



《托拉奧爾》· 帕拉沙 TOLDOS · 瑪瑪爾 4

ויחפרו עבדי יצחק בנחל כו'

「以撒（יצחק）的僕人們在谷中挖掘……一口由眾首領挖掘的井」



為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

likuteitorah.com/zh-Hant/torah-ohr/toldos/4/

1 ויחפרו עבדי יצחק בנחל כו'. באר חפרוה שרים וגו'. דהנה איתא בגמ' [בגמרא] ע"פ והנהר הרביעי הוא

פרת הוא דמעיקרא שממנו נפרדו לארבעה ראשים דהיינו ג' יצאו ממנו והרביעי

「以撒（יצחק）的僕人在溪谷中挖掘」，等等。「這口井是首領們所挖掘的」，等等。因為，《塔木德》論及[那節經文]「第四條河就是伯拉河」時，有此教導：「它就是起初那一條」，由它分成四個源頭；也就是說，三條由它流出，而第四條——

הוא בעצמו ואמרו כל הנהרות למטה מפרת וכל מעיינות שבעולם נובעים מסולמא דפרת פי' מתחת לקרקע נוקב והולך עד שבחפירה מועטת ימצא באר מים חיים.

就是[伯拉河]本身。他們又說：所有河流都低於伯拉河，而世上一切泉源都由伯拉河的梯道湧出。意思是：它在地下鑿行而去，直到只須稍作挖掘，便能找到一口湧出活水的井。

2 ולכאורה תמוה מפני מה יקרא באר מים חיים כיון שעיקר נביעתו הוא מנהר פרת. והענין דהנה כתיב

ונהר יוצא מעדן להשקות את הגן כו'

乍看之下令人疑惑：既然井水湧出的根源在於幼發拉底河（פרת，Perat），為什麼還稱它為活水井？解釋如下。看，經上寫道：「有一條河從伊甸流出，灌溉園子」，等等。

ג"ן סדרי דאורייתא פי' כידוע שבתחלה צריך לקבל עומ"ש [עול מלכות שמים] בשלימות דהיינו להאמין באמונה שלימה באחדות ה'

「園」（גן，gan）：妥拉的五十三個篇章（סדרי דאורייתא，sidros）。意思是，眾所周知，起初必須完整地接受天國王權之軛，也就是承擔服從 ה' 之軛（קבלת עול，kabbalas ol）；亦即以完整的信心相信 ה' 的合一，

שהוא המהווה כל העולמות וכולא קמיה כלא חשיב וכולא חד כו' וכאשר יתבונן האדם בק"ש [בקריאת שמע] וישים ללבו היטיב ענין האחדות ויקבל עליו באמת עול מל'

祂使一切世界得以存在，在祂面前一切都算不得什麼，而且一切皆為一，等等。當一個人在誦讀示瑪（שמע，Shema）時加以默想，並把[ה']合一之義深深放在心上，又真誠地承擔[祂的]王權之軛——

כי יעקב חבל נחלתו חפצם לדבקה בו בכל לבבם ומאמינים באחד וחפצים בו אבל אין מקום שישרה בו בחי' אחד לאחר שקבל עליו.

因為「雅各（יעקב）是祂產業的份額」：他們渴望全心依附祂，並相信那位唯一者、渴望祂；然而，在他已將[它]承擔於己之後，卻沒有一處地方能讓「一」這個層面安住。

3 ואין לו מקום אלא בתורה שהיינו שמיד אחר קבלת מ"ש ילמוד בעיון מחשבתו ושכלו ודבורו בתורה

שבע"פ [שבעל פה] וקודם למודו יתבונן באחדות ה' כו'

而它只有在妥拉中才有立足之處。也就是說，人在接受天國王權之後，應立即以思想、理智與言語深入研習口傳妥拉；研習之前，則應默想 ה' 的合一，等等。

ועי"ז יגרום לו העסק בתורה בכל עומק מחשבתו ולבבו וכו' וזהו נק' ונהר יוצא מעדן פי' מעדן מעם

הקב"ה שנק' עדן ונהר הוא לשון המשכה

由此，他便會全心投入妥拉，以思想和心靈的全部深度來研習，等等。這就稱為「有河從伊甸流出」。意思是：「從伊甸」——從קב"ה (Kudsha Brich Hu，意為「聖者，願祂受頌讚」)而出；「河流」一詞則表示引下。

פי' כאשר יומשך אלהות מלמעלי [מלמעלה] למטה בקבלי מ"ש המשכה זאת משקה את הגן היא התורה

שהיא ד' אמות של הלכה במקום קדשי קדשים אורייתא היכלא דמלכא שבה שורה אחדות ה' כו'

意思是：當人藉著接受天國王權，使אלקות由上而下引下時，這番引下便滋潤園子——也就是妥拉，即「四肘的律法（הלכה，halachah）」；取代至聖所的位置——「妥拉是君王的宮殿」——在其中，ה' 的合一安居，等等。

כאשר יתקיים בו בחי' נהר יוצא מעדן בתפלתו ושעור למודו מיד אחר התפלה אבל אח"כ צריך לעסוק

בכל מחשבתו כו'

當「有河從伊甸流出」的層面，在他的祈禱以及祈禱後立即進行的定時研習中實現時——但此後，他必須把全部心思用於……

בעיני עולם השפל ושוכח כל התבוננותו בקבלת מ"ש מפני גשמיות גופו על מעוט דעת שלו ויתרחק

מאד מבחינה שהיה לו דעת בתפלתו ועבודתו בתורה כו'

世俗塵寰的事務；由於身體的物質性，又因他認知（דעת，daas）淺薄，他便忘卻了接受天國王權時的一切默想，並且遠離自己在祈禱及妥拉事奉中所曾具備的認知狀態，等等——

לכך נתן לנו מצות לעשותם כל היום כי ענין המצות מעשיות הם הגבה למעלה מעלה בפנימיותם

ושרשם

因此，祂賜給我們誠命，讓我們整日實踐。因為實際遵行的誠命（מצות，mitzvos），其內在層面（פנימיות，pnimiyus）及根源都極其高超，

אך שנתלבשו בכמה לבושים בהשתלשלות העולמות כו' ומ"מ רומזים על מדרגה הגבוה שבשרש' [שבשרשם] כמו מצות ציצ"י [ציצית] שענינה למעלה בעולמות עליונים ונתלבשה מצותה בשמונה חוטין של צמר וה' קשרים כו'

只是它們在世界層層下延的鏈條（השתלשלות，hishtalshelus）中披上了許多衣裳，等等；然而，它們仍指向其根源中的崇高層次。例如，**ציצית**（tzitzis，衣穗）這條誡命，其意義位於上界，而其誡命形式則披上了八根羊毛線和五個結，等等。

ולכן המצות לא תצטרך להם עבודת האדם לתקנם ולכוון אל אמתתם כי מצות א"צ [אין צריך / אינו צריך] כוונה לפי שהן בעצמם מתוקנים ונשתלשלו ממעלה למטה כו' והעושה המצוה המשכת אלהות שגורם אינה מצד עבודתו רק מחמת המצות עצמן כו'.

因此，誡命不需要人的事奉來修整，也不需要人去意向其真實本質，因為「誡命不需要意向」；這是因為誡命本身已經修整完善，並且已由上而下一層層流衍而來，等等。而[對於]實踐誡命的人，他所促成的**אלקות**引下並非憑藉他的事奉，而只是由於誡命本身，等等。

משא"כ בתורה ותפלה שהיא עבודת הלב תלויה דוקא בכוונת האדם כו' ועיקר הכוונה הצריכה בעשי' [בעשייה] המצות הוא שיתבונן בתחילה איך שהוא מאד רחוק מה'

妥拉（תורה，Torah）與祈禱則不同，因為它們是心的事奉，特別取決於人的意向，等等。履行誡命（מצות，mitzvos）所需的主要意向，是他首先省察自己離 ה' 是何等遙遠，

ע"י טרדתו כל היום בהבלי חפצי העוה"ז וגשמיות חומרו ועוונותיו מסך מבדיל לבלתי התקרב אל ה' אפי' [אפילו] מעט ויתבונן

因為他整日忙於今世虛妄的事務、自己肉身的物質性，以及自己的罪過——這些成了隔絕的屏障，[使他]連稍微親近 ה' 也不能。並且他應當省察

בזה היטב הדק וישבור לבו בהתבוננ' [בהתבוננות] זה ויכנע לבבו מפני שמ"מ חפץ הוא להתקרב אל ה' בתורתו כו' ויכוון במצוה שנזדמנה לידו בעשותו אותה.

他應當對此作詳盡而細密的省察，並因這番省察而使自己的心破碎，心也因此謙卑下來——因為儘管如此，他仍渴望藉著祂的 **תורה** 親近 ה'，等等。他應當在一項遇到的誡命（מצוה，mitzvah）上懷有[這樣的]意向，並在履行它時如此用心。

שהוא כמו באר מ"ח שנובע מתחת הקרקע מנהר א' שאע"פ [שאף על פי] שהנהר אינו נק' מ"ח אבל המים היוצאים ממנו ונוקב והולך עובי עפר הקרקע נק' מים חיים מפני שמתברר ומתלבן ע"י דחקם לצאת בעפר החומרי

這好比一口活水井，水從地下的一條河流湧出：雖然那條河並不稱為「活水」，但從河中出來、穿透地底厚厚土層的水，卻稱為「活水」，因為它受物質土壤擠壓而湧出，從而得到澄清與淨化。

וכן ממש עשיית המצוות כשהי' [כשהיה] לו בתחלה בתפלתו ועבודתו בחי' נהר יוצא מעדן הנ"ל רק שנכסה ונעלם בתוכו ע"י גשמיות תשוקת גופו כל היום.

誠命的履行也完全是如此：起初，在他的祈禱和事奉中，他具有上述「有一條河從伊甸流出」的層面；只是，由於他整日肉身欲望的物質性，這一層面在他裡面被遮蔽、隱藏了。

4 וכשעושה המצוה שנובעת מנהר הנ"ל פי' מפני שזוכר שכבר קבל ע"ע [על עצמו / על עצמך] מ"ש בכל לבבו ולכך עושה מצותיו ליכנס בעול מלכותו אע"פ [אף על פי] שעכשיו אין לו בחי' נהר הנ"ל סומך לבו על שכבר גמר בלבו לעבוד ה' באמת זהו

當他履行那由上述河流湧出的誠命（מצוה，mitzvah）時——意思是，他記得自己已全心接受天上的王權，因此履行自己的誠命，為要進入祂王權之轄下；即使此刻他沒有上述河流的層面，仍在心中依靠自己早已立定心志，要真誠地事奉 ה'——這就像

כמו באר מ"ח מפני שמאד ערב לו זאת המעט בעבודת ה' מפני שהתבונן שמאד מאד רחוק הוא מה'.

一口活水井，因為在他看來，這一點點事奉 ה' 的作為極其甘美；這是因為他沉思自己離 ה' 實在非常、非常遙遠。

5 ועושה המצוה הוא ע"ד הנ"ל שמאד מתוק וערב לו לעשות המצוה כו' כמו הבאר כשחופרין בקרקע ומוצאים מים הם מ"ח מפני שעברו עובי העפר כן עשיית המצות עשייתו אותה נובעת מנהר הנ"ל כו'.

而[當]他按照上述方式履行誠命（מצוה，mitzvah），[以致]他覺得履行誠命非常甘甜愉悅，等等——這就如同井：人們在地裡挖掘而找到水時，這水是活水，因為它穿過了厚厚的土層；同樣，誠命（מצות，mitzvos）的履行：他履行誠命，乃是從上述河流湧流而出，等等。

6 וזהו שהיה האריז"ל [האריז"ל זכרוננו לברכה] שמח מאד בעשיית המצות ולכך זכה לרה"ק [לרוח הקודש] ולא שמח בעבודתו כו' כי המצות בפני עצמם קדושתם כו'

這[就是為何]阿里扎爾（האריז"ל）在履行誠命（מצות，mitzvos）時極其歡喜，因此得以獲得 רוח הקודש（Ruach HaKodesh，先知般的靈感），卻不因自己的[事奉]而歡喜，等等；因為誠命本身，其神聖性[乃是其自身的]，等等，

כנ"ל ועשיותה בא מהתבוננות שפלות התקרבותו אל ה' שזו היא מדת ענוה באמת שנאמר על מרע"ה
[משה רבינו עליו השלום] כי עיקר השפלו' בפני כל אדם שאמרו א"א להיו' [להיות] כ"א עד"ז שרואה בחבירו
שהוא יותר קרוב לה' כו'

正如[上文所述]。他這樣做，是出於沉思自己接近^{ה'}的程度何等微薄。這正是摩西（^{משה}）我們的導師、願他平安，所具有的真正謙卑之德；因為在每個人面前自居卑下的根本之義——人們說，除非如此，否則不可能做到——就是看見自己的同伴比自己更接近^{ה'}，等等。

וזהו נפש שבעה תבוס נופת שאפילו הדבש מר לו אבל נפש רעבה כל מר מתוק

這[正是]「飽足的心靈踐踏蜂巢蜜」的意思——甚至蜂蜜對它也是苦的；「但對飢餓的心靈，一切苦味都是甜的。」

פי' באר מ"ח הנ"ל ע"י חפירותו בעפר גופו כשיוצא מעט מים מתוקים ערבים לו מאד מפני שגופו
רעבה בעבודת ה' וזהו באר חפרוה שרים:

意思是：上文所說的活水之井——人藉著挖掘自己身體的土壤，當一點水湧出時，這水對他便格外甘甜、令人愉悅，因為他的身體在事奉^{ה'}上是飢渴的。這就是「首領們所挖的井」。



LikuteiTorah.com

哈西迪的帕拉沙

關於本版

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/>

英文譯文與解說：由 AI 協助（openai/gpt-6-luna-pro:batch）為 likuteitorah.com 編寫，並對照希伯來文及 Sefaria 核對；尚未經人工編輯審閱。重要內容請務必對照希伯來文查核。

雷貝曾要求，在該週內將本週帕拉夏的瑪瑪爾——「哈西迪帕拉夏」——分散於七日中學習（Sichah of Shabbos Parshas Vayakhel 5725 · Toras Menachem vol. 42, pp. 306–309）。為何要學習，以及雷貝的祝福：likuteitorah.com/about/the-chassidishe-parsha/

免費的非商業計畫；此處沒有任何內容出售。本計畫與 Kehot、Sefaria 或 Lubavitch Library 均無關聯。© likuteitorah.com

摘自 likuteitorah.com/zh-Hant/torah-ohr/toldos/4/

為尊崇...而奉獻

מוקדש לכבוד הגאון המקובל רבי לוי יצחק שניאורסאהן זצ"ל

Rebbe 的父親 Reb Levi Yitzchok