



《托拉·奥尔》·帕拉沙 MIKEITZ · 玛玛尔 11

מי כה' אלקינו המגביה לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ

“谁能像 הוי' (Havayah) ——我们的
ה'——高高坐着，俯身观看……”

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/11/

1 מי כה' אלקינו המגביהי לשבת המשפילי לראות בשמים ובארץ. הנה כתיב כי נר מצוה ותורה אור.

“谁能与^{ה'}——我们的^{אלקינו}——相比？祂升高自己而坐，又屈尊俯察天上与地上？”现在，经上写着：“诫命（מצוה, mitzvah）是一盏灯，妥拉（תורה, Torah）是光。”

הרי שהמשיל הכתוב את המצוה לנר וכתיב נר הוי"ה נשמת אדם שהנשמה נמשלה לנר. וצריך להבין מהו ענין הנר של מצוה ומהו הנר של הנשמה.

由此可见，经文把诫命比作灯。经上又写道：“^{ה'}的灯是人的灵魂。”灵魂被比作灯。我们需要明白，诫命之灯指的是什么，灵魂之灯又指的是什么。

2 והנה ענין הנר הוא שקרוי ע"ש [על שם] הפתילה כי היא עיקר הנר. אך אין נר בלא שמן.

现在，灯的情形是这样的：灯因灯芯而得名，因为[灯芯]是灯的主体。然而，没有油就没有灯。

שהשמן הוא הגורם להיות הדלקת הנר בנחת שיהא שוהה ומתעכב זמן מה. ואילולי השמן הי' [היה] דולק מהר ובמרוצה. והיינו ע"י שהשמן נמשך אחר הפתילה.

因为油使灯火得以平缓地燃烧，使它能够持续一段时间；若没有油，灯火便会迅速而急促地燃烧。这是由于油随灯芯而被引上来。

והוא נשרף ונכלה באור הנאחז בפתילה עד שהוא כלה לגמרי ולא נשאר ממנו כלום מפני שהוא עולה כולו באש. ומ"מ הפתילה היא עיקר הנר.

油在附着于灯芯的光焰中燃烧、消耗，直到完全耗尽，丝毫不剩，因为它全都升入火中。尽管如此，灯芯仍是灯的主体。

לפי שהאור הדולק הוא ע"י שנאחז בפתילה. ואלו היה האור נטבע בשמן היה כבה רק שהפתילה היא המחברת את האור אל השמן כשהשמן נמשך אחר הפתילה:

因为燃烧的光，是凭着附着于灯芯而产生的。若光沉入油中，便会熄灭；灯芯才是连接光与油的媒介，因为油随灯芯而被引上来。

3 ולהבין משל זה בנמשל בנר מצוה ונר הוי"ה נשמת אדם. צריך להקדי' [להקדים] ענין ואהבת וגו' בכל

לבבך בבי' יצריך ביצ"ט [ביצור טוב] וביצה"ר [וביצור הרע]

要明白这个比喻如何应用于诫命之灯（מצוה, mitzvah），以及“^{הוי'}（Havayah）之灯，就是人的灵魂”，我们必须先阐明“你要爱……”中“^{לבבך}（levavecha）”的含义：要用你两种倾向，即善的倾向和恶的倾向。

שלכאורה אינו מובן איך ישוב היצה"ר [היצר הרע] לאהבה את הוי"ה ע"י האדם והלא לא ישמע אליו.

乍看之下，这一点并不容易理解：恶的倾向怎能借着人转而爱^{הי}呢？它岂会听从他！

אך הענין הוא כי הנה ביאור ענין יצ"ט [יצר טוב] ויצה"ר [ויצר הרע] הוא כי נודע שיש בכל אדם ב' נפשות נפש אלהית ונה"ב [ונפש הבהמית] וכל נפש מתחלקת לשנים. שהם שכל ומדות.

但事情是这样的。关于善的倾向和恶的倾向，其解释是：众所周知，每个人都有两个灵魂，即源于^{הי}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）和动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）；每个灵魂又分为两部分，即智力和情感属性（מדות, middos）。

4 והנה עיקר הנפש הוא השכל. כי נה"א [נפש האלקית] עיקרה היא נפש המשכלת ומתבוננת תמיד ומשגת באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה.

现在，灵魂的核心是理智。因为源于^{הי}的灵魂，其本质是一个思维的灵魂，不断默想并领悟无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof），愿祂受称颂。

ואין לה השכלה אחרת. והמדות אהוי"ר [אהבה ויראה] הנולדות מן השכל והשגה זו הן הנקראות בשם יצ"ט [יצר טוב].

它没有其他的 [思考] 对象。情感属性（מדות, middos）——爱与敬畏（אהבה ויראה, ahavah v'yirah）——由这种理智与领悟而生，这些便称为善倾向。

5 וכן עיקר נה"ב [נפש הבהמית] היא המשכלת ומשגת גשמיות עוה"ז וחומריותן שהוא זלעז"ז [זה לעומת זה] לעומת נה"א [נפש האלקית]. שהשכל המלוכש בענינים גשמיים [גשמיים] הוא הפך ממש מן השכל שבנה"א [שבנפש האלקית].

同样，动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）的核心乃是[思考并领会的机能]，对象是此世的物质性及其物质属性；这与源于^{הי}的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）正是“彼此相对的一方”。因为披着物质事物的理智，恰与נפש האלקית中的理智完全相反，

שהיא בחי' חכמה עליונה בחי' חכים ולא בחכמה ידיעא. למעלה מן השכל המושכל ומושג בגשמיות.

也就是至高智慧（חכמה, Chochmah）的层面，即“有智慧，却不是凭借可知的智慧”这一层面；它高于以物质性概念构思并领会的理智。

6 והשכל המושכל ומושג בגשמיות ע"פ שכל אנושי הוא שקר והפך ממש מחכמת אלהות שהיא חכמת

אמת והמדות הנולדות משכל הגשמי הן הנק' בשם יצה"ר [יצר הרע]

以人的理性按物质层面构想并把握的理智，乃是虚妄，与神圣智慧——真实之智慧——完全相反；由物质理智所生的情感属性（מדות, middos），就是所谓的恶倾向。

וצריך האדם לאכפייא לון שלא יתנהג ע"פ מדות שנולדו מן השכל הגשמי. רק ואהבת את הוי"ה

אלקיך בכל לבבך. היינו בהגביר כח נה"א [נפש האלקית] המשכלת.

人必须制服这些情感，不让自己按照由物质理智所生的情感属性行事；而要遵循的唯有：“你要全心爱 הוי"ה (Havayah)，你的 אלקים (Elokim)。”这就是说，要增强源于 ה' 的灵魂 (נפש האלקית, nefesh Elohis) 的思维能力。

7 ומתבונן באוא"ס [באור אין סוף] בפסוק ראשון דק"ש [דקריאת שמע] שמע ישראל. שמע לשון הבנה כי הוי"ה

הוא אלהינו

人要在示玛经（שמע, Shema）的第一句经文“以色列啊，要听”中默想无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）。“听”在这里是指理解：要明白，הוי"ה (Havayah) 就是我们的 ה' אלהינו (Elokeinu)。

פי' אלהינו הוא ענין ההתהוות בחי' ממכ"ע [ממלא כל עלמין] וסוכ"ע הוא נמשך מבחי' הוי"ה היה הוה

ויהיה שהוא אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה שהוא בחי' אין והתהוות היש הוא מאין ממש.

“我们的 ה'”意指使万物得以存在这一作用；这体现为充满一切世界的光（ממלא כל עלמין, memalei kol almin）和环绕一切世界的光（סובב כל עלמין, sovev kol almin）。这一作用源自 הוי"ה (Havayah) 这一层面，即“祂过去是、现在是、将来是”；这就是蒙福的无限之光，是无（אין, ayin）这一层面；而有之物（יש, yesh）的生成，确实是从无而来。

8 והתהוות זו נמשך תמיד יש מאין כמאמר ובטובו מחדש בכל יום תמיד כו'. והוא הוי"ה אחד אתה הוא

קודם שנבה"ע [שנברא העולם] ואתה הוא כו'.

这种从无到有的生成，始终不断地被引下，正如那句祷文所说：“祂以其良善，每日不断地更新”，等等。而祂，即 הוי"ה (Havayah)，是一：“世界被创造以前，祢就是祂；祢仍是祂”，等等。

שאין התהוות העולמות פועלים בו שום שינוי ח"ו [חס ושלום]. לפי שאינו דומה מעשה הקב"ה למעשה

בו"ד [בשר ודם].

因为诸世界的生成丝毫不会使祂发生任何改变，万不可如此；因为 קב"ה (Kudsha Brich Hu，意为「圣者，愿祂受颂赞」) 的作为，与血肉之人的作为并不相同。

שמעשה אנוש הנה כח הפועל ממש הוא בנפעל. כמו עד"מ כשעושה דבר פונה א"ע [את עצמו] ומעמיק שכלו בדבר שהוא עושה.

因为在人所做的事中，制造者的力量实际上就在所造之物里面。举例来说，当他制作某物时，他会转向[它]，并深入思索他正在制作的事物。

9 וע"כ הדבר שעושה פועל בו שינוי בכח שכלו. אבל התהוות העולמות מאוא"ס [מאור אין סוף] ב"ה אין פועלים בו שום שינוי ח"ו [חס ושלום]. וה' אחד כמו קודם שנבה"ע [שנברא העולם].

因此，人所制作的事物会使他自身发生变化，即在他的理智能力上造成变化。然而，从无限之光（**אור אין סוף**, Or Ein Sof）使诸世界得以存在，愿祂受称颂，却丝毫不使祂发生变化；而 **הוי'** (Havayah) 是一，正如世界尚未被创造之前一样。

לפי שבשכמל"ו [שברוך שם כבוד מלכותו לעולם ועד] שכל התהוות העולמות וקיומם וחיותן אינן אלא מבחי' מלכותו ית' שבמה שהוא מלך עליהם מחיה ומהוה אותם דהיינו בחי' שמו ית' בלבד.

因为 [“愿祂荣耀的国度之名，永永远远蒙福”这句话的含义是:] 诸世界得以存在、持续存在并拥有生命力 (**חיות**, chayus)，全都只来自祂的王权 (**מלכות**, Malchus) 这一层面；祂作它们的君王，便赋予它们生命，使它们得以存在。这仅仅是祂的名这一层面，愿祂受称颂。

10 ושם שייך כח הפועל בדבר ה' שמים נעשו כי דבר מלך שלטון כתיב מלכות כ"ע [כל עלמין]. יחיד חי העולמים מלך כנודע.

而造作者之力这一说法，只适用于那里[在祂的王权 (**מלכות**, Malchus) 中]: “藉着**ה'**的话语，诸天被造”，因为经上写着：“君王的话语掌权。”经上又写道：“你的王权是所有世界的王权”；又有“独一者、众世界之生命、君王”之语，这是众所周知的。

וכאשר יעמיק האדם שכלו ומחשבתו בזה בעומק בינתו ובעומקא דלבא. אזי תבטל הנפש החיונית מהשכלתה בגשמיות בתגבורת הנפש האלהית המשכלת ומתבוננת בגדולת א"ס ב"ה

当一个人将自己的理智与思想深深沉浸于此，在理解的深处、也在心灵深处深入思索时，生命之魂便会停止思虑物质之事；这是由于源于**ה'**的灵魂 (**נפש האלקית**, nefesh Elohis) 日益强盛；这灵魂思索并沉思无限者 (**אין סוף**, Ein Sof) 的伟大，愿祂受称颂，

להוליד מרוח בינתה והתבוננותה אהבה עזה כרשפי אש לדבקה בו ית' בדביקה וחשיקה וחפיצה בהתלהבות עצומה

从其理解与沉思的灵气中生出炽烈的爱，如火焰般迸发，使它渴望依附于祂——愿祂受称颂——怀着紧紧依附、渴慕与欲求之情，以无比炽热的热忱，

עד כלות הנפש כמ"ש נכספה וגם כלתה נפשי וגו'.

直至灵魂消尽（כלות הנפש, kelos hanefesh），正如经上所写：“我的灵魂渴慕，且已消尽”，等等。

11 ועמך לא חפצתי בארץ כלה שארי ולבבי וגו'. ואזי תהיה החכמה שבנפש החיונית כשמן הנמשך אחר

הפתילה שהיא נר ה' נשמת אדם

“有你，我在地上别无所求；我的肉身和心都消耗殆尽”，等等。于是，生命之魂中的智慧（חכמה, Chochmah）会像油那样，随着灯芯被牵引；灯芯就是“人的灵魂，是 ה' 的灯”：

שהנשמה היא הפתילה המתברת אור האהבה עזה ורשפי אש להאיר בנה"ב [נפש הבהמית] עד שתכלה ותכסוף ג"כ לדבקה בו בדביקה חשיקה כו'.

因为灵魂就是灯芯，它把炽烈之爱的光和火焰的闪耀联结起来，使光照入 נפש הבהמית，直到后者也消尽，并同样渴望与祂紧密结合、恋慕祂，等等。

ולחיות ואהבת וגו' בכל לבבך וגדול יהי' [יהיה] כח כלות הנפש הבהמית ביתר שאת בבחי' שמן הנכלה ועולה עד שנעשה ממנו כולו אש של אור הנר

这样便有“你要爱……，尽你全心”；נפש הבהמית消尽（כלות הנפש, kelos hanefesh，即灵魂的消尽）之力也将格外强大，达到更高的程度，如同油燃尽而上升，直至整份油都化作灯光的火焰，

ע"י בחי' צעק לבם והוא התהפכות בחי' האש שבה. ורשפי אש אהבה עזה כו'. וזהו נר של הנשמה שהיא מהתבוננות נפש האלהית עצמה:

这是藉着“他们的心呼喊”这一层面而实现的；这就是其中火焰这一层面的转化，以及“火焰的闪耀”——炽烈的爱，等等。这就是灵魂之灯；它源自源于 ה' 的灵魂本身的观照：

12 וענין נר של המצוה היא שהמצוה יש לה סגולה פרטית להעלות את נה"ב [נפש הבהמית] ולקשרה באו"ס

[באור אין סוף] ב"ה כמא' [כמאמר] אק"ב [אשר קדשנו במצותיו] בקדש העליון שהוא למעלה מן ההשתלשלות.

关于诫命之灯，其意在于：诫命（מצוה, mitzvah）具有一种特殊功效（סגולה, segulah），能够提升动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis），并将它系于无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）——愿祂受称颂——正如“祂以祂的诫命使我们成圣”一语所说：借着至高的圣洁；这圣洁高于逐级下降的世界链条（השתלשלות, hishtalshelus）。

כי המצות הם לבושיך ונקי לבוש מלכות שהם בחי' מקיפים שמקיפים ומלבישים את הנפש מראשה ועד רגלה

因为诫命（מצות, mitzvos）是衣裳，也被称为“王室衣裳”；它们属于环绕性的层面（מקיפים, makifim），从头至脚环绕并包裹灵魂，

להיות צרורה בצרור החיים את ה' ממש שע"י מעלה את הנפש כמו האדם כשהוא לבוש יכולין להמשיך אותו ע"י לבושו.

使灵魂“真正与 הוי' (Havayah) 同在，被系于生命之纽带中”。借此，[这条诫命]提升灵魂，正如一个人穿着衣裳时，人们可以借着他的衣裳把他牵引过去。

13 וכן כצורך אבן במרגמה. שע"י שצורך בחרט זורקין אותו למעלה יותר. הכלל שכל בחי' מקיף הוא העלאה למעלה.

同样，“如同投石带中的一块石头”：因为它被束在袋中，便能被抛得更高。总的来说，每一种包围性层面（מקיף, makif）都是向上的提升。

ולכן לובשיך טלית ותפלין קודם התפלה להמשיך בחי' מקיף למעלה להעלות את נה"ב [נפש הבהמית] בתפלה כנודע שאין התחתון עולה למעלה עד שיורדת תחלה הארה מלמעלה. והתפלה היא עליית נה"ב [נפש הבהמית].

因此，人们在祷告之前先穿上祈祷披巾（טלית, tallis）并戴上经匣（תפלין, tefillin），以从上方引下包围性层面，从而在祷告中提升动物之魂（נפש הבהמית, nefesh habahamis）；因为众所周知，下层要向上升，必须先有一道光明从上方降下。祷告就是动物之魂的上升。

ולכן התפלה היא נוסחא אחת בכל יום כל ימי חייו של אדם הקצובים לו ימי שנותינו בהם שבעים שנה הם כפי נצוצות נפש הבהמית שצריכין להעלות (משא"כ נפש האלהית היא נצחית) וכל יום נעשה בחי' חדשה.

因此，一个人在其被分配到的全部岁月中，每天所念的祷告都是同一篇文辞：“我们一生的年日是七十年”；这些年日对应着必须提升的动物之魂的火花（源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）则并非如此，它是永恒的）；而且，每一天都会形成一个新的层面。

וצריך להעלות גם אותו נצוץ שמתחדש והכל היא העלאה אחת (משא"כ לימוד התורה צריך דוקא ללמוד בכל יום דבר חדש)

也必须提升那个新形成的火花；而这一切都是一次上升（托拉的学习则不同：人每天必须特意学习新的内容）。

ולכן כל המצות נקראות בשם צדקה כי צדקה תרומם גוי

因此，所有诫命都称为施舍（צדקה，tzedakah），因为“施舍使一个民族升高”。

שע"י הצדקה וחסד שעושיין למטה להחיות רוח שפלים ועני חשוב כמת. כן ויותר מכן לאין קץ נמשך

רוח חיים מלמעלה מחיי החיים ב"ה להחיות מתים ממש

因为人从下方施行施舍与慈善，使卑微者的精神复苏，而穷人被视为死人；与此相应，且远远超过此事、无穷无尽地，生命之气从上方、从生命之生命那里降下——愿其受称颂——使真正死去的人复活，

בבחי' ימין מקרבת וימינו תחבקני ממש באור המקיף שמלמעלה לרומם ולהעלות את הנפש למעלה

מעלה באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה ממש וזהו ענין נר מצוה:

以“右手使人亲近”以及“祂的右手拥抱我”的方式，确实如此，凭着从上方而来的包围之光，将灵魂高举并提升到越来越高之处，直至无限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）本身——愿其受称颂。这就是诫命之灯（נר מצוה，ner mitzvah）的含义。

14 אך התורה אור הוא המשכת אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה מלמעלה מ"ט [מלמעלה למטה]. והיא אור וגילוי אוא"ס

[אור אין סוף] ב"ה ממש שלמעלה מעלה מהשתלשלות שירידת והדרגת סדר השתלשלות היא בחי' העלם

והתלבשות אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה להיות התהוות מהות אחר מהות באופנים ומינים שונים.

然而，“托拉（תורה，Torah）是光”，乃是将无限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof）从上向下引下，愿祂受称颂。这正是无限之光本身的光明与显现，远远超越逐级下降的世界链条（השתלשלות，hishtalshelus）；因为，逐级下降的世界秩序之下降与层层递降，乃是无限之光的隐匿与包裹，使一种实体能够在不同的方式与种类中，接续另一种实体而形成。

15 וכמ"ש ישת חשך סתרו שהוא חשך והעלם ולא אור וגילוי. ועל התורה נאמר מגלה עמקות מני חשך.

וממעמקים קראתיך הוי"ה.

正如经上所说：“祂使黑暗成为祂的藏身之处”：这就是黑暗与遮蔽，而非光与显明。关于托拉，经上说：“祂从黑暗中揭示深奥之事”；又说：“我从深处呼求你——ה'。”

וזהו תכלית בריאת האדם להמשיך על נפשו אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה שלמעלה מן ההשתלשלות.

这就是创造人的目的：将高于逐级下降的世界链条的无限之光（אור אין סוף，Or Ein Sof），愿祂受称颂，下引至人的灵魂之上，

להיות אור א"ס ב"ה שורה למטה כמו למעלה כמ"ש אני ראשון ואני אחרון ומבלעדי אין אלהים.
כלומר כשם שאני ראשון קודם שנבה"ע [שנברא העולם].

使愿祂受称颂的无限之光居于下界，正如居于上界；正如经上所说：“我是首先的，也是末后的；除我以外，别无אלקים (Elokim)。”也就是说，正如“我是首先的”——在世界被创造之前，

16 ואחרון לאחר שנברא העולם. כן מבלעדי דהיינו באמצעות בשעת בריאת העולם יהי' [יהיה] אור א"ס
ב"ה נמשך למטה שיהי' [שיהיה] בטול העולם במציאות כמו קודם שנברא ואחר שנברא והיינו ע"י
התורה כי אורייתא מחכמה נפקת.

以及世界被创造之后的“末后”。因此，“除我以外” (מבלעדי, mibaladai)，即中间、世界被创造之时，无限之光 (אור אין סוף, Or Ein Sof)，愿祂受称颂，将被引降至下方，使世界虽存在，却处于自我消融 (ביטול, bittul) 的状态，就如世界被创造以前以及被创造以后那样。这是通过托拉实现的，因为“托拉出自智慧 (חכמה, Chochmah)”。

17 וכמ"ש לכבודי בראתיו. כבו"ד בגימטריא ל"ב הם ל"ב נתיבות חכמה. בראתיו בחי' תלמוד. יצרתיו
בחי' משנה. ועשיתיו בחי' מקרא.

正如经上所写：“我为自己的荣耀 (כבודי, kevodi) 创造了它。”荣耀 (כבוד, kavod) 的数值是三十二；这就是智慧 (חכמה, Chochmah) 的三十二条路径。“我创造了它”对应塔木德 (תלמוד, Talmud) 这一层面；“我塑造了它”对应米示拿 (משנה, Mishnah) 这一层面；“我造了它”对应经文 (מקרא, Mikra) 这一层面。

שכולם הם בבחי' חכמה ואור א"ס ב"ה שורה ומתגלה בחכמה שאין שם שום הסתר פנים.

因为它们全都处于智慧 (חכמה) 这一层面；无限之光 (אור אין סוף, Or Ein Sof) ——愿祂受祝颂——安住并显明于智慧之中，在那里丝毫没有面容被遮蔽。

18 ושם הוא בחי' אני ה' לא שניתי כמו קודם שנברא העולם. ולכן רב יהודא דכולי תנויי' בנזיקין הוא
לזכות את הזכאי. ולחייב את החייב. להפריד ביניהם. בכדי להפריד החיצונים מהקדושה ויתפרדו כל
פועלי און כו'.

那里就是“我，הוי' (Havayah)，并没有改变”这一层面，正如世界尚未被创造以前一样。因此，拉夫·耶胡达 (רב יהודא) 的全部研习都在[《Nezikin》这一部]中，[他研习这些律法]是为了判无辜者无罪、判有罪者有罪，在二者之间作出区分，以便将外在势力与神圣分开，使“一切作孽者都离散”，等等。

ולכן היה פטור מן התפלה לפי שהיתה תורתו אומנתו כר' [כרבי] שמעון בן יוחאי וחביריו.

因此，他免于祈祷，因为妥拉研习就是他的职业，正如拉比西蒙·巴尔·约海（רבי שמעון בר יוחאי）及其同伴一样。

והיינו מפני שרוב יהודא היה אדם גדול מאד עד שאמר עליו שמואל אין זה ילוד אשה דאימתא

דמאריה עליה שהי' [שהיה] בחינת ביטול לאוא"ס [לאור אין סוף] ב"ה שהמשיך עליו בק"ש [בקריאת שמע].

这是因为拉夫·耶胡达是极其伟大的人物，以至于什穆埃尔（שמואל）这样评价他：“此人并非由女人所生”，因为他心中常存对其主的敬畏。他处于无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）面前的自我消融（ביטול, bittul）状态；这无限之光是他在诵读示玛（שמע, Shema）时引至自身的。

(כי מן הק"ש [הקריאת שמע] לא היה פטור ואפילו ר' [רבי] שמעון בן יוחאי וחביריו אלא מן התפלה)

（因为他并未免于诵读示玛；甚至拉比西蒙·巴尔·约海及其同伴[也免于]的只有祈祷。）

והיתה תורתו ג"כ בבחי' בטול ממש בבחי' ואשים דברי בפוך. ודברי אשר שמי בפוך וכמארז"ל

[וכמאמר רבותינו זכרונם לברכה] מתניתין מלכתא.

他的妥拉研习本身也处于真实的自我消融状态，属于“我已把我的话放在你口中”以及“我所放在你口中的话”这一层面；正如我们的圣贤所说：“米示拿（מתניתין, Mishnah）是女王。”

בחי' מלך שמצוה וגוזר שיהי' [שיהיה] הפסק כך כי מלך במשפט יעמיד ארץ לזכות את הזכאי כו'. שיש

ב' בחי'. בחי' עבד שלומד כדי שידע רצון המלך.

这是君王的层面：他发出命令、颁布诏令，规定裁决应当如此，因为“王凭审判使大地稳固”，以判无辜者无罪，等等。这里有两个层面：一种是仆人的层面，他学习是为了知道君王的意愿，

19 ובחי' מלך שבעת לימודו הוא הגוזר ומצוה לעצמו כו' וז"ש [וזהו שכתוב] ויהי בישרון מלך לפי ששכינה

היתה מדברת מתוך גרונו של משה.

以及君王这一层面：他在学习时，自己就是为自己颁布法令、发出命令的人，等等。这就是经文所说的“耶书仑中有一位君王”，因为临在（שכינה, Shechinah）从摩西（משה）的喉中发声。

וכך ר' [רבי] שמעון בן יוחאי וחביריו ורב יהודא לפי מדרגתו.

拉比西蒙·本·约海（רבי שמעון בן יוחאי）和他的同伴们也是如此；拉夫·耶胡达（רב יהודא）则依照他自己的层级。

שכפי ערך בטול נפשו לאור א"ס ב"ה. ככה היתה המשכת אור א"ס ב"ה בתורתם ועבודתם. והמשנה המדברת בפיהם היא דבר ה' ממש. ועי"ז נמשך בטול העולם במציאות למטה כמו למעלה:

因为一个人的灵魂在无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）面前自我消融（ביטול, bittul）的程度如何，无限之光，愿其受称颂，便相应地被引降到他们的托拉学习与事奉中。从他们口中说出的Mishnah（משנה），实在就是 ה' 的话语。由此，世界存在中的自我消融也被引降到下界，如同在上界一样：

20 והנה אור התורה הזה נאחז ומתחבר במצוה כי כל התורה שלפנינו הן תושב"כ [תורה שבכתב] ושבע"פ

[ושבעל פה] עיקרן ויסודותן היא במצות

如今，妥拉之光附着于诫命（מצוה, mitzvah），并与之相连；因为摆在我们面前的整部妥拉，无论书面妥拉还是口传妥拉，其精髓与根基都在诫命（מצוות, mitzvos）之中。

שע"ז נאמר ותמלא כדה ותעל. כ"ד ספרין דאורייתא כו' שהן בחי' כד שנשאב מים העליון חכמה עלאה של א"ס ב"ה שהוא עד אין קץ ותכלית ועי"ז נאמר והיו הדברים האלה אשר אנכי מצוך. אנכי דייקא.

关于此，经文说：“她装满水罐，就上去了。”所谓“妥拉的二十四（כ"ד, kaf-dalet）部书”等等，便是水罐（כד, kad）这一层面，借此汲取上方之水——无限者（אין סוף, Ein Sof；愿其受称颂）的至高智慧（חכמה, Chochmah）；这智慧没有尽头和界限。关于此，经文又说：“这些我所吩咐你的话必将存在。”这里特意说的是“我”（אנכי, Anochi）。

21 והמצוה היא הפתילה שמתלבשת בנפש השכלית והחיונית להעלות ולקשרה באור התורה שהיא בחי'

חכים ולא בחכמה ידיעא הפך שכל אנושי ובה שורה א"ס ב"ה כמ"ש ה' בחכמה יסד ארץ.

诫命（מצוה, mitzvah）就是灯芯，它披覆在理智之魂与生命之魂中，为要提升它，并将它系于托拉之光。托拉之光属于“有智慧，却不是以可知的智慧”这一层面，与人的理智相反；无限者（אין סוף, Ein Sof），愿祂受祝颂，安居其中，正如经上所说：“הוי' (Havayah) 以智慧奠立大地。”

אך צריך להקדים התבוננות של נפש האלקית היא נר ה' נשמת אדם כדי להיות ואהבת וגו' בכל לבבך כי רוח אייתי רוח ואמשיך רוח וכמ"ש אם ישים אליו לבו וגו'

但首先必须[进行]源于 ה' 的灵魂（נפש האלקית, nefesh Elohis）的沉思观照；这灵魂是“人的灵魂是 ה' 之灯”，为的是能有“你要爱……等等，尽你的心去爱”；因为“灵引来灵，并引下灵”，正如经上所说：“若他将心专注于祂……”

עד שתהיה חכמה שבנפש החיונית בחי' השמן הנמשך אחר הפתילה של מצוה להתכלל ממש באור התורה שתתהפך ממש מהפוך אל הפוך משכל אנושי המושג לשכל חכמת התורה חכמת אלהית בחי' חכים ולא בחכמה ידיעא כו'

直到生命之魂中的智慧（חכמה, Chochmah）成为随着诫命的灯芯而被牵引的油这一层面，真正融入托拉之光；于是它便从一个极端彻底转变为另一个极端，从可理解的人类理智，转变为托拉智慧的理智——神圣智慧，即“有智慧，却不是以可知的智慧”这一层面，等等。

שלכן נתלבשה בענינים גשמיים וכל ענינים גשמיים כלולים בה כמו כל צמח האדמה ופרי העץ בסדר זרעים. וכל בעלי חיים בסדר קדשים.

这就是[托拉]披覆于物质事物之中的原因；一切物质事物都包含在其中，例如地上一切植物和树木的果实，都见于《种子部》（זרעים, Zeraim）；一切动物则见于《圣物部》（קדשים, Kodashim）。

כדי לברר ולהפך הכל בקדושה. וימלא כבוד ה' את כל הארץ הלזו הגשמית כו':

[这]是为了提炼净化一切，并将一切转化为圣洁：“的荣耀必充满全地”，即这物质的[大地]，等等。

22 וזהו המגביהי לשבת. פי' המגביה י' הוא י' שבה' שהדל"ת הוא בחי' דלית. דלית ליה מגרמיה כלום

נעשה ה' ע"י היו"ד שבתוכה

这就是[「那使之高而坐者」]的意思。这里的「高举」一词 **המגביהי** (hamagbihi)，可解作「高举字母 י (yud)」；这个 yud 是希伯来字母 ה (heh) 中的那个字母。因为字母 ד (dalet) 代表「无有」(דלית, dalis) 这一层面：「它自身毫无所有」；借着其中的 yud，它便成为 heh。

והיינו בחי' המצוה שמצדק נעשה צדקה. וצדקה תרומם גוי ע"י שמגביה את בחי' היו"ד שבה' למעלה מעלה באוא"ס [באור אין סוף] ב"ה ממש.

这就是诫命（המצוה, mitzvah）这一层面：正义（צדק, tzedek）由此成为施舍（צדקה, tzedakah）；「施舍提升一个民族」，是因为它把 heh 中的 yud 提升得越来越高，直至进入无限之光（אור אין סוף, Or Ein Sof）本身，愿祂受祝福。

לשבת להיות בחי' מכון לשבתך דהיינו שתהא שם השראת אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה ממש שהיא בחי' ישיבה

「坐着」：成为「你安居的所在」，也就是使无限之光本身临驻于那里；这就是坐居的层面，

דהיינו בחי' ירידה והשפלה אצלו כביכול וכמ"ש וישב ה' מלך לעולם. כי להיות מלך לעולם היא בחי' ישיבה והשפלה כי על מי ימלוך כו'.

也就是说，对祂而言，仿佛是一种下降和降低；正如经上所说：「**ה' (Havayah) 坐着为王，直到永远 (לעולם, le' olam)。**」因为成为统治世界（**לעולם**）的王，正是坐着和降低的层面；祂要统治谁呢？等等。

23 וזו היא העלאה שע"י המצות ממטה למעלה. אבל התורה אור היא המשכה מלמעלה למטה המשפילי

לראות בשמים תושב"כ [תורה שבכתב]. ובארץ תושבע"פ [תורה שבעל פה].

这就是借着诫命（**מצות, mitzvos**）所带来的、从下而上的提升。但“妥拉（**תורה, Torah**）是光”则是从上而下的引降：“那位屈身[自己]察看天上”——这里指书面妥拉；“察看地上”——这里指口传妥拉。

ושם הוא לראות בחי' ראייה והתגלות אוא"ס [אור אין סוף] ב"ה למטה כמו למעלה.

在那里所说的“看见”，是指视觉这一层面，也指无限之光（**אור אין סוף, Or Ein Sof**；愿祂受称颂）在下界如同在上界一样显现。

ולא בחי' שמע ישראל דהיינו התבוננות שבנפש האלהית שהיא בחי' שמיעה בלבד אלא כמ"ש כי עין בעין יראו וגו':

这并非“以色列，听吧！”这一层面——也就是源于 ה' 的灵魂（**נפש האלהית, nefesh Elohis**）中的观照，而它仅仅属于听觉这一层面；相反，正如经上所写：“因为他们必目光相接而见”，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/mikeitz/11/

谨以此纪念

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父亲, Reb Levi Yitzchok