נעורים] וכן כל חד לפום שיעורא דיליה כי ידע אינש בנפשיה.

同样，当他的心因禁物而燃烧、贪恋时，这就是被焚烧这一层面；更何况，若他知道自己曾因年轻时的罪过而受损、被玷污。每个人都要按自己的程度来衡量，因为人了解自己的灵魂。

心因对禁物的欲望而燃烧，对应于被焚烧；更何况，若他知道自己确实犯了罪。每个人都要自行衡量，因为只有他了解自己的灵魂。

זאת היא עצה היעוצה שיוכל לקבל עליו ד' מיתות ב"ד [בית דין] בשלימות ישתה בחי' כוס יין הנ"ל.

这就是所给出的建议，使他能够完整地接受法庭的四种死刑：他应当饮用上面所说的那一层面的酒杯。

若要完整而真诚地接受四种死刑，一个人需要上面所说的“酒杯”——那使人醉的酒，能让他承受痛苦。接下来的段落会说明，这酒在实际中指的是什么。

## 真正的义人与火河

**16 והענין דהנה איתא בזוה"ק [בזוהר הקדוש] זכאי קשוט<sup>55</sup> כל יומא מסתכלי בנפשייהו כאלו ההוא יומא מסתלקי מעלמא.**

说明：圣洁的《Zohar》（זהר）中说：“真正的义人每天都审视自己，仿佛就在那一天要离开世界。”

《Zohar》说，真正的义人把每一天都看作自己在这个世界上的最后一天。阿尔特·雷贝将用这句话来解释那人陶醉的酒。

**ולכאורה אינו מובן<sup>56</sup> כי זכאי הם צדיקים וזכאי קשוט הם יותר במעלה עליונה ואיך שיבת אותם במעלת ומדרגת יראת עונש לבד.**

乍看之下，这并不容易理解，因为有义者（זכאי, zakkai）就是义人（צדיקים, tzaddikim），而真正有义者（זכאי קשוט, zakkai kshot）处于更高的层次；那么，怎能仅以惧怕惩罚这一品格和层次来称赞他们呢？

照字面理解，想到自己将死，是一种惧怕惩罚的方式，而这属于较低层次的事奉；Kehot的一条注释记载，有一份手稿明确这样写道，并添上“按其字面含义”。Zohar为何要以如此基础的事来称赞最高层次的义人——זכאי קשוט呢？

**אלא הענין הוא כי אפי' [אפילו] צדיק גמור כשהולך לג"ע [לגן עדן] צריך טבילה בנהר די נור<sup>57, 58, 59</sup> והטבילה הוא להעביר כח הזוכר מזה העולם. כי א"א לירש<sup>60</sup> מקומו בג"ע [בגן עדן] כל זמן שזוכר אפי' [אפילו] מקצת דמקצת<sup>61</sup> מעניני עוה"ז.<sup>62</sup>**

然而，事情是这样的：即使一位完全的义人（צדיק גמור, tzaddik gamur）前往伊甸园（גן עדן, Gan Eden），也需要在火河中浸浴；这浸浴是为了除去记忆这个世界的的能力。只要还记得哪怕这个世界事务中最微小的一点，就不可能承继自己在גן עדן中的位置。

答案是：即使一位完全的义人进入גן עדן，也必须在“火河”（נהר די נור, Nehar Dinur）中浸浴，以忘却这个世界；因为只要他仍记得哪怕一丝世间事务，就不能取得自己在那里的位置。火河是但以理（דניאל）所见、流在宝座前的河。在《Torah Ohr》的〈Yisro〉篇中，阿尔特·雷贝将此比作拉比泽拉（רבי זירא）：他在前往以色列地之前禁食，为的是忘却巴比伦塔木德。

17 וכן כשהולך מחיל אל חיל<sup>63</sup> מדי חדש בחדשו ומדי שבת בשבתו<sup>64</sup> יבא כל בשר להשתחוות לפני<sup>65</sup> וגו'

צריך עוד טבילה בנהר די נור אחר לשכות גם ההשגה<sup>66</sup> שהשיג בג"ע [בגן עדן] התחתון ועליון.

同样，当他“从力量迈向力量”时，[正如经上所说，]“从月朔到月朔，从安息日到安息日，凡有血肉者都要来在我面前下拜”，等等；他还需要在另一条火河中再浸一次，以至于连他在下层和上层伊甸园（גן עדן, Gan Eden）中所获得的领悟，也一并忘却。

灵魂在伊甸园中不断上升，“从力量迈向力量”；每逢月朔和安息日皆如此。每次上升时，它都需要再浸一次，以忘却甚至在较低层面所领悟的内容。Sefer HaMaamarim（ספר המאמרים）在Kehot注释所引文中解释说，这些是灵魂从一个殿堂升至另一个殿堂，以更充分地享受临在（שכינה, Shechinah）的光辉。

וזאת ישים האדם אל לבו כי הנה ענין ג"ע [גן עדן] הוא שנהנין מזיו השכינה<sup>67</sup> ואין זה אלא זיו כו'

人应当把这一点放在心上：伊甸园的本质，在于[灵魂]享受临在的光辉；而这不过是光辉，等等。

伊甸园被描述为灵魂享受临在的光辉，而那不过是光辉，并非 ה' 本身。人应当对此深加思量。

ומה אם לא בא אלא ליהנות מזיו השכינה צריך הוא להסיר כח הזוכר מהעוה"ז. הבא לדבקה בו ית' ע"י

תורה ותפלה על אחת כמה וכמה.<sup>68</sup>

既然一个只是为了享受临在的光辉而来的人，尚且必须除去记忆这个世界的能力，那么，一个借着妥拉和祈祷来与祂（愿祂受称颂）紧密相连的人，更何况呢！

若连享受仅仅是光辉也要求忘却这个世界，那么借着妥拉和祈祷与 ה' 本身紧密相连，就更是如此。这是举轻明重的推论（קל וחומר, kal vachomer）。

(וזהו כוונת הזוהר מסתכלי בנפשייהו כו' להסיר כח הזוכר מעניני עוה"ז כדי לדבקה בו ית' בתורה

ותפלה).

（这就是Zohar（זהר）所谓“他们观照自身”，等等：为了除去记忆这个世界诸事的能力，以便借着妥拉和祈祷与祂（愿祂受称颂）紧密相连。）

这就是Zohar所说的意思：真正的义人每日思及自己将离世，以便放下世间诸事，借着妥拉和祈祷与 ה' 紧密相连。这并非出于对惩罚的恐惧，而是为亲近祂作准备。

והנה יש בחי' נהר די נור אחר למטה הנעשה מזיעתן של חיות הקדש.<sup>69</sup> פ"י חיות הקדש היא אהבה

עליונה בבחינת יין המשמח.

现在，下方还有另一层面（בחינה, bechinah），即另一条火河；它由圣洁的活灵（חיות הקדש, Chayos）的汗形成。解释说：圣洁的活灵是属于“令人欢喜之酒”这一层面的至高之爱。

还有一条较低的火河；正如《塔木德》所说，它由圣洁的活灵——承载神圣战车的天使——的汗形成。圣洁的活灵代表至高之爱，即“令人欢喜之酒”。

וזיעתן הוא פסולת שלהן שבהשתלשלות האהבה למקום נמוך מאד נעשה שמרים ופסולת בירידתן לעוה"ז החומרי.

它们的汗就是它们的糟粕：当这种爱逐级下降到极低之处时，在下降至这个物质世界的过程中，便成为酒糟与废物。

它们的汗是这种爱的废弃物：当爱一步步降入这个粗重的物质世界时，便化为酒糟。下文将说明，这条较低的火河成为人对自己堕落处境的痛苦；这种痛苦如同进入伊甸园前的浸礼，使他忘却这个世界的事务。

#### 第6节 · 118-20

### 化为祈祷的苦涩

18 וזאת ישים האדם אל לבו בחי' הירידה איך שירד מטה מטה מאד ויתמרמר לבו מאד

人应当把这一点放在心上：思量自己下降到了何等地步，竟已降得极其低下；并让自己的心变得极其苦涩。

人应当反省自己已经跌落得多么深、低到了何等地步，直到心中生出苦涩。这种苦涩，正是那令人沉醉之酒的开端。

ויעצק אל<sup>70</sup> ה' בצר לו כמ"ש צעק לבם אל אדני.<sup>71</sup> עד שיצא מדעתו. פי' מדעתו ומחשבתו שהיה קשור בה כל היום.

他在困苦中向 ה' 呼喊，正如经文所说：“他们的心向 אדני 呼喊。”直到他脱离自己的理智。意思是：脱离他原有的理智和思想——他整日都系缚于其中。

随后，他在困苦中向 ה' 呼喊；这是发自心底的呼喊，正如“他们的心呼喊”所说，深切到使他“脱离自己的理智”。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）解释说：他摆脱了那些整日缠绕着自己的念头和挂虑。

19 ויתקע מחשבתו בחזק בעומק במרירות נפשו עד שיסיר כח הזוכר מעניניו ומעסקיו. וזהו בחי' יין המשכר וישתה וישכח רישו<sup>72</sup> ועל ידי זה יוכל להתפלל ולומר ברוך אתה לנוכח מעומקא דלבא.

他要以坚定而深沉的心思，专注于自己灵魂中的苦涩，直到使自己记忆个人事务和营生的能力消退。这就是醉人的酒这一层面：“让他喝下，忘却自己的贫困。”借此，他便能够祈祷，并从内心深处直接向你称颂：“你是应当受祝福的。”

人若将心思深深沉入灵魂的苦涩之中，便会忘记自己的生意和事务。这就是醉人的酒——“让他喝下，忘却贫困”；这使他能够从内心深处直接向 ה' 说：“你是应当受祝福的。”

כי ענין המרירות הוא על העבר כי מר נפשו על הסתר פניו ית' כי אילו היה גילוי אלהותו ית' עכ"פ [על כל פנים] כמורא בשר ודם. כמאמר רבן יוחנן בן זכאי<sup>73</sup> לתלמידיו הלואי שיהי' [שיהיה] מורא שמים עליכם וכו'.

因为，这苦涩是针对过去的：他的灵魂为祂的面容被隐藏（愿祂受祝福）而感到苦涩；要是祂的 אלקות（愿祂受祝福）曾显现出来，使人对祂的敬畏至少如同人对血肉之人的敬畏那样！正如拉班·约哈难·本·扎凯（רבן יוחנן בן זכאי）对弟子们说：“但愿天上的敬畏临于你们身上”，等等。

这苦涩是针对过去的，是为 ה' 向他隐藏而生的；他对 ה' 的敬畏甚至不及人面对另一个人时所感到的敬畏。拉班·约哈难·本·扎凯祝愿他的弟子们，愿他们对天上的敬畏至少如同对血肉之人的畏惧一般深切。

**20 ולכן כשישוב אל ה' יבקש גילוי אלהותו ית' מעומקא דלבא וזהו ברוך אתה כו' וכל התפלות ובקשות הם מסודרים עד"ז.**<sup>74</sup>

因此，当他回归 ה' 时，便会从内心深处祈求祂 אלקות 的显露，愿祂受称颂；这就是“你是应当受颂赞的”，等等。一切祈祷和祈求也都是按照这一方式安排的。

他回归 ה' 时，所祈求的是 ה' 向他显露；这就是“你是应当受颂赞的”——直接向 ה' 说话的含义。一切祈祷和祈求都以此为基础。Kehot 的一条注释指出，最后这句话在一份抄本中缺失，可能是柴马赫·策德克（צמח צדק）后来增补的。

**וכן בקבלת מ"ש בק"ש [בקריאת שמע] באמת כי באמת רצונו וחפצו לדבקה בו ומר נפשו על ריחוקה מאור פני מלך**<sup>75</sup>

在诵读示玛祷文（קריאת שמע, Shema）时接受天国的王权，也同样是真诚的：因为他确实愿意、渴望与祂紧密相连；自己的灵魂因远离君王面容之光而感到痛苦。

同样，他在诵读示玛祷文时接受天国的王权，也是出于真诚，因为他确实想与 ה' 紧密相连，并因自己远离“君王面容之光”而感到痛苦。

**ואף כי באמת עדיין הוא רחוק מ"מ עכ"ז [עם כל זה] יש בחי' הבדלה מי הוא הרחוק כמ"ש במ"א.**

虽然实际上他仍然遥远，然而即便如此，仍有一种区别，[在于]谁才是那个遥远的人，正如别处所解释的。

虽然他仍然远离 ה'，但远离者是谁，这一点很重要：因自己的远离而痛苦的人，与对此毫不在意的人并不相同。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן, Alter Rebbe）指的是他在别处对此所作的解释。

וגם בבחי' יין זה צריך מקודם הסחיטה לשום עצמו כשיריים במה שיעמיק במחשבתו ענין כל המעשים ודבורים ומחשבות שעברו עליו אשר לא לה' המה ויהיה שפל רוח מאד:<sup>76</sup>

而且，对于这种酒的层面，在榨取之前，他也必须先使自己成为残余之物：深入思量自己过去的一切行为、言语和思想，哪些并非为了 ה'；并使自己的心灵极其谦卑。

在榨取而得到这种酒之前，他也必须先使自己成为残余之物，觉得自己毫无分量；为此，他要思量自己所有并非为了 ה' 的行为、言语和思想。在《Likutei Torah》的〈Masei〉篇中，阿尔特雷贝沿着这一思路解释“使自己成为残余之物”，并回指本篇关于真正义人的讨论。

## 第7节 · ¶ 21-22

### 将光隐藏在托拉中：约瑟的层面

21 אך עוד אחת היא צריך לשית עצות בנפשו ב' בחי' יין הנ"ל והוא מארז"ל [מאמר רבותינו זכרונם לברכה] על וירא אלקים את האור כי טוב כי טוב הוא לגנוז.<sup>77</sup>

不过，还有一件事：他必须就上述酒的两个层面，在自己的灵魂中筹划。我们的贤者，愿其纪念蒙福，曾就“אלקים看见光，认为这是好的”说：“它适宜隐藏起来。”

关于这两种酒——喜悦之酒与苦涩之酒——还有一条劝诫。贤者们说，光“适宜珍藏起来”；同样，人祈祷时所达到的光，也必须隐藏起来并妥善保存。

וביאור הענין כמ"ש בקשתי את שאהבה נפשי וגו' אחזתיו ולא ארפנו עד שהבאתיו אל בית אמי ואל חדר הורתי.<sup>78, 79</sup>

此事的解释，正如经上所写：“我寻找我心所爱的那一位……”“我抓住他，不肯放他，直到我把他带进我母亲的家，带进孕育我的那位的内室。”

《雅歌》中的这节经文描述了抓住所爱之人，并把他带进“我母亲的家”和“孕育我的那位的内室”。祈祷中生发的爱，也必须被带到一个能够长存之处。

בית אמי זו תושב"כ [תורה שבכתב] חדר הורתי זו תושבע"פ [תורה שבעל פה] שהם בחי' כלים להכניס בתוכם גילוי אלהותו ית' בחי' כוס פרעה.

“我母亲的家”指成文妥拉；“孕育我的那位的内室”指口传妥拉。它们是器皿的层面，用来容纳祂的 אלקות（愿祂受称颂）之显现，也就是法老（פרעה）之杯这一层面。

“我母亲的家”指成文妥拉，“内室”指口传妥拉。它们是承载祂的 אלקות显现的器皿，也是法老的“杯”。

## 22 וכמ"ש כוס ישועות אשא<sup>80</sup> ואז מתקיים היין בתוכו משא"כ בבטול הכלים מסתלק האור כנודע.

正如经上所说：“我要举起救恩之杯”；这样，酒便得以保存在杯中。反之，当器皿处于自我消融（ביטול, bittul）的状态时，光便离去，众所周知。

杯子盛着酒；没有器皿，光便会离去，这一点可从卡巴拉（קבלה, Kabbalah）关于光与器皿（אורות וכלים, Oros v'Keilim）的教导中得知。因此，祷告之爱唯有被托拉承载时，才能持久。

ועוד יזכור לו ענין מעשיו שלא יהיה בשביל עצמו כ"א לעשות נח"ר [נחת רוח] לפניו ית' להיות מכון לשבתו להיות לו דירה בתחתונים<sup>81</sup>

此外，他还要记住自己行为的意义：这些行为不应是为自己，而应是为了在祂面前带来满足，成为祂安居的固定所在，使祂在下界拥有居所，成为下界中的居所（דירה בתחתונים, dirah betachtonim）。

人也应记得，他的事奉不是为了自己，而是为了使 ה'欣悦，使这个下界成为 ה'的居所。

והיינו שיכין אורו בתוך אותיות התורה שהם כלים לאורו ית' וזהו בחי' יוסף פי' יוסף תענוג ונח"ר [ונחת רוח] לפניו ית'.

也就是说，他要把祂的光安置在托拉的字母之中；这些字母是承载祂之光的器皿，愿祂受称颂。这就是约瑟（יוסף）的层面；“约瑟”意为“他将增添”（יוסף, yosif）——他会在祂面前增添愉悦与满足，愿祂受称颂。

这是在他把 ה'的光安置在托拉字母之中时发生的；这些字母是承载那光的器皿。这就是约瑟的层面；约瑟之名意为“他将增添”，正如拉结（רחל）为他起名时所说：“愿 ה'再为我添一个儿子”（יוסף, yosef）；他在 ה'面前增添愉悦与满足。

### 第8节 · ¶ 23-25

## 忘记约瑟与法老的梦

## 23 וזהו שאמר הכתוב ולא זכר שר המשקים את יוסף<sup>82</sup> וישכחהו<sup>83</sup> ויהי מקץ<sup>84</sup>

而这正是经文所说的：“酒政长没有纪念约瑟（יוסף），竟把他忘了。事情到了末了。”

阿尔特雷贝回到他开篇引用的经文：酒政忘了约瑟，随后便是“末了”。他现在从灵魂的角度解释这些经文。

**פ' כי ע"י ולא זכר בחי' יוסף שהוא להרבות תענוג<sup>85</sup> לפניו ית' נתהוה עי"ז ויהי מקץ לשון סוף ותכלה לבחי' שנתים ימים**

意思是：由于“他没有记念”约瑟这一层面——其内涵是在祂面前（愿祂受赞颂）增加愉悦（תענוג, taanug）——由此便产生了“到了末了”（מקץ, miketz）；“末了”有终结、止息之意，指“两年日子”这一层面。

当“酒政”——祈祷的声音——不记念约瑟，也就是不记念在 ה' 面前增加愉悦这一目的时，结果便是 miketz（מקץ），即“末了”、止息。所终结的是称为“两年日子”的层面。

**פ' שיכלה ח"ו [חס ושלום] אצלו בחי' התורה שהיא בחי' שנתים ימים כמ"ש ואהיה שעשועים יום יום<sup>86, 87</sup> אלפים שנה קדמה התורה לעולם.<sup>88, 89</sup>**

意思是，托拉这一层面对他而言会停止，愿绝不如此；这就是“两年日子”这一层面。正如经文所说：“我曾是[祂的]喜悦，日[复]日”（יום יום, yom yom）：托拉先于世界两千年。

“两年日子”指托拉：“两年”（שנתים, shenasayim）与“日子”（ימים, yamim）连在一起，使人联想到“我曾是[祂的]喜悦，日[复]日”（יום יום, yom yom）这句经文。圣贤将其解作 ה' 的两个“日子”，每个日子各为一千年，也就是托拉先于世界的两千年。因此，忘记约瑟会导致托拉在一个人的生命中止息，愿绝不如此。

**24 והיינו כמ"ש בתיקונים<sup>90</sup> חכים ולא בחכמה ידיעא מבין ולא בבינה ידיעא בחי' חכמה תשב"כ [תורה**

שבכתב] בחי' בינה תשב"ע"פ [תורה שבעל פה]

这正如《Tikkunei Zohar》（תיקוני זהר）所说：“有智慧，却不是以一种可知的智慧；有理解，却不是以一种可知的理解。”智慧（חכמה, Chochmah）是成文妥拉的层面；理解（בינה, Binah）是口传妥拉的层面。

《Tikkunei Zohar》（תיקוני זהר）说，ה' 有智慧，却不是以一种可以被他人认知的智慧；有理解，却不是以一种可以被他人认知的理解。Chochmah 对应成文妥拉，Binah 对应口传妥拉；这两者就是前文所说的两种“器皿”。

**כי מחמת שכוונתו בשביל עצמו אינו חושש לגנוז האור בכלי ודי לו בהתגלות האור לבד בתפלה.**

因为他的意图是为了自己，所以他不在意将光隐藏在器皿中；对他而言，单单在祈祷中显现光就足够了。

为自己而祈祷的人，不在意以妥拉的器皿承载光。在祈祷中体验到显现，对他而言就足够了。

**אך במשך הזמן נעשה ופרעה חולם<sup>91</sup> פ' שאפילו בחי' התגלות בחי' יין הנ"ל שיש לו אינן אמתיים כ"א דרך דמיון וחלום שגורם הסתלקות האור כו'.<sup>92</sup>**

然而，随着时间推移，就出现了“法老正在做梦”：也就是说，即使他拥有上述酒这一层面的显现，也并非真实，只不过是幻象和梦境的样式，因而导致光退去，等等。

随着时间推移，这就变成了“法老正在做梦”：他在祈祷中感受到的显现，最终证明只是虚幻，如同梦境。没有器皿，光就会退去。

## 25 ולכן נופל לבחינת מדות שהמדות הן נרגשות בנפשו שבע פרות הטובות<sup>93</sup> כו' ומיד עולות אחריהן שבע

פרות אחרות ותאכלנה<sup>94</sup> כו'

因此，他跌落到情感属性（מדות, middos）的层面（בחינה, bechinah），因为这些属性会在他的灵魂中被感受到：“七头好牛”等等；紧接着，“又有七头别的牛上来”，“它们就吃了”等等。

若没有托拉这器皿，人就会跌落到情感属性的层面，把情绪当作自己的亲身体验。这就是法老（פרעה）梦中的“七头好牛”：祈祷中的美好感受，很快便被随后升起的“七头别的牛”——不好的感受——吞没。

ולא נודע כי באו אל קרבנה<sup>95</sup> פי' שנסתלק ונתעלם האור כ"כ [כל כך] עד שנדמה לו כאלו לא התפלל מעולם.

“却不知道它们曾进入其中”：意思是，光已经退去并隐藏得如此之深，以致他觉得自己仿佛从未祈祷过。

就像法老的梦中，瘦牛吃了肥牛，却看不出任何痕迹；他祈祷的光也消失得如此彻底，仿佛他根本从未祈祷过。

משא"כ בבחי' יוסף שהוא מוסיף ומרבה תענוג ונח"ר [ונחת רוח] לפניו ית' להיות מכון לשבתו ולהיות לו דירה בתחתונים

约瑟（יוסף）的层面却并非如此：他增加并增进在祂面前的愉悦（תענוג, taanug）与满足，使其事奉成为祂安居的固定所在，并使祂在下界中有居所（דירה בתחתונים, dirah betachtonim）。

约瑟的层面恰恰相反：他的事奉旨在增加在 ה' 面前的愉悦与满足，为祂建立固定的所在，并使祂在下界中有居所。

ואז<sup>96</sup> אין המדות נרגשות בנפשו כלל לא שבע פרות הטובות כו' ומכש"כ [ומכל שכן] שאין רע יורד מלמעלה<sup>97</sup> רק טוב גנוז בתוכו:

那么，这些属性在他的灵魂中就完全不会被感受到，连[甚至]“七头好牛”等等也不会；更不用说[坏的情感]了，因为从上面不会有邪恶降下，只有隐藏在其中的善。

一个人的事奉若是为了使 ה' 在下界有居所，他就根本不会把自己的情绪当作亲身体验；连好的情绪也不会如此感受到，更不用说坏的情绪了，因为从上面不会有邪恶降下，只有隐藏其中的善。在下一篇讲章（מאמר, maamar）（Torah Ohr（תורה אור）, Miketz 2）中，阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）解释说，借着研习托拉的愉悦—— ה' “日日的愉悦”——一切阻碍都会消除，邪恶也不会从上面降下；若没有这种愉悦，“两年的日子”便告终，法老就会做梦。

## 在阿沃达中

祈祷之前，先使自己谦卑，好让隐秘的爱显露出来；若无法达到喜乐，就因自己远离 ה' 而诚实地感到苦涩，让这种苦涩使你忘却自己的事务，并从心底祈祷。之后，不要以这种感受为满足：要把这光摄持在 תורה 的研习中，一切都为了 ה'，使祂在下界得着居所，不让这光如梦一般消逝。

## 讨论问题

1. 这篇 maamar 如何把气管 (kaneh) 与酒政长官联系起来？为什么声音是心智与心之间的桥梁？
2. 令人欢欣的酒与使人醉迷的酒有何不同？各自适用于谁？
3. 阿尔特雷贝 (אדמו"ר הזקן) 如何回答《Zohar》为何称赞那些每日思及离开世界的真正义人？
4. 祈祷之光为何需要托拉的器皿？“将它隐藏起来”是什么意思？
5. 情感“在灵魂中被感受到”是什么意思？为什么约瑟的层面不受此限？

出处与参考资料

## 注释

### 第1段

#### 1 ויהי מקץ

此注引导读者参阅本卷前文所载的雷贝（**הרבי**）资料注，以查阅这篇maamar的更多参考资料；注中将其日期定为 5557 年（1796 年）光明节安息日。

KEHOT 注释

ראה לעיל בציונים לכ"ק אדמו"ר זי"ע. המאמר הוא משבת חנוכה תקנ"ז.  
ראה מאמרי אדה"ז הקצרים ע' כ. וברשימת המאמרים שם. והמאמר שם  
הוא כעין ביאור לכאן. המאמר עם הגהות באוה"ת כרך ה תתקעא, א.  
והוספה בכרך ו תתש, א.

#### 2 ויהי מקץ

《Miketz》（**מקץ**）篇的叙事以此开篇：酒政长官官复原职整整两年后，法老梦见自己站在尼罗河边。这篇讲论（**מאמר**，maamar）按其独特方式解读其中两个词：“末了”（**מקץ**，miketz），意为终结或止息；“两年的日子”则指托拉，因为托拉早于世界两千年（第23段）。（背景：Steinsaltz Tanakh）

בראשית מ"א:1:1 Genesis 41:1

וַיְהִי מִקֵּץ שְׁנָתַיִם יָמִים וַפְרָעָה חֹלֵם וְהָנָה עֶמֶד עַל־הַנָּהָר:

And it came to pass at the end of two full years, that Pharaoh dreamed: and, behold, he stood by the river.

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

KEHOT 注释

בראשית מא, א. בבוך 2217 מתחיל: "ויהי מקץ, שנתים ימים וגו' והנה  
שבע פרות וגו', והנה פרשה זו מחוברת לפרשה שלמעלה ממנה ולא זכר שר  
המשק"י וגו' כי לבעבור זה לא זכר וגו' נתהווה ויהי מקץ, וביאור הענין כי  
כמו שיש פרעה ושר המשקים בקליפה כך זה לעומת זה עשה אלקים  
בקדושה ג"כ ויוכל ג"כ למצוא האדם בחי' אלו בנפש האלקית כי בצלם  
אלקים עשה את האדם."

#### 3 ולא זכר שר המשקים

Vayeshev（**וישב**）篇的最后一节：尽管他的梦正如约瑟（**יוסף**）所说应验了，酒政长官却没有记住约瑟的恳求，后来也把他忘了。阿尔特雷贝（**אדמו"ר הזקן**）将“Miketz”解读为这场遗忘的后果。（背景：Steinsaltz Tanakh）

בראשית מ"ב:23 Genesis 40:23

וְלֹא־זָכַר שַׂר־הַמִּשְׁקִים אֶת־יוֹסֵף וַיִּשְׁכַּח:

Yet did not the chief butler remember Joseph, but forgot him.

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

KEHOT 注释

בראשית מ, כג.

#### 4 שו"ה לפרשה — כי מפני

手稿写作“由于”而不是“正因为”；意思相同。

KEHOT 注释

בבוך 1174: כי בעבור.

#### 5 עשה אלקים

Koheles（**קהלת**）劝人享受好日子，并思量坏日子，因为“**ה'**造了这个，与那一个相对”：好与坏被造为彼此对应的一对。哈西迪思想（**חסידות**，Chassidus）据此提出一项原则：神圣领域中的每一个层面，在外壳（**קליפה**，kelipah）中都有与之相对应者，反之亦然。（背景：Steinsaltz Tanakh）

קהלת ז:14 Ecclesiastes 7:14

בְּיוֹם טוֹבָה הָיָה בָטוֹב וּבְיוֹם רָעָה רָאָה גַם אֶת־זֶה לְעִמְתּוֹ עָשָׂה הָאֱלֹקִים עַל־דְּבַר־שָׁלָא יִמָּצֵא הָאָדָם אַחֲרָיו מְאוּמָה:

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)

#### 6 שו"ה המשקים — עשה אלקים שכמו"כ בסטרא דקדושה יש ג"כ בחי' אלו

手稿写道：“圣洁一方也有这一层面；人也可以在圣洁一方、在源于 **ה'** 的灵魂中找到这些层面，因为祂照着 **ה'** 的形象造了人。”

KEHOT 注释

בבוך 1174: "עשה אלקים בחי' קדושה ג"כ, ויוכל האדם למצוא בחי' אלו  
ג"כ בקדושה בנפש האלקית, כי בצלם אלקים עשה את האדם."

#### 7 שכמו"כ בסט' דקדושה יש ג"כ בחי' לו

注释指出，本篇maamar在这里没有继续直接解释圣洁一方的这些对应层面，并引导读者参阅《Or HaTorah》（**אור התורה**）版本。

KEHOT 注释

כאן אינו מבאר הענינים בקדושה, ראה אוה"ת בראשית כרך ה תתקעא, א.  
ע"ש.

### 第2段

#### 8 ד' יסודות בנפש האדם ארמ"ע

那里也说，源于 **ה'** 的灵魂中，水居于脑，火居于心；而且，元素的组合因人而异：有些人的神圣之火像炽热的炭火般明显燃烧，另一些人则有一颗隐而不显的火花，可以将它煽成火焰。每个犹太人至少都有这样一颗火花。

KEHOT 注释

ראה לקו"ת אמור לב, ג.

#### 9 ומקור הליחות

手稿作“以及水和湿润之物所在之处”。

KEHOT 注释

בבוך 633: ומקום המים והלחות.

#### 10 והריאה שואבת כל מיני משקה

塔木德列举了各器官的功能，并说肺会吸入各种液体。阿尔



## 第4段

## 20 והיינו ההתבוננות בבחי'

手稿中省略了“默想”一词，只写作“也就是说，这一层面”。

KEHOT 注释

בבויך 265: והיינו בבחי'.

- 21 摩西 (משה) 提醒以色列人，他们曾见证那些奇迹，为要使他们知道，הוי (Havayah) 就是 ה: “除祂以外别无他物。”按经文的浅义，这句话是说没有别的力量；חסידות (Chassidus, 哈西德哲学) 则按字面理解，即除 ה以外，确实没有任何事物存在。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Deuteronomy 4:35 דברים ד': להי' 5

אתה הראת לדעת כי ה' הוא האֱלֹהִים אֵין עוד מלבדו:

Unto thee it was shown, that thou mightiest know that the L-RD, He is G-d; there is none else beside Him.

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

## 22 ברוח פיו כל צבאם

诗篇作者赞美创造主：“凭 ה之言，诸天被造；凭祂口中的气息，天上的万象都被造。”创造乃是 ה的言语，因此受造界在祂面前全然自我消融。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Psalms 33:6 תהילים ל"ג: וי' 6

בדבר ה' שמים נעשו וברוח פיו כל־צבאם:

By the word of the L-RD were the heavens made; And all the host of them by the breath of His mouth.

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

KEHOT 注释

תהלים לג, ו.

## 23 וכולא קמי' כלא חשיב

《佐哈尔》(זהר) 中的说法：“在祂面前，一切都被视为虚无。”阿尔特雷贝 (אדמו"ר הזקן) 在其著作中反复使用这句话。

ספר הזהר, הקדמה 20:188–22:199 Zohar, Introduction

כ"קפ"ח-כ"ב: קצ"ט

## 第5段

## 24 אֵין עוד בשמים ממעל

摩西 (משה) 告诉以色列人，要知道并铭记于心：在上面的天上和下面的地上，הוי (Havayah) 就是 ה: “除此之外别无所有一。”阿尔特雷贝 (אדמו"ר הזקן) 将这句话转述为人都能达到的一种认知。(背景: Steinsaltz Tanakh)

Deuteronomy 4:39 דברים ד': להי' 9

וְיָדַעְתָּ הַיּוֹם וְהַשַּׁבָּת אֲלֵי־לִבְךָ כִּי ה' הוּא הָאֱלֹהִים בְּשָׁמַיִם מִמַּעַל וְעַל־הָאָרֶץ מִתַּחַת אֵין עוֹד:

know this day, and lay it to thy heart, that the L-RD, He is G-d in heaven above and upon the earth beneath; there is none else.

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

## 第6段

## 25 כלתה נפשו

诗篇作者渴慕圣殿：“我的灵魂渴慕，甚至憔悴欲绝 (כלתה, kalsah)，渴望进入 הוי (Havayah) 的院宇。”כלתה 一词也有耗尽之意，表达灵魂渴望消融于 ה。(语境: Steinsaltz Tanakh)

Psalms 84:3 תהילים פ"ד: ג' 3

נִכְסַפָּה וְגַם־כָּלְתָה נַפְשִׁי לְחַצְרוֹת ה' לְבִי וּבִשְׁרֵי יְרֵנּוּ אֶל אֱלֹהֵי:

My soul yearneth, yea, even pineth for the courts of the L-RD; my heart and my flesh sing for joy unto the living G-d.

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

## 26 כרשפי אש שלהבת

那位女子请求她的爱人把她如印记般放在心上，因为爱情坚强如死亡，“它的火花是火的火花，是 ה的火焰。”阿尔特雷贝用这句话来说明灵魂炽热的爱。(语境: Steinsaltz Tanakh)

Song of Songs 8:6 שיר השירים ח: ו' 6

שִׁימֵנִי כְחוֹתָם עַל־לִבְךָ כְחוֹתָם עַל־זְרוֹעֶךָ כִּי־עֲזָה כְמוֹת אֶהְיֶה קֶשֶׁה כַּשָּׂאוֹל קִנְיָאָה רִשְׁפִּיהָ רִשְׁפִּי אֵשׁ שְׁלֶהֶבֶתִיהָ:

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)

## 27 שהמים יורדים ממקום גבוה למקום נמוך

塔木德把托拉比作水：水离开高处，流向低处；托拉也只在谦卑者身上。这里的意象是 ה的光流降至灵魂之中。

Ta'anit 7a:15 תענית ז' א: ט"ו 15

וְאָמַר רַבִּי חֲנִינָא בַר אֵיִדִּי: לְמָה נִמְשְׁלוּ דְבָרֵי תוֹרָה לְמִים, דְּכַתִּיב: "הוּא כֹל צִמָּא לְכוּ לְמִים", לֹאמַר לָךְ: מָה מִים מְנִיחִין מְקוֹם גָּבוֹה וְהוֹלְכִין לְמְקוֹם נָמוּךְ, אִם דְּבָרֵי תוֹרָה אֵין מִתְקַיִּימִין אֲלָא בְּמִי שְׂדַעְתּוֹ שְׁפֵלָה.

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

KEHOT 注释

תענית ז, א.

## 28 בעל כרחך אתה חי

“你是被迫出生的，也是被迫活着的。”阿尔特雷贝用这句话说明：灵魂虽渴望升上去，却仍留在下方的身体中，以实现 ה的意愿。

Pirkei Avot 4:22 משנה אבות ד': כ"ב 22

... וְאֵל יִבְטִיחֶךָ יִצְרָה שֶׁהַשָּׂאוֹל בֵּית מְנוּס לָךְ, שֶׁעַל כָּרְחֶךָ אֵתָה נּוֹצֵר, וְעַל כָּרְחֶךָ נּוֹלֵד, וְעַל כָּרְחֶךָ אֵתָה חַי, וְעַל כָּרְחֶךָ אֵתָה מֵת, וְעַל כָּרְחֶךָ אֵתָה עֲתִיד לָמוּת דִּין וְחֶשְׁבוֹן לִפְנֵי מֶלֶךְ הַמַּלְכִּים הַקְּדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא:

He used to say: the ones who were born are to die, and the ones who have died are to be brought to life, and the ones brought to life are to be judged; So that one may know, make known and have the knowledge that He is G-d, He is the designer, He is the creator, He is the discerner, He is the judge, He the witness, He the complainant, and that He will summon to judgment. Blessed be He, before Whom there is no iniquity, nor forgetting, nor ...

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

## 第7段

## 29 הוי כל צמא לכו למים

先知呼喊道：“喂，凡口渴的人，都来就水吧！”这是邀请众人自由取用那赐予生命之物。贤者将水解读为托拉（תורה, Torah）；在这里，水回应着灵魂对 ה' 的渴望。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Isaiah 55:1 א'י:ה:שעיהו

הוי כל צמא לכו למים ואשר אינלו כסף לכו שברו ואכלו ולכו שברו בלוא כסף ובלוא מחיר יין וחלב:

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 注释

ישעיה נה, א.

## 30 כמ"ש במ"א

该处的版本指出，这里的“别处”是关于“当你出征攻打仇敌时”的 maamar；该 maamar 解释了两种爱：由沉思而生、源自理解（בינה）的炽热渴慕之爱，以及智慧（חכמה）之内的爱，称为父（אבא）的慈爱（חסד），因为那里显现无限之光，所以这种爱是自我消融。

KEHOT 注释

באה"ת בראשית כרך ה תתקעא, א מציין: "ובמקום אחר על פסוק כי תצא למלחמה על אויבך כו' נתבאר שם גם כן ענין זה והוא שיש ב' מיני אהבה הא' אהבה כרשפי אש ובח"י צמאון הבאה מההתבוננות והיא מבחי' בינה, והב' הוא בחי' אהבה שבחכמה הנק' חסד דאבא שהחכמה הוא בחי' ביטול לפי ששם גילוי אוא"ס." ע"ש בארוכה. ראה מאמרי אדה"ז הקברים ע' ריז.

## 31 שו"ה הוא הקנה — והוא בחי' מקור אותיות

Kehot 对这些文字所列的出处指引（其注释见下方）。

KEHOT 注释

הקנה והוא כ"ב אותיות.

## 32 קנה חכמה קנה בינה

父亲劝儿子说：“求得智慧，求得理解”，并嘱咐他不可忘记这些。阿德莫尔·哈扎肯（אדמו"ר הזקן）借 קנה (kneh, 取得) 与 קנה (kaneh, 气管) 之间的文字游戏，将气管与智慧联系起来。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Proverbs 4:5 משלי ד'ה:5

קנה חכמה קנה בינה אלי־תשכח ואלי־תט מאמר־פי:

Get wisdom, get understanding; Forget not, neither decline from the words of my mouth;

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

KEHOT 注释

משלי ד, ה.

## 第8段

## 33 והנה גפן לפני

在狱中，酒政长把自己的梦告诉约瑟（יוסף）：有一棵葡萄树在他面前。本文将这个梦解读为对神圣事奉的描述。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Genesis 40:9 בראשית מ'ט:9

ויספר שר־המשקים אֶת־חֲלֹמוֹ לְיוֹסֵף וַיֹּאמֶר לוֹ בְּחִלּוֹמִי וְהִנֵּה־גֶפֶן לִפְנֵי:

And the chief butler told his dream to Joseph, and said to him: 'In my dream, behold, a vine was before me;

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

KEHOT 注释

בראשית מ, ט.

## 34 ואשחט את הענבים

酒政长接着说：他把葡萄挤进法老的杯中，又把杯放在法老手里（כף, kaf, 字面义为“手掌”）。每个细节都将依次加以解释。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Genesis 40:11 א'י:ה:שעיהו

ויספר פְּרָעָה בְּנֵדִי וַאֲכַח אֶת־הָעֲנָבִים וַאֲשַׁחֲט אֹתָם אֶל־כּוֹס פְּרָעָה וְאָחַז אֶת־הַכּוֹס עַל־כַּף פְּרָעָה:

and Pharaoh's cup was in my hand; and I took the grapes, and pressed them into Pharaoh's cup, and I gave the cup into Pharaoh's hand.'

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

## 35 גפן נק' כנס"י

塔木德将酒政长梦中的葡萄树解释为以色列。阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）称这葡萄树为以色列会众，其中包括所有灵魂共同组成的整体。

Chullin 92a:5-6 א'ה:ה-ו'

(בראשית מ, י) ובגפן שלשה שריגים אמר רב חייא בר אבא אמר רב אלו ג' שרי גאים היוצאים מישראל בכל דור ודור פעמים ששנים כאן ואחד בארץ ישראל פעמים ששנים בארץ ישראל ואחד כאן ויהיו רבנן עינייהו ברבנא עוקבא ורבנא נחמיה בני בריתא דרב רבא אמר אלו שלשה שרי גוים שמלמדים זכות על ישראל בכל דור ודור

Wikisource Talmud Bavli (CC-BY-SA)

KEHOT 注释

חולין צב, א.

## 第9段

## 36 יין המשמח אלקים ואנשים

在约坦（ייתם）的寓言中，树木请葡萄树统治它们，葡萄树却拒绝了：“我岂可放弃我的酒，这酒使 ה' 和人欢喜？”按字面意思，它是借着倾倒在祭坛上的酒使 ה' 欢喜。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）用这句话指称使人欢喜的爱 ה' 之情。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Judges 9:13 שופטים ט'י:13

ותאמר להם הגפן הַדִּלְתִּי אֶת־תִּירוֹשִׁי הַמְּשַׁמֵּחַ 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 注释

שופטים ט, יג.

### 37 שו"ה כך א"א — מבטשים

手稿读作阿拉米语“mevatin lon”，而非“mevatshim”（压碎）。

KEHOT 注释

בבזך 1174: מבטין לון.

## 第 10 段

### 38 והיו שפל רוח

此注指向《Likkutei Sichos》中的一篇谈话，其中讨论了《Mishnah》（משנה）关于心灵谦卑的这段教导。

KEHOT 注释

אבות ד, י. ראה לקו"ש ח"ד ע' 1212.

### 39 והיו שפל רוח בפני כל אדם

拉比梅厄（רבי מאיר）教导说：“在每一个人面前，都要心存谦卑。”阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）强调，人必须主动谦卑自己，而不是等到被人降卑。

משנה אבות ד':י: Pirkei Avot 4:10

רבי מאיר אומר, הוי ממצט בעסק, ועסק בתורה. והוי שפל רוח בפני כל אדם. ואם בטלת מן התורה, יש לך בשלים הרבה כנגדך. ואם עמלת בתורה, יש לו שקר הרבה לתן לך:

Rabbi Meir said: Engage but little in business, and busy yourself with the Torah. Be of humble spirit before all men. If you have neglected the Torah, you shall have many who bring you to neglect it, but if you have labored at the study of Torah, there is much reward to give unto you

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

### 40 ונפשי כעפר לכל תהי'

《塔木德》所记载的祷文“我的 ה', 求你守护我的舌头”中说：“愿我的灵魂在众人面前如尘土一般。”

ברכות י"ז א' ד' 17a:4 Berakhot

מר בריה דרבנא כי הוה מסיים צלותיה אמר הכי: "אלקי, נצור לשוני מרע ושפתותי מדבר מרמה, ולמקללי נפשי תדום, ונפשי קעפר לכל תהיה. פתח לבי בתורתך, ובמצותיך תרדוף נפשי. ומצילני מפגע רע, מיצר הרע, ומאשה רעה, ומקל רעות המתרגשות לבא בעולם. וכל החושבים עלי רעה מתרה הפך עצתם וקלל מן שבותם. יהיו לרצון אמרי פי והגיון לבי לפניך ה' צורי וגואלי."

Mar b. Kabina used to add at the conclusion of his prayer : O my G-d ! (Guard my tongue from evil and my lips from speaking guile ; and to such as curse me let my soul be dumb, yea, let my soul be unto all as the dust. Open my heart to Thy Torah, and let my soul pursue Thy commandments. And do Thou deliver me from mishap, from the evil impulse, and from an evil woman and all evil which breaks forth to come upon the world. ...

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

### 41 שו"ה ערלה — החופפת

手稿作“覆盖并遮蔽”，与下一段相同。

KEHOT 注释

בבזך 1174: החופפת ומכסה.

### 42 ומלתם את ערלת לבבכם

摩西（משה）对以色列人说：“割去你们心上的包皮，不要再硬着颈项。”也就是说，要除去阻隔心与 ה'的事物。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）将包皮解释为心对多余事物的贪恋。（语境：Steinsaltz Tanakh）

Deuteronomy 10:16: דברים י':ט"ז

ומלתם את ערלת לבבכם ופרעכם לא תקשו עוד:

Circumcise therefore the foreskin of your heart, and be no more stiffnecked.

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

KEHOT 注释

דברים י, טז.

## 第 11 段

### 43 בחי' עור הפריעה

手稿补充道：“这属于 נוגה 这一层面。”

KEHOT 注释

בבזך 265 נוסף: הוא בחי' נוגה. ובבזך 1174 נוסף: בחי' נוגה.

## 第 12 段

### 44 ואתן את הכוס על כף פרעה

酒政之梦的最后一个细节：“我把杯子放在法老的手掌上”，按字面意思，就是放进法老手里。阿 Alter Rebbe 将此解作：在祈祷中献上灵魂之爱，以趋向 ה'的显现。（背景：Steinsaltz Tanakh）

בראשית מ':י"א 40:11 Genesis

וכוס פרעה בנדי ואקח את־הענבים ואשתט אתם אלי־כוס פרעה ואתן את־הכוס עלי־כף פרעה:

and Pharaoh' s cup was in my hand; and I took the grapes, and pressed them into Pharaoh' s cup, and I gave the cup into Pharaoh' s hand.'

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

### 45 על כפים חקותיך

ה'回应感到被遗弃的锡安：“看哪，我已将你刻在我的掌上”，就像刻在手上的记号，使她常在祂面前。这里借“手掌”一词引出此意。（背景：Steinsaltz Tanakh）

ישעיהו מ"ט:ט"ז 49:16 Isaiah

הן עלי־כפים חקתיך חומתיך נגדי תמיד:

Behold, I have graven thee upon the palms of My hands; Thy walls are continually before Me.

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

KEHOT 注释

ישע'י מט, טז.

### 46 על כפים כסה אור ויצו עליו במפגיע, זו תפלה

以利户在风暴中描述 ה': 祂用手掌遮住光，也就是用云遮住光，并命令它击打（מפגיע, mafka）。《塔木德》将 mafka

解作“恳求者”，即祈祷；本篇 maamar 沿用这一解释；本篇正文写作“עליו” (alav)，而经文作“עליה” (aleha)。(背景：Steinsaltz Tanakh)

איוב ל"ו:32 Job 36:32

על־כפלים כֶּסֶה־אור וַיִּצוּ עָלֶיהָ בְּמַפְגִּיעַ:

He covereth His hands with the lightning, And giveth it a charge that it strike the mark.

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

Taanit 7b:12–13 תענית ז' ב"י"ב-י"ג

אמר רבי אמי: אין הגשמים נעצרים אלא בעון גזל, שנאמר: "על כפים כסה אור". בעון כפים — כסה אור. ואין "כפים" אלא חמס, שנאמר: "וימן החמס אשר בכפיהם", ואין "אור" אלא מטר, שנאמר: "יפיץ ענן אורו". מאי תקנתיה — ר' רבה בתפלה, שנאמר: "ויצו עליה במפגיע", ואין "פגיעה" אלא תפלה, שנאמר: "ואתה אל תתפלל בעד העם הזה וגו' ואל תפגע בו".

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

KEHOT 注释

איוב לו, לב. תענית ז, ב.

### 第 13 段

#### 47 ולישרי לב שמחה

Kehot 的注释为这些文字指向 Psalms 94:15。

Psalms 94:15 תהילים צ"ד:ט"ו

KEHOT 注释

תהלים צד, טו.

#### 48 ולישרי לב שמחה

诗篇作者说：“光为义人播种，喜乐为心地正直的人而存”：他们的奖赏如今已播下，将来会生长。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）将此句解读为：祷告中喜悦的爱仅限于心地正直的人。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 97:11 תהילים צ"ז:יא

אור נִרְעַ לַצְדִּיק וְלִישְׁרֵי־לֵב שִׂמְחָה:

Light is sown for the righteous, And gladness for the upright in heart.

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

#### 49 שו"ה אבל מי — שפגם דרכיו ונטמא

手稿作：“但有人使自己的道路偏曲，并且受损、受了玷污。”

KEHOT 注释

בבזך 1174: אבל מי שעקם דרכיו ופגם ונטמא.

#### 50 רבות מחשבות זרות מבלבלות אותו

该处谈到一个原本远离、后来通过归回 (תשובה, teshuvah) 而亲近的人，也谈到一种更高、环绕性的光，它赋予灵魂天然之爱以力量。该处平地地阐述了一个远离的人，如何仍能在事奉 ה' 中达到亲近。

KEHOT 注释

ראה לקו"ת שמע"צ פד, ד.

### 第 14 段

#### 51 תנו שכר לאובד ויין למרי נפש ישתה וישכח רישו

Lemuel王的母亲告诫他不可饮酒，但也说酒自有其用：“把烈酒给将死之人，把酒给心灵苦楚之人；让他喝下，忘却自己的贫困。”阿尔特雷贝 (אדמו"ר הזקן) 将这句话解读为给曾犯过罪之人的劝告。（背景：Steinsaltz Tanakh）

משלי ל"א:7–6 Proverbs 31:6

תנו־שכר לאובד ויין למרי נפש: ישתה וישכח רישו וְעָמְלוֹ לֹא יִזְכֹּר־עוֹד:

Give strong drink unto him that is ready to perish, And wine unto the bitter in soul; Let him drink, and forget his poverty, and remember his misery no more.

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

#### 52 תנו שכר לאובד . . ישתה וישכח רישו וגו'

策马赫·策德克 (הצמח צדק) 对这节《箴言》经文的进一步讨论。

משלי ל"א:6 Proverbs 31:6

תנו־שכר לאובד ויין למרי נפש:

Give strong drink unto him that is ready to perish, And wine unto the bitter in soul;

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

KEHOT 注释

משלי לא, ו-ז. ראה אזה"ת פ' עקב ע' תקטו.

#### 53 וכמארז"ל גבי הרוגי ב"ד

Talmud记载，一个将被处死的人在带去行刑时，会得到掺有乳香的酒，使他神志昏沉；此举依据Proverbs中的经文。

סנהדרין מ"ג א:10 Sanhedrin 43a:10

ותו, הא דאמר רב חייא בר רב אשי אמר רב חסדא: היוצא ליהרג משקין אותו קורט של לבונה בכוס של יין כדי שתשרף דעתו, שנאמר: "תנו שכר לאובד ויין למרי נפש". ותניא: נשים יקרות שבירושלים היו מתנדבות ומביאות אותו. לא התנדבו נשים יקרות, משל מי? הא ודאי מסתברא משל צבור, כיון דכתיב "תנו" — מדידהו.

R. Chiya b. R. Ashi in the name of R. Chisda said: "The one who was going to be killed, they used to give a grain of frankincense in a cup of wine to drink in order to benumb his senses, as it is said (Prov. 31:6) Give strong drink unto him that is ready to perish, and wine unto those who have an embittered soul."

William Davidson, Vocalized Aramaic (CC-BY-NC) · En Jacob, translated by SH Glick, 1916 (Public Domain)

KEHOT 注释

סנהדרין מג, א.

### 第 15 段

#### 54 והיה לאבן

亚比该 (אביגיל) 告诉拿八 (נבל)，大卫 (דוד) 差一点就惩罚他时，他“心中死了，变得像石头一样”：他吓得僵住

了。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）用这句话来形容一颗毫无感受的心，并将它与石刑并列。（背景：《斯坦萨尔茨塔纳赫》）

I Samuel 25:37 שמואל א כ"ה:ל"ז

וְהָיָה בַבֹּקֶר בְּצֹאת הַיּוֹם מִנֶּכֶל וְתַגְדִּילוּ אֶשְׁתּוֹ אֶת־הַדָּבָרִים הָאֵלֶּה וַיָּמָת לִבּוֹ דְּקָרְבּוֹ וְהָיָה הָיָה לְאֶבֶן:

And it came to pass in the morning, when the wine was gone out of Nabal, that his wife told him these things, and his heart died within him, and he became as a stone.

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

## 第 16 段

### 55 איתא בזוה"ק זכאי קשוט

《Zohar》（זהר）描述了真正的义人：他们每天都认为自己仿佛正要离开这个世界。阿尔特雷贝（אדמו"ר הזקן）将这句话解作除去对这个世界的记忆，而不是畏惧惩罚。

Zohar I, 220a זח"א רכ, 220a

KEHOT 注释

ראה זח"א רכ, א. וראה בלקו"ת מסעי צו, ב. מאמרי אדה"ז ענינים ע' רלב. אוה"ת בראשית כרך ד תתכו, א. דרושים ליוהכ"פ ע' א'תקפד. סה"מ תר"מ ע' תרעו.

### 56 שו"ה ולכאורה — אינו מובן

手稿添有“按其字面含义”一语：只有按字面来读Zohar，才会产生这个疑问。

KEHOT 注释

בבוק 1174 נוסף: כפשוטה.

### 57 טבילה בנהר די נור

《Zohar》描述灵魂在进入 גן עדן 之前浸入火河，使他们从此世得到净化。

Zohar II, 211b זח"ב ריא, 211b

Zohar I, 201a זח"א רא, 201a

KEHOT 注释

זח"ב ריא, ב. רמז, א. ראה זח"א רא, א. וראה לקמן פ' יתרו טז, ג. מג"א צו, א. ובמאמרי אדה"ז אתהליך לאזניא ע' קכו וע' קסח. ובארה"ת פ' חיי שרה קלב, א.

### 58 נהר די נור

在但以理（דניאל）所见的“亘古者”异象中，“一道火河流淌着，从祂面前流出”，与此同时，成千上万者事奉祂。贤者和《Zohar》将这条河视为灵魂进入伊甸园（גן עדן, Gan Eden）前浸浴之处。（背景：《Steinsaltz Tanakh》）

Daniel 7:10 דניאל ז'י:10

נָהָר דִּי־נֹר נִגַּד וְנִפְקַד מִן־קִדְמוּהִי אֵלֶּה אֲלִפִּין וְשִׁמְשֹׁנָה וְרַבּוֹ רַבָּנָן קִדְמוּהִי יְקוּמוּן דִּינָא וְתַב וְסַפְרִין פְּתִיחוּ:

A fiery stream issued And came forth from before him; thousand thousands ministered unto him, And ten thousand times ten thousand stood before him; The judgment was set, And the books were opened.

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

### 59 טבילה בנהר די נור

《Zohar》另有一段论及灵魂浸入火河的文字，Kehot注释

中引有此段。

ספר הזהר, פקודי מ"ו:תק"ה-46:505-47:515 Zohar, Pekudei  
מ"ז:תקט"ו

### 60 א"א לירש

手稿作“无法看见”，而非“无法承受”。

KEHOT 注释

בבוק הנ"ל: א"א לראות.

### 61 שו"ה מקומו — אפי' מקצת דמקצת

一篇较晚的讲论，讨论了忘却这个世界哪怕最微小痕迹的必要性。

KEHOT 注释

ראה בהמשך תרס"ו ע' טו. לקו"ש ח"כ ע' 318.

### 62 מעניני עוה"ז

那里的注释作“从这个世界的享受中”，而非“从这个世界的事务中”。

KEHOT 注释

בארה"ת מקץ כרך ה הגהות למאמר זה הגירסא: מענג עוה"ז.

## 第 17 段

### 63 מחיל אל חיל

诗篇作者描写前往锡安的朝圣者：“他们由力量迈向力量；各人都在锡安显现在 面前。”《塔木德》（Berachos 64a）将此应用于托拉学者：即使在来世，他们也不得安息，而是不断上升。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 84:8 תהילים פ"ד:ח

יָלְכוּ מִחֵיל אֶל־חֵיל יִרְאֶה אֱלֹהִים בְּצִיּוֹן:

They go from strength to strength, every one of them appeared before G-d in Zion.

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

### 64 כשהולך מחיל אל חיל . . ומדי שבת בשבתו

注释引述道：这是灵魂从一个殿堂升至另一个殿堂，为的是享受更高一层的临在光辉，如同从下层伊甸园升至上层伊甸园。

KEHOT 注释

נתבאר בסה"מ תקס"ה ח"א ע' שצט "והוא עליות הנשמות מהיכל להיכל להתענג בעילוי יותר גדול בזיו השכינה כמו העליות מג"ע התחתון לג"ע העליון שעולין במעלה ומדרגת בבחי' זיו השכינה ביתר שאת ."

### 65 מדי חדש בחדשו ומדי שבת בשבתו יבא כל בשר להשתחוות לפני

在《以赛亚书》末尾的预言中，每逢新月和安息日，凡有血肉者都要前来向 下拜。阿尔特雷贝将这句话用于灵魂升腾的时刻。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Isaiah 66:23 ישעיהו ס"ו:כ"ג

וְהָיָה מִדִּי־חֹדֶשׁ בְּחֹדְשׁוֹ וּמִדֵּי שַׁבָּת בְּשַׁבְתּוֹ יָבֹא כָל־בָּשָׂר לְהִשְׁתַּחֲוֹת לִפְנֵי אָמְרִי

And it shall come to pass, that from one new moon to another, and from one sabbath to another, shall all flesh come to worship before Me, Saith the L-RD.

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

## 66 טבילה בנהר די נור . לשכוח גם ההשגה בג"ע התחתון

泽马赫·策德克 (צדק) 进一步讨论：灵魂在升往更高层次之前，如何忘却其在下层伊甸园中的领悟。

KEHOT 注释

ראה אה"ת שה"ש ע' רלח.

## 67 שנהנין מזיו השכינה

《塔木德》描述来世：义人头戴冠冕而坐，享受临在 (שכינה, Shechinah) 的光辉。

Berakhot 17a:12b א"י:א

מְרַגֵּל אֶפְסוּמִיָּה דְרַב: לֹא כְעוֹלָם הִזָּה הָעוֹלָם הַבָּא. הָעוֹלָם הַבָּא אֵין בּוֹ לֹא אֲכִילָה וְלֹא שְׁתִּיָּה וְלֹא פְרִיָּה וְרִבְיָה וְלֹא מִשָּׂא וּמִתֵּן וְלֹא קִנְיָה וְלֹא שְׁנָאָה וְלֹא תַּחֲרוּת, אֲלֵא צְדִיקִים יוֹשְׁבִין וְעֹטְרוֹתֵיהֶם בְּרָאשֵׁיהֶם וְנִהְנִים מִזֵּיו הַשְּׁכִינָה, שְׁנָאָמַר: "וַיַּחֲזִיו אֶת הָאֱלֹקִים וַיֹּאכְלוּ וַיִּשְׁתּוּ".

It was a favourite saying of Rab : Not like this world is the world to come. In the world to come there is neither eating nor drinking; no procreation of children or business transactions; no envy or hatred or rivalry ; but the righteous sit enthroned, their crowns on their heads, and enjoy the lustre of the Shekinah; as it is said, "And they beheld G-d, and did eat and drink" (Exod. xxiv. ll).

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

## 68 ומה אם . . . ותפלה על אחת כמה וכמה

那里的段落也作了类似的举轻明重论证：如果在来世，灵魂享受诫命的光辉，那么人此刻身处“走廊”之中，更应当把这光辉引入自己的事奉；方法是思量 ה' 充满一切世界这一点，以及天使的敬畏之情。

KEHOT 注释

ראה לקו"ת ראה כג, א. אה"ת ויקרא כרך ב ע' תפד שזהו ק"ו ע"ש.

## 69 נהר די נור — מזיעתן של חיות הקדש

《塔木德》描述火河 (《但以理书》7:10) 源自天界活物 (חיות, Chayos) 的汗水。阿尔特雷贝将这汗水解作上界之爱的沉渣。

חגיגה י"ג ב:י"ד Chagigah 13b:14

מַהִיכֵן נִפְיָק? מַזִּיעָתָן שֶׁל חַיּוֹת. וְלַהִיכֵן שְׁפִידָ? אָמַר רַב זֻטְרָא בַּר טוּבְיָה אָמַר רַב: עַל רֹאשׁ רְשָׁעִים בְּגִיחָנָם, שְׁנָאָמַר: "הִנֵּה סַעֲרַת ה' תָּמָה וְצָאָה וְסַעֲרַת מִתְחַלֵּל עַל רֹאשׁ רְשָׁעִים יְחוּל". וְרַב אֲחָא בַּר יַעֲקֹב אָמַר: עַל אֲשֶׁר קוֹמְטוּ, שְׁנָאָמַר: "אֲשֶׁר קוֹמְטוּ וְלֹא עָתָּה נִקְרָא יוֹצֵק וְסוֹדֵם". תְּנִינָא, אָמַר רַבִּי שְׁמַעוֹן הַקָּסִיד: אֵלּוּ תִּשְׁעֵי מֵאוֹת וְשִׁבְעִים וָאַרְבַּע דּוֹרוֹת שְׁקוֹמְטוּ לְהִיבָרְאוֹת

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

Bereshit Rabbah 78:1 א"ח:א

... אמר: מן הן דאיתבריינן. אמר לו: ומן אן הן איתבריינן? אמר לו: מן נהר דינור. אמר לו: ומה עסק דנהר דינור? אמר לו: כהדין ירדנא, דלא פסיק לא ביממא ולא בליליא. אמר לו: ומן אן הוא אתי? אמר לו: מן זיעתהון דחיייתא, דאינון מזיעין מן טעינון כורסיא דהקדוש ברוך הוא. אמר לו: סונקתדרון שלו, והא הדין ירדנא מהלך ביממא, ולית הוא מהלך בליליא. אמר: נטר הוינא בבית פפור, כמה דהוה מהלך ביממא, מהלך בליליא. ר' מאיר ור' יהודה ור' שמעון, ר' מאיר אומר: מי גדול השומר או הנשמר? מן ...

"He said: Release me, as dawn has broken. He said: I will not release you unless you bless me" (Genesis 32:27). "He said: Release me, as dawn has broken" – it is written: "New each morning, great is Your faithfulness" (Lamentations 3:23) – Rabbi Shimon bar Abba said: From the fact that you renew us each and every morning we know that You have great faithfulness to revive the dead for us. Rabbi Alexandri said: From the fact that you renew us in the morning of the kingdoms, we know ...

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

KEHOT 注释

חגיגה יג, ב. ב"ר פער"ח. ובכ"מ. לעיל ל, ד.

## 第18段

### 70 ויצעקו אל ה' בצר לו

在述说蒙救脱离危险者的诗篇中，迷失在旷野的旅人“在困苦中向 הוי' (Havayah) 呼求，祂便救他们脱离困厄。” Kehot 的注释指出，这就是该短语的依据。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Psalms 107:6 ק"ז:ו

וַיִּצְעֻקוּ אֱלֹהֵי, בְּצָר לָהֶם מִמִּצְוֹתֵיהֶם וַיִּצִּילֵם:

Then they cried unto the L-RD in their trouble, And He delivered them out of their distresses.

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

KEHOT 注释

ע"פ תהלים קז, ו.

### 71 צעק לבם אל אדני

耶利米 (ירמיהו) 哀悼耶路撒冷时说，城中百姓的心向 ה' 呼喊；他又呼唤锡安城墙昼夜哭泣。Alter Rebbe 借用这段经文，来说明一种发自内心深处的呼喊。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Lamentations 2:18 ב'י"ח:ח

צָעַק לִבָּם אֶל-אֲדֹנֵי חֹמֹת בַּת-צִיּוֹן הוֹרִידִי כִנְחָל דְּמָעָה יוֹמָם וְלַיְלָה אֶל-תַּנְי פִּגְמֵי לֶךְ אֶל-תְּדֹם בַּת-יְעִינָב:

Their heart cried unto the L-rd: 'O wall of the daughter of Zion, Let tears run down like a river Day and night; Give thyself no respite; Let not the apple of thine eye cease.

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

KEHOT 注释

איכה ב, יח.

## 第19段

### 72 וישתה וישכח רישו

利慕伊勒 (למואל) 王的母亲：让心中苦涩的人“喝酒，忘记自己的贫困”，不再记起自己的劳苦。灵魂的苦楚就是这酒，它使人忘却世俗的忧虑。(背景：Steinsaltz Tanakh)

Proverbs 31:7 ל"א:ז

וַיִּשְׁתֶּה וַיִּשְׁכַּח רִישׁוֹ וַעֲמָלוֹ לֹא יִזְכָּר: עוֹד:

Let him drink, and forget his poverty, and remember his misery no more.

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

## 73

## וכמאמר רבן יוחנן בן זכאי

临终时，拉班·约哈难·本·扎凯（רבן יוחנן בן זכאי）祝福他的门徒，愿他们敬畏天，如同敬畏血肉之人。阿尔特·雷贝（אדמו"ר הזקן）借此衡量 ה' 对一个人隐藏到何等程度。

ברכות כ"ח ב:ח"ט/8-9 Berakhot 28b:8-9

וקשה לה רבי יוחנן בן זכאי נכנסו תלמידיו לבקרו. כיון שראה אותם התחיל לבכות. אמרו לו תלמידיו: "נר ישראל, עמוד הנאמן, פשיש הקזק", מפני מה אתה בוכה? אמר להם: אילו לפני מלך בשר ודם היו מוליכין אותי, שהיום כאן ומחר בקבר, שאם כועס עלי אין כעסו כעס עולם, ואם אוסרני — אין איסורו איסור עולם, ואם ממיתני — אין מיתתו מיתת עולם, ואני יכול לפייסו בדברים ולשתדו במקומו, אף על פי כן הייתי בוכה, ועכשיו שמוליכים ...

When Rabban Johanan b. Zakkai was ill, his disciples went in to visit him. On beholding them, he began to weep. His disciples said to him, "O lamp of Israel, right-hand pillar, mighty hammer! Wherefore dost thou weep?" He replied to them, "If I was being led into the presence of a human king who to-day is here and tomorrow in the grave, who if he were wrathful against me his anger would not be eternal, who if he imprisoned me the imprisonment would not be everlasting, who if ...

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

KEHOT 注释

ברכות כח, ב.

## 第 20 段

## 74 שו"ה דלבא — וכל התפלות ובקשות הם מסודרים עד"ז

这份抄本没有“而且一切祈祷和祈求都按照这一方式安排”这句话；注释指出，这句话可能是柴马赫·策德克增补的。

KEHOT 注释

בבכ 1174 ליתא. אולי זהו הוספת כ"ק הצ"צ.

## 75

## מאור פני מלך

所罗门（שלמה）的箴言：“王颜之光中有生命”，因为王的恩宠意味着生命与祝福。灵魂因远离那光而忧苦。（语境：Steinsaltz Tanakh）

Proverbs 16:15 משלי ט"ז:ט"ו

באור-פני-מלך חיים ורצונו קעב מלקוש:

In the light of the king's countenance is life; And his favour is as a cloud of the latter rain.

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

## 76

## ויהי שפל רוח מאד

《Tanya》第29—30章讲述一个人应如何击碎自己粗重的心，使自己真正谦卑，包括思量自己低于他人；这里所要求的也是同一种谦卑。

KEHOT 注释

כמ"ש בתניא פ' כט-ל.

## 第 21 段

## 77

## וירא אלקים את האור . . כי טוב הוא לגנוז

在创造的第一日，“ה'看见光是好的，ה'便把光与黑暗分开。”贤者将“好”解作：适宜为义人隐藏起来。（背景：Steinsaltz Tanakh）

בראשית א' ד:4 Genesis 1:4

וירא אלקים את-האור כי-טוב ויבדל אלקים בין האור ובין החשך:

And G-d saw 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)

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

ולמי גנוז — לצדיקים לעתיד לבא, שנאמר: "וירא אלקים את האור כי טוב", ואין "טוב" אלא צדיק, שנאמר: "אמרו צדיק כי טוב". כיון שראה אור שגנוז לצדיקים שמת, שנאמר: "אור צדיקים ישמח".

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

KEHOT 注释

בראשית א, ד. חגיגה יב, א.

## 78

## בקשתי את שאהבה נפשי וגו' אחזתיו . . ואל חדר הורתי

那女子夜间独自寻找所爱的人：“我寻找我心所爱的那一位。”此处将这句话读作灵魂寻求（ה'）。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Song of Songs 3:1 שיר השירים ג:א

על-משכבי בלילות בקשתי את שאהבה נפשי בקשתי ולא מצאתיו:

By night on my bed I sought him whom my soul loveth; I sought him, but I found him not.

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

KEHOT 注释

שה"ש ג, א. ד.

## 79

## אחזתיו ולא ארפנו עד שהבאתיו אל בית אמי ואל חדר הורתי

找到所爱的人后，那女子抱住他，不肯放手，直到把他带进母亲的家——她受孕成形之处。阿尔特雷贝将这房子和内室解作书面托拉与口传托拉。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Song of Songs 3:4 שיר השירים ג:ד

כמעט שעברתי מהם עד שמצאתי את שאהבה נפשי אחזתיו ולא ארפנו עד-שהביאתי אל-בית אמי ואל-חדר הורתי:

Scarce had I passed from them, When I found him whom my soul loveth: I held him, and would not let him go, Until I had brought him into my mother's house, And into the chamber of her that conceived me.

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

## 第 22 段

## 80

## כוס ישועות אשא

诗篇作者蒙拯救后献上感谢：“我要举起诸般拯救之杯，并呼求 הוי' (Havayah)。”他举起一杯酒，以示感恩。杯是盛酒的器皿，正如妥拉承载着光明。（背景：Steinsaltz Tanakh）

Psalms 116:13 תהילים קט"ז:י"ג

כוס-ישועות אשא ובשם ה' אקרא:





גפרית ונפשו סולדת עליו למה שהיא יודעת שהיא נידונה בה לע"ל  
שנאמר מנת כוסם ר' ישמעאל בר נחמן משום ר' יונתן כפילי פיטרין  
לאחר המרחץ א"ר חנינא אין דבר רע יורד מלמעלה אתיבון והכתיב  
(תהלים קמח) אש וברד שלג וקיטור אמר להם רוח סערה היא שהיא  
עושה דברו מילתא דר"ש בן לקיש פליגא אהא דא"ר חנינא בן פזי  
(דברים כח) יפתח ה' לך את אוצרו הטוב ...

“Brimstone and fire” – that is what is written: “He will rain upon the wicked burning coal [paḥim], fire and brimstone...” (Psalms 11:6). “Paḥim” – [this means both] coals and traps. “Fire and brimstone” – why is it that when a person smells brimstone his soul becomes unsettled? It is because it knows that it will be sentenced with it in the future, as it is stated: “[Fire and brimstone...] will be their lot [menat kosam]” (Psalms 11:6). Rabbi Yishmael bar Naḥman in the name of Rabbi Yonatan: Like a ...

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

KEHOT 注释

ב"ר נא, ה. להלן לב, א.



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

## 关于本版

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.

引文出处（经 Sefaria）：Miqrā 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); Tractate Berakot by A. Cohen, Cambridge University Press, 1921 (Public Domain); Constantinople, 1740 (CC-BY-NC); The Zohar; London, Soncino Press, 1933 (Public Domain); Torat Emet 357 (Public Domain); Mishnah Yomit by Dr. Joshua Kulp (CC-BY); Wikisource Talmud Bavli (CC-BY-SA); En Jacob, translated by SH Glick, 1916 (Public Domain); Daat Bereshit Rabbah (Public Domain); The Sefaria Midrash Rabbah, 2022 (CC-BY); Midrash Tanchuma -- Torat Emet (Public Domain); Townsend 1989 translation of Midrash Tanhuma, S. Buber Recension, edited and supplemented by R. Francis Nataf (CC-BY); OYW (Public Domain); Midrash Tanhuma-Yelammedenu, trans. Samuel A. Berman (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/mikeitz/1/

---

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲， Reb Levi Yitzchok