



《托拉·奥尔》·帕拉沙 CHAYEI SARAH · 玛玛尔 1

יגלה לן טעמיה כו'

麦克佩拉田地之义



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/chayei-sarah/1/

1 (ענין שדה המכפלה)

(麦克佩拉田地之义)

2 יגלה לך טעמיה כו'. הנה מילוי ה' היא בה' אחרת והיא בחי' כפילא כנודע מענין מערת המכפלה שהיא

ה' אחרונה דשם ב"ן [שם ב"ן] כו'.

“愿祂向我们揭示其中的奥义”，等等。现在，ה字母的填写形式是用另一个ה字母构成的；这属于加倍（כפילא, kefila）这一层面。众所周知，这与麦克佩拉洞穴（מערת המכפלה, Machpelah）有关；它就是 ב"ן (Ban) 之名的最后一个ה字母，等等。

והענין יובן בהקדים להבין ענין האכילה כי הנה עיקר האכילה להיות כי מן המאכל נעשה

要明白这一点，须先解释饮食这一主题。饮食的根本作用，在于食物会化为

חלב ודם והדם הוא הנפש וחיות האדם שמקבל הכבד הדם מן המאכל ושולח ללב ולמוח דתלת שליטין אינון בעלמא כבדא ולבא ומוחא כו'.

脂肪和血；而“血就是灵魂”，也是人的生命力，因为肝脏从食物中接收血液，再把血液送往心脏和脑；因为“世上有三位主宰：肝、心、脑”，等等。

3 ועי"ז מתעלה המאכל שנעשה ממנו לב ומוח האדם ועי"ז מתחזק לבו ומוחו בעבודת ה' שבלבו

בהתלהבו' כרשפי אש שנעשה בכח האכילה שבלא אכילה הי' [היה] מתחלש כו'.

由此，食物便得以提升，因为人的心和脑是由食物构成的；由此，他的心和脑在事奉 ה' 上得到加强：他的心中燃起如火焰般迸发的炽热热忱，而这力量来自饮食；若不进食，他便会衰弱，等等。

וגם מוחו נעשה חזק להתבונן בגדולת ה' כו' וזהו ענין בירור שמן המאכל נעשה אדם.

他的头脑也变得强健，能够沉思 ה' 的伟大，等等。这就是提炼（בירור, birur）的含义：人是由食物而成的。

אך כ"ז [כל זה] הוא בימות החול אבל בשבת בורר אסור אלא האכילה היא יותר עליונה בבחי' המשכה

מלמעלה וקראת לשבת ענג. אז תתענג על הוי"ה.

然而，这一切是在平日；但在安息日（שבת, Shabbos），拣择（בורר, borer）是被禁止的；相反，饮食处于更高的层次，属于从上而下的引降：“你要称 שבת 为喜乐”；“那时你必在 הוי' (Havayah) 中欢喜。”

כי הנה כתיב אחור וקדם צרתני אחור למע"ב [למעשה בראשית] כו' שהמאכל כמו שהוא למטה בירידתו בשבה"כ [בשבירת הכלים]

因为经上说：“你从后面和前面塑造了我”：这里的“后”[指在创造的工作中居于最后]，等等；就食物处于下方、经由器皿破碎而下降的情形而言，

הנה האדם הוא בבחי' קדם שהמאכל הוא מתברר ע"י האדם אבל בשרשו למעלה הוא מעולם התהו לפני מלך מלך לבנ"י [לבני ישראל] אלא שאח"כ וימלך וימת.

人处于“先”的位置，因为食物是由人提炼的；但食物在上方的根源，来自混沌界（עולם התהו, Tohu）——“在以色列子孙中尚未有王作王之前”；只是后来便有了“他作王，又死去”。

4 וימת וימלך כו'. אך מ"מ נראה ששרשו יותר גבוה מהאדם שהרי המאכל הוא המחז' [המחיה] את האדם.
“他死了，另有一位作王”，等等。然而，食物的根源显然高于人，因为正是食物赋予人生命。

והאדם הוא מקבל החיות מן המאכל לפי שהוא בבחי' אחור למע"ב [למעשה בראשית] כו' ובשבת שהוא זמן עליית העולמות מתעלה המאכל

人从食物领受生命力，是因为他在创造之工中处于“后位”[最后]，等等。安息日（שבת, Shabbos）是诸世界上升之时，食物也随之提升，

כמו שהוא בשרשו ונמשך ממנו חיות להנפש מלמעלה למטה ע"י י"ב לחמים כו' וזהו ענין צדיק אוכל לשובע נפשו כי יש ב' אכילות הא' הוא לשובע נפשו.

正如食物在自身根源中的状态，生命力由上而下，经由十二个饼，从食物流至灵魂，等等。这就是“义人吃，是为使自己的灵魂得饱足”的含义；因为吃有两种：第一种是“使自己的灵魂得饱足”，

5 והב' הוא ובטן רשעים תחסר. לשובע נפשו הוא חיות הנפש הבאה מלמעלה. ובטן רשעים כו' היינו
第二种是：“但恶人的腹中必缺乏。”“使他的灵魂满足”指的是从上而来的灵魂生命力。“但恶人的腹中……”则是指——

כי רשעים הם החיצונים וע"י האכילה מבררים מהם חיל בלע ויקיאנו כי בכל מאכל יש תאוה שהוא שרש הקליפה

“恶人”指的是外在势力；借着进食，[它们所攫持的东西]便从它们那里被提炼出来：“他吞下财物，却要把它吐出来。”因为每一种食物中都有欲望，而这欲望是外壳（קליפה, kelipah）的根源；

וע"י שנכלל בגוף האדם ונעשה ממנו דם הנשלח ללב ומוח מתהפך לטוב בקדושה ע"י חיזוק הלב ומוח בעבודת ה' ועי"ז לוקח ממנו החיות שבזלעז"ז [שבזה לעומת זה] וזהו ובטן רשעים תחסר שנחסר החיות שבלעו. ומבטנו יורישנו אל.

当食物被吸收到人的身体中，化为血液并输送到心与脑时，它便借着人在事奉 ה' 时强化心与脑而转化为善，归入圣洁之中。由此，便从与之相对的一方（“彼此相对的一方”）取走其中的生命力；这就是“但恶人的腹中必缺乏”：它所吞下的生命力便从其中缺失了。“ה' 必将它从他的腹中赶出去。”

6 והנה האכילה שבחול שהיא בבחי' בירור הוא להיות ובטן רשעים תחסר. אבל האכילה שבשבת היא המשכה מלמעלה לשובע נפשו מחמת המאכל כמו שהוא בשרשו למעלה קודם שנפל בשבה"כ [בשבירת הכלים] שאין בו בירור.

现在，平日的进食属于精炼，其目的在于使“恶人的腹中有所缺乏”。但安息日（שבת, Shabbos）的进食，则是从上而来的流注，借着食物在其上方根源中的原初状态，使灵魂得饱足；那时食物尚未坠入器皿破碎之中，其中并无可供精炼之物。

7 וכמ"ש בזוהר פרש שבתכם לא קאמר שמה שנעשה מלמטה למעלה ע"י בירור כמו בימות החול יש בו פרש שהוא פסולת שהמובחר שולח ללב ולמוח והפסולת יורד למטה בקרביים ובני מעיים כו' וזהו הבירור

正如《Zohar》（זהר）所说：“你们安息日的粪污”并没有这样说。因为像平日那样，由下而上通过提炼所完成的事，其中含有“粪污”，也就是废物：最精华的[部分]被送到心与脑，废物则向下进入脏腑和肠道，等等；这就是提炼。

אבל בשבת שהוא נעשה מלמעלה למטה אין בו פסולת כלל כי הפסולת הוא מעה"ד [מעץ הדעת] טו"ר [טוב ורע] ולמטה נעשה טו"ר [טוב ורע] בכל הבחי' ע"י אכילת אדה"ר [אדם הראשון] מעה"ד [מעץ הדעת] טו"ר [טוב ורע]

但在安息日，事情是由上而下进行的，其中完全没有废物；因为废物源于善恶知识树，而下界每个层面上的善恶之分，都是由于亚当（אדם הראשון）食用了善恶知识树的果实而产生的。

וגם בכל אדם יש תערובת טו"ר [טוב ורע] כו' רק שאינו שוה בכל נפש יש שטוב שלו מרובה כו'

此外，每个人身上也都有善与恶的混杂，等等；只是这种混杂在各个灵魂中并不相同：有些人身上的善占得更多，等等；

וכן יש שטוב שלו הוא בבחי' זו כו' אבל בשבת אז תתענג על ה' למעלה מעה"ד [מעץ הדעת] ולא יגורך רע כלל.

也有些人，其善处于这样的层面，等等。但在安息日，“那时你要以 ה'为乐”，超越善恶知识树；“恶绝不与你同居”。

רק ביו"ט [ביום טוב] כתיב פרש חגיכם לפי שביו"ט [שביום טוב] יש בו קצת בירור שהרי הותרה בו מלאכת אוכל נפש כאפיה ובישול כו'

只有关于节日才写着“你们节日的粪污”，因为节日中有一些提炼：制作食物的劳作在节日是许可的，例如烘焙和烹煮，等等；

ואינו אסור רק קצירה וזריעה וחרישה כו' ולפי שהותרו קצת מלאכות באוכל נפש יש בו בירור ושייך פסולת והתקון הוא למחדי למסכני.

只有收割、播种和耕地，等等，才是禁止的。由于有些制作食物的劳作获得许可，节日中便有提炼，也就会有废物。补救之道是“使穷人欢喜”。

כי שעת שמחה היא לשמח את הכל וכמ"ש ושמחת בחגך אתה והלוי והגר כו' לפי שהשמחה היא בחי' המתקת הדינין וצריך לשמח את כולם שיהיו כולם נכללים בבחי' שמחה.

因为喜乐之时正是使众人欢喜的时候，正如经上所说：“你要在节期欢喜，你……利未人和寄居者也要欢喜”，等等；因为喜乐是缓和严厉审断、使之得以甜化的层面，所以必须使每个人都欢喜，让所有人都包含在喜乐的层面中。

8 וכנודע ממי שהוא בשעת שמחה שאז רוצה שיהיו כולם שמחים שבזה נמתק הדין מאחר שמשוה את כולם.

众所周知，一个人处于喜乐之时，便希望所有人都喜乐；借此，审判便得以甜化，因为他使众人平等。

אבל מאן דלא יהיב למסכני כו' אין הדין נמתק ונשאר הפרש ולכן העונש הוא מדה כנגד מדה שנותנין לו הפרש כי הוא גרם שישאר פסולת הפרש בעבור שלא המתיק הדין.

但[对于]“不施予穷人者”等等，审判并未被甜化，“粪秽”仍然存留。因此，惩罚与所行相称：他们把“粪秽”给他，因为他造成污秽、“粪秽”留存——他没有甜化审判。

וזהו ביו"ט [ביום טוב] אבל בשבת אע"ג [אף על גב] דלא יהיב למסכני אין עונשו רב כי בשבת אין פרש כלל לפי שהוא רק בחי' המשכה שמלמעלה דלא יגורך רע כלל.

这说的是节日。但在安息日 (שבת, Shabbos)，即使有人不施予穷人，他所受的惩罚也不重，因为安息日根本没有“粪秽”；它只是从上而来的层面，是“恶绝不会在你那里寄居”。

9 והנה המשכה זו היא בבי' בחי' כפילא וקלישא. פי' קלישא היא המשכת יודי"ן ווי"ן שמיו"ד נעשה וי"ו שהיו"ד עצמה נמשכה ונעשית וי"ו.

现在，这种引下有两种方式：双重 (כפילא, kefila) 和纤细 (קלישא, kelisha)。解释：所谓“纤细”，是字母 יודי"ן (yuds) 和 ווי"ן (vavs) 的引展；因为由一个 יו"ד (yud) 形成一个 וי"ו (vav)：ו"י 本身被引展，成为 וי"ו。

כי לפי שהיו"ד הוא בחי' צמצום לכן יכול להיות ממנה המשכה בבחי' וי"ו מן היו"ד עצמה אבל הה' שהיא התפשטות אורך ורוחב.

因为 וי"ו 是收缩 (צמצום, tzimtzum) 的层面，所以能够从它那里引出一如 וי"ו 般的延展，直接由 יו"ד 本身而来。但字母 ה' (hei) 则是沿长度和宽度的扩展：

10 ואין התפשטות [התפשטות] אורך ורוחב שלמעלה יכולה להתגלות למטה כמו שהוא למעלה בבחי' אורך ורוחב עד אין קץ כו' אלא ההמשכה היא בבחי' ה' אחרת למטה והיא בחי' המילוי של ה'

上方那种长度与宽度的展开，不能在下方如其在上方那样显现为无尽的长度与宽度，等等；而是以在下方出现的另一个字母 ה (hei) 的层面来引下，这就是字母 ה 的填充形式，

דהיינו כח הה' שהי' [שהיה] בהעלם למעלה. כי לעולם המילוי הוא מה שבהעלם ומה שבהעלם למעלה יצא מההעלם אל הגילוי למטה.

也就是说，这是上方那 ה 字母中原本隐藏的力量。因为，填充形式总是指隐藏着的部分；上方隐藏的部分，如今已从隐藏中出来，在下方显现。

11 והיינו בחי' כפילי' שהיא בחי' מילוי ההי"ן כנודע מענין המכפלה. אך כ"ז [כל זה] הוא שאנו מקבלים ההשפעה ע"י י"ב לחמים בזמן הזה

这就是加倍的层面 (כפילי, kefila)，也就是 ה 字的满写形式 (ההי"ן, heis)，如麦比拉洞 (המכפלה, Machpelah) 一事所表明的那样。但这一切都是指：在现今，我们通过十二个饼来领受流注；

אבל לע"ל [לעתיד לבוא] יגלה לך טעמיה דבתריסר נהמי כו' ואזי לא יהיה בחי' כפילא כו' רק הה' עצמה

שלמעלה יהי' [יהיה] לה גילוי למטה ג"כ ע"י כי יגלה לך טעמיה כו' וכמ"ש ביום ההוא יהיה כו':

但在未来的时代，“他将向我们揭示十二个饼的滋味深意”，等等；那时就不再有加倍的层面，等等；而是上方的 ה 本身也将在下方显现，这要借着“他将向我们揭示其滋味深意”，等等；正如经上所写：“那日，[ה']将是[一]”，等等。



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/chayei-sarah/1/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok