



《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”



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/

1 השמים כסאי והארץ הדום רגלי אי זה בית וגו'. להבין איך שייך עליו ית' לומר כסאי 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”。

שהרי אין לו דמות הגוף ואינו בגדר מקום וכמ"ש הנה מקום אתי שהוא מקומו של עולם ואין העולם מקומו.

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。

אך להבין הענין כי הנה התורה היא מן השמי' כמ"ש כי מן השמים דברתי 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；

דהיינו שהיא בחי' שמים כי שמים אש ומים. וכך גבי התורה כתיב מימינו אש דת למו.

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。”

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

מבקשים 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）。”

תחלה לעשותה ואח"כ לקיימה והיינו ע"י אב הרחמן רחם עלינו ותן בלבנו בינה 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。

3 וכיצד תהי' התבוננות זו מבואר בק"ש [בקריאת שמע] שמע לשון הבנה 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；

כי שמע שם ע' פי' כי עי"ן רבתי היא בחינת לך ה' הגדולה והגבורה וכו'

因为שמע可释为“ע字母之名”（שם ע', 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；

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 ע' 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。

והמשכה שנמשך ומתפשט למטה הוא רק בחינת שם לבד 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，

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

מלכות כל עולמים 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。”

4 וזהו ענין בינה להבין דבר מתוך דבר 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。

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

מדות אליו כלל

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”。

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

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。

דהיינו ע"י בכל לבבך שהוא כמ"ש אם ישים אליו לבו רוחו ונשמתו אליו יאסף כי רוח אייתי רוח 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，

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。

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

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”。

ומזה נמשך להיות והיו הדברים האלה אשר אנכי מי שאנכי 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。

כי הנה התורה קדמה אלפים שנה לעולם פי' עולם נקרא בחינת אש ומים 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，

דהיינו להיות מימינו אש כו' שהוא רמ"ח מצות עשה שמימין ושס"ה מצות לא תעשה משמאל כו'
也就是说，要有“从袖右手而出的火”，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——

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, isarus dilesata）实现的，具体而言，就是“你要尽心爱……”；“灵引来灵，又引出灵。”

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

5 וזהו ענין וידבר ה' אל משה שהמשכת הוי"ה להיות התורה צריך להיות המשכה תחלה לבחינת משה שהוא מבחינת כי מן המים משיתיהו.

这就是“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。

וזהו השמים כסאי שהשמים היא התורה הרי היא כסא ע"ד 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。

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；

דאנת חכים ולא בחכמה ידיעא ומבין ולא בבינה ידיעא ובתורה יורדים ומשתלשלים חכמתו ובינתו בדברים גשמיים כתפילין וציצית וצדקה ותרומות ומעשרות וקרבנות 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。

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。

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.

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。

7 והענין כי הנה כנסת ישראל נקרא רגל כמ"ש בנים אתם לה' אלהיכם וברא כרעא דאבוה

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。”

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。

וגם גידי הראש וחיותו שהדם הוא הנפש הם ברגלים וכשמקיזין 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。

וכן כמה רפואות יש שעושין ברגלים ומתרפא הראש ובבחינה זו נקרא הרגל ראש והראש רגל שהוא למטה מהרגל במדרגה זו.

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。

8 וכך הוא למעלה על ידי התכללות המשכות המדרגות נעוץ תחילתן בסופן וסופן בתחילתן אור ישר

ואור חוזר

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。

אור ישר נקרא מלמעלה למטה כל מה שלמעלה הוא העליון ואור חוזר ממטה 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。

וישראל נקראו ראשית וכתוב וירא ראשית לו וע"י אתערותא דלתתא נעשה למעלה תיקון אורות עליונים וזהו שמצינו במשה שבחטא העגל נטלו ממנו אלף אורות (ובשבת חוזרין ונותנין אליו במתנה וזהו ישמח משה במתנת חלקו)

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, isarusa 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”）；

ועל זה רמזו רז"ל [רבותינו זכרונם לברכה] במ"ש ע"פ לך רד 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？”

והיינו לפי שהיו ישראל בבחינת הרגל שלו וכמ"ש שש מאות אלף רגלי העם אשר אנכי בקרבם 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。

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

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。

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

ועל זה נאמר צדקה תרומם גוי תרומם ממטה למעלה והגבהה והעלאה זו היא בבחינת גוי שהם אותיות**ג' ו' י' דהיינו העלאת המדות שנחלקין דרך כלל לג' בחינות חסד דין רחמים**

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。

(כי נה"י [נצח הוד יסוד] אינו אלא התפשטות חג"ת [חסד גבורה תפארת] 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。

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。

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。

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。

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

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。

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

שמים שם מים דאורייתא מחכמה נפקת 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 **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，

כי ארץ מלשון רצון כמאמר רז"ל [רבותינו זכרונם לברכה] **למה נקרא שמה ארץ שרצתה כו' וארץ אותיות א' רץ כו'**

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。

והענין כי תורה שבע"פ [שבעל פה] **היא השגת תכלית הרצון לידע איך ומה כגון סוכה שהיא גבוה 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。

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

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。

ולכן נקרא קורא בתורה כמו שקורא בשם והיינו מלמעלה למטה אבל תורה שבע"פ [שבעל פה] עיקרה ממטה למעלה ע"י השגת הרצון בנפש 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。

ושלשה נקראו ארץ כנסת ישראל ותורה שבע"פ [שבעל פה] ומצות וכולן נרמזין במקרא אחד. ארץ ארץ ארץ שמעי דבר 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。”

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

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”，它属于环绕之光的层面；

כמו ע"ד משל בית שהוא מקיף את האדם בגגו ובקירותיו 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；

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

והענין כי אי אפשר להיות גילוי אור א"ס ב"ה דלית מחשבה תפיסא ביה כלל ולא מכל מדות וכו' בבחינת פנימיות הלב רק מעט מזער 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；

ואפילו גילוי במוח והשגה לית מחשבה כו' רק בבחי' מקיף וסובב לבד וע"ז נאמר ואל זה אביט שרומז על בחינת תפלה.

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。

13 ופי' הפסוק ואת כל אלה ידי עשתה 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；

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

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。

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 והשתחויות

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——

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.

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。

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

וכליות

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。”

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。



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

关于本版

This edition contains the Hebrew text and the English translation.

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.

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