



《托拉·奥尔》·帕拉沙 CHAYEI SARAH · 玛玛尔 4

ויצא יצחק לשוח בשדה כו'

“以撒（יצחק）出外到田
间默想（לשוח, lasuach）”



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/4/

1 ויצא יצחק לשוח בשדה כו'. לבאר זה דהנה יש משנה וברייתא. וברייתא פי' המשנה כי המשנה הוא הכלל וברייתא היא הפרט של המשנה ואין בכלל אלא מה שבפרט.

「以撒 (יצחק, Yitzhak) 出去, 在田间沉思 (לשוח, lasuach)」, 等等。对此加以阐明: 有《Mishnah》(משנה), 也有米示拿之外的教导 (ברייתא, Baraisa)。ברייתא是对Mishnah的阐释, 因为Mishnah是总则, 而ברייתא是Mishnah中的具体细节; 「总则所包含的, 只有个别细节中所有的内容」。

ולכאורה הברייתא היא למטה מן המשנה שנשתלשלה יותר למטה אבל האמת הוא שהברייתא גבוה יותר דסוף מעשה במחשבה תחלה. דהנה התורה נשתלשלה למטה אפי' [אפילו] בדבר שקר כגון זה אומר אני מצאתיה כו'.

表面看来, ברייתא低于Mishnah, 因为它下降得更低; 但事实是, ברייתא更高, 因为「行动的终末, 先在思想之中」。妥拉甚至下降到低处, 进入虚假的事物, 例如「这人说: 『是我找到的』」, 等等。

2 ולפי הנראה היא ירידה למטה מאד ומ"מ היא גבוה כי סוף מעשה כו'. וכמשל השפופרת הנכנס ראשון יוצא אחרון

表面看来, 这是极大的向下沉降; 然而, 它仍然是高超的, 因为“行动的终结”……这就如细管的比喻: 先进去的, 最后出来。

וכמו האדם שהוא סוף כל הנבראים והוא במעלה על כולם והכל נברא בעבורו ולכן נמצא העולם כולו באדם אחד להורות שהכל נברא בעבורו כי זה כל האדם.

这就如人: 他是所有受造物中最后被造的, 位分却高于他们所有; 一切都是为他而被造的。因此, 整个世界都存在于一个人身上, 以表明一切都是为他而被造的, 因为“这就是整个人”。

3 וזהו מארז"ל [מאמר רבותינו זכרונם לברכה] יפה שעה אחת כו'. דהנה בעה"ב [בעולם הבא] צדיקים יושבים כו' והוא רק בחי' אחוריים

这就是我们贤者们 (愿其记忆蒙福) 所说的“一小时更美好”等话[所表达的意思]。因为在来世, “义人坐着”等等; 这仅是背面 (אחוריים, achorayim) 的层面,

כמאמר וראית את אחורי כו' התענוג שמשגיג האדם בעבודתו הוא בחינת אחוריים ופני אינו באפשרי להשיג כי לא יראני האדם וחי.

正如经文所说: “你将看见我的背面”等等。人在事奉 ה' 时所领会的愉悦, 属于背面的层面; 而“我的面”绝不可能被领会, 因为“人不能看见我而仍活着。”

4 ועד"ז גם הגלוי בג"ע [בגן עדן] הוא רק בחי' זיו והארה לבד ולכן יפה שעה אחת כו' שהוא המעשה עצמה בלי תענוג ובלי שכל מכל חיי העוה"ב [העולם הבא] דסוף מעשה במחשבה תחלה.

同样，伊甸园（גן עדן, Gan Eden）中的显露，也只是光辉与光耀这一层面／方面（בחינה, bechinah）。因此，“一小时胜过……”——这指的是行为本身，不带愉悦，也不带智识——“胜过整个来世的一切生命”，因为“行为的终结，起初就在思想中”。

וזוהו גם כן ענין משנה וברייתא שהמשנה הוא כלל כמו ד' ציצית מעכבות וכן סוכה שהיא גבוה כו'.

这也是米示拿（משנה, Mishnah）与米示拿以外的坦拿传述（ברייתא, Baraisa）所涉及的内容：米示拿提出的是一般性原则，例如“四条衣角穗饰（ציצית, tzitzis）[彼此]缺一不可”，以及“高于……的节期棚屋（סוכה, sukkah）”等等。

5 ויש למצוא טעם לזה כענין תכלת דומה לים כו' וגבי סוכה יש טעם למען ידעו דורותיכם עד כ' אמה כו'.

并且，可以为此找到一个理由，正如“[蓝色]（תכלת, techeles）似海”等；至于节期棚屋（סוכה, sukkah），也有一个理由：“使你们世代知道”——至二十肘为止，等等。

אבל הברייתא הוא פרט לבאר המשנה בכל דקדוקים ופרטים כמו סוכת גנב"ך ורקב"ש שאין טעם לדבר ונראה בחוש שהוא למעלה מהשכל והטעם וזהו אין בכלל

但是，巴拉伊塔（ברייתא, Baraisa）列出具体细目，把《米示拿》的各个精微之处和细节都阐明出来，例如「גנב"ך」（GaNBaCh）和「רקב"ש」（RaKBaSh）所指的棚屋；这些没有理由可言，人一看便明白，它们超越了理智和理由。这就是「总体中并无任何内容……」

אלא מה שבפרט שאין במשנה בכלל יותר מבפרט הברייתא ומה שלא נתגלה טעמה הוא יותר גבוה כי טעמי המצות לא נתגלו ולע"ל [ולעתיד לבוא] אי"ה [אם ירצה השם] יתגלו

……唯有具体项所包含的内容」这一意思：作为总则，《米示拿》所包含的并不超出巴拉伊塔列出的具体内容。而其理由未被显明者层次更高，因为诫命（מצות, mitzvos）的理由尚未显明；愿 ה' 成就，未来的时代它们将会显明。

וזוהו ר"ש [רבי שמעון] דריש טעמי דקראי שדרש שמה שנאמר בפסוק טעם של דבר לא זהו עיקר רק שיש טעם בזה גבוה יותר למעלה מהטעם.

这就是拉比西蒙（רבי שמעון）阐释经文理由的缘故：他指出，经文所说的某件事的理由，并非其根本；其中另有一个更高的理由，超越经文所述的理由。

נמצא שבמצוה שאין משיג בה טעם הוא יותר גבוה ומה שמשיג טעם ותענוג הוא רק בחינת אחוריים ולא

由此可见，一条理由无法被人领会的诫命（מצוה，mitzvah）层次更高；而人凭理解和愉悦（תענוג，taanug）所领会到的，不过是背面这一层；并非……

כמו שסוברים העולם שהעיקר הוא הלב שמשיג תענוג ועובד בהתלהבות ואינו כן האמת רק עיקר הוא המעשה בלי תענוג והלב אינו כ"א סיוע בחינת גדפין.

像世人所认为的那样，以为要紧的是心；心领会愉悦，并以热忱事奉。事实并非如此；要紧的乃是没有愉悦的行为，而心不过是辅助，是翅膀这一层。

6 והנה משנה נקרא עיר וברייתא בחי' שדה לשון בר חוץ לעיר ולכאורה העיר הוא עיקר שדרים בה בני"א [בני אדם]. אך נראה מי הוא מחיה אותם.

现在，米示拿（משנה，Mishnah）被称为“城”，而外篇（ברייטא，Baraisa）是“田野”这一层面；“外篇”一词源自 בר（bar，意为“外面”），即城外。乍看之下，城才是主要的，因为人住在城里。但我们要看看，究竟是谁使他们得以存活：

השדה שחוץ לעיר שמביאים משם התבוא'. כך הוא הברייטא מחיה המשנה ומבארת ההלכה יותר בפרט היאך לעשות כי התנאים מבלי עולם שמורים מתוך המשנה.

就是城外的田野，人们从那里收获谷物。同样，外篇使米示拿得以存活，并更详细地阐明哈拉哈（הלכה，halachah；犹太律法），说明应当如何行事；因为“坦拿依姆（התנאים，Tannaim）毁坏世界”，这是因为他们从米示拿中直接作出裁决。

וזהו ויצא יצחק לשוח בשדה הוא לשון דבור ושיחה ול' [ולשון] שחייה למטה מלשון ושח רום אנשים

这就是“以撒（יצחק）出去，在田野中交谈（לשוח，lasuach）”的含义：[לשוח]一词既指说话、交谈，也指俯身；它来自“人的高傲必被压低（ושח，veshoch）”这句话，

וכן כאשר יפרש השוחה לשחות (בישעיה כ"ה) (ועמ"ש בזה ע"פ תבנה ותכונן עיר סיחון כו' ע"ש) בשדה הוא בר. ולפנות ערב לפנות הערב והחשך.

同样，“游泳者（השוחה，hasocheh）展开身子去游泳”（以赛亚书25章）也使用了相关的词。（关于此，另见对[“愿西宏之城被建造并坚立”]等句的解释；详见该处。）“在田野中”指的是 בר。而“日暮时分”（לפנות ערב，lifnos erev），则是指清除傍晚与黑暗。

דהנה התורה נשתלשלה בחשך כמאמר במחשכים הושיבני זה תלמוד בבלי שנשתלשל למטה אפי' [אפילו] בשקר ולמה הוא כך כדי לפנות הערב והחשך ויהי אור

因为托拉已经逐级下降到黑暗之中，正如那句话所说：“祂使我坐在幽暗之处”——这是指巴比伦塔木德；它逐级下降到下方，甚至进入虚假之中。为什么会如此？为了清除傍晚与黑暗，使“于是有了光”，

כמאמר לעת ערב יהיה אור כמשל מי שרוצה לפנות איזה דבר צריך הוא לכנוס בתוכו [בתוכה] כדי לפנותה אבל לא שישאר בתוכה.

正如所说：“到了傍晚时分，必有光。”这好比一个人想把某样东西清理出去：他必须进入其中，才能将它清理出去，但不能留在里面。

גם מה שנשתלשלה התורה ונתלבשה בחשך טענות שקר הוא כדי לפנות החשך לאהפכא חשוכא לנהורא

同样，托拉逐级下降并披上黑暗、披上虚假主张的外衣，目的也是清除黑暗，将黑暗本身转化为光明。

וכן העסק בתורה לדחות החשך והקושיות המסתיר על השכלת הדין האמת לאמתו ולמצא האמת גילוי רצון עליון ב"ה וכמ"ש ע"פ והמשכילים יזהירו וגו' ע"ש:

同样，研习托拉是为了驱散黑暗，以及那些遮蔽人对律法之绝对真实理解的疑难；并寻得真理，也就是显明至高意愿——**ב"ה**；正如对[“有智慧的人必发光”]等句的解释所说；详见该处。

7 וזהו ויצא יצחק לשוח. כי כדי לפנות הערב והחשך ולתקנו הוא ע"י יצחק שהוא בחי' פחד ויראת ה' וכמאמר אם אין יראה אין חכמה כו'.

这就是“以撒（יצחק）出去 לשוח（lasuach，默想）”的意思。要驱散傍晚与黑暗并使之得以修正，必须通过以撒；他代表惧怕（פחד，Pachad）这一层面，以及对 ה' 的敬畏。正如那句话所说：“若无敬畏，便无智慧”，等等。

(וע' בזוהר בראשית ד' כ"א סע"א [סוף עמוד א]). וזהו האומר אין לי אלא תורה אפי' [אפילו] תורה אין לו ונשאר בחשך

（参见《Zohar》（זהר），Bereshis，第21页，a面末。）这就是“有人说：‘我只有托拉’，却连托拉也没有”的意思；他仍留在黑暗中。

אבל באמת כתיב ישת חשך סתרו שאף שהוא חשך מ"מ הוא סתרו וזהו לפנות הערב והחשך ולעת ערב יהי אור

然而，真实情形是，经文说：“祂以黑暗为自己的隐密处。”虽然那是黑暗，但它仍是祂的隐密处。这就是“驱散傍晚与黑暗”，也是“到了傍晚，必有光”。

והיינו ליבון הלכתא וגם זה פי' ברכו בתורה. (ועמ"ש ע"פ קול דודי וע"פ ששים המה מלכות):

这就是说，哈拉哈（הלכתא，halachah，犹太律法）的洁白化；这也是“他们为托拉诵祝福”的意思。（另参关于“我所爱者的声音”以及“有六十位王后”的阐释。）



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/4/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok