

Codes

生命密码

[荷] 派瑞·哈本诺 著  
姬蕾 译

Patty Harpenau



# 生命密码

[荷] 派瑞·哈本诺/著  
姬蕾/译

Patty Harpenau

## 图书在版编目 (CIP) 数据

生命密码/(荷)哈本诺著;姬蕾译.—天津:天津教育出版社,2010.1

ISBN 978-7-5309-5873-5

I. ①生… II. ①哈…②姬… III. ①人生哲学—通俗读物  
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 229549 号

## 生命密码

---

出版人 肖占鹏

---

作者 (荷)派瑞·哈本诺

译者 姬蕾

策划 刘峰

责任编辑 孙丽业

特约编辑 陈俞倩

封面设计 弘文馆·李道娥

版式设计 北京中天华唯文化发展有限公司

---

出版发行 天津教育出版社  
天津市和平区西康路 35 号  
邮政编码 300051

经销 全国新华书店

印刷 北京汇林印务有限公司

版次 2010 年 1 月第 1 版

印次 2010 年 1 月第 1 次印刷

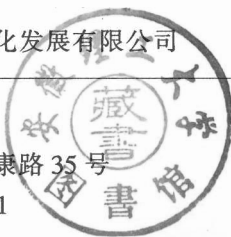
规格 32 开 (870×1200 毫米)

字数 60 千字

印张 5

书号 ISBN 978-7-5309-5873-5

定价 25.80 元



## 译者序

本书的作者派瑞·哈本诺是一名优秀的生活导师，写了许多关于人性训练的书籍。她的语言通俗易懂，风格清新自然，让读者在不知不觉中身临其境，在阅读中得到灵魂的净化和精神的升华。

此书讲述了一位年轻女性找寻自我、找寻生命秘密的故事。全书共分为七章，按顺序记载了她在旅程中学到的七个生命密码：上帝密码，亚当密码，夏娃密码，约书亚密码，米丽亚姆密码，摩西密码以及亚伯拉罕密码。这七个密码，正是通向和谐、宁静和富足生活的钥匙。

当译完此书的最后一个字符时，我掩卷回味，思绪翻卷，挥之不去。这才发现，自己早已沉浸在作者的叙述中，仿佛她的故事就是我亲身经历的一段时光。我跟着她的脚步，在寻找生命密码的道路上一路前行。而这七个密码，使我对生活有了新的看法和感悟，让我对自己在生命中所经历的、拥有的一切，都心怀感激。因

此，我愿意将此书推荐给所有的读者，希望它也能让你们的心灵，沐浴在爱的阳光中。

感谢天津华文天下图书有限公司，让我有机会能够翻译这本书。也感谢我的家人，在翻译过程中给予我大力支持和帮助。诚然，由于译者水平有限，书中难免存在诸多疏漏和不足之处，欢迎广大读者批评指正。

姬蕾

2009年11月 于索非亚

任何隐藏的东西，总会被显现出来。

——约书亚·本·约瑟夫

如果你仅是希望寻找你要的东西，这些密码可能不会有用；只有当你感应到，你已拥有想要的事物时，它们才能起作用。

## 导 读

欢迎翻阅这本《生命密码》。

这本书记录着我找寻生命密码的旅程。在旅途中，我遇到了一些特别的精神导师，是他们教给我生命的密码。一旦了解这些密码后，你会发现，你的身心沉浸在宁静、幸福和快乐的光芒中。旅途一共有七天，每天一个密码，七位导师会带着你去了解这些密码。每章末尾都有一个小结，提出并解答一个问题。你既可以选择从星期一开始，按照书中的顺序每天阅读一章节，也可以先通览全书，再回到每章的问题。在阅读过程中，你也可以稍作休整，消化所学内容后，再继续开始。总之，任何阅读安排都可以，一切皆有可能，你完全可以选择适合自己的方式来阅读。希望你能融入这段旅程，并能在旅途中尽情享受，得到快乐。

若想更深入地了解这些密码，敬请登陆生命之源网站订购本书的配套练习手册，详情请参见本书结尾部分。

现在，沏上一杯清茶，倚在舒适的沙发里，调整一下呼吸，开始你的旅程吧！就让自己随着书中的节拍，陶醉在智者温暖的话语中，你的生命，将由此改变。



## 前 言

“敞开你的心扉，握着我的手，跟着我，去经历七天的奇妙之旅，去寻找生命的七个密码、七条法则，去感悟人生的各种问题。希望你的心灵能在旅途中净化升华。”

——米哈尔·巴特·亚伯拉罕

### 耶路撒冷 1980

屋里黑漆漆的。拉比的妻子无奈地叹了口气，她很累。那天傍晚，非常闷热，房里所有的能量似乎都蒸发了，空气里弥漫着一股疲惫的味道。我的老师丽贝卡，显然已被我无休止的问题折磨得忍无可忍。她系上印花围裙，我知道她的这个动作意味着，她想回去看孩子了。

丽贝卡有 11 个孩子，她的丈夫是这所耶什华<sup>①</sup>里最有名望的拉比之一。和其他耶什华不同，学生在这儿可

---

<sup>①</sup> 耶什华：讲授律法的正统犹太学校。——译者注

以学习犹太神秘主义。丽贝卡除了要照料这个庞大的家庭外，还承担着组织安排的任务，因为每天慕名来拜访她丈夫的人络绎不绝，有很多还是飘洋过海来的，当然更多的是来自国内的拜访者。

每个星期二和星期四，我都会搭巴士前往离耶路撒冷古老中心不远的正统犹太居民区。车站正对面是一个现代咖啡馆，咖啡馆老板现在已经见惯了这样的场景：一名穿着牛仔裤、T恤衫、帆布鞋的欧洲女人走进咖啡馆，点一杯浓咖啡，然后径直走进洗手间。几分钟后出来时，她已经身着长裙、长袖羊毛衫，包着头巾。

第一周，那老板警惕地盯着我。第二周，他走过来要我给个解释。那天以后，他便分享着我的秘密：我正在学习犹太神秘哲学喀巴拉，我所在的学校地处耶路撒冷中心，是最好的也是最有争议的正统犹太学校。我不知道哪件事让他觉得更震撼：是我装束的改变还是一个女人居然在学喀巴拉呢？后来，每当巴士一到站，老板便会给我准备好一杯浓咖啡和一块犹太三明治<sup>①</sup>。为了让我能更好地保守这个秘密，他还特别为我在吧台后预留了一个位置，以方便我整理包裹。喝完咖啡，三明治

---

<sup>①</sup> 犹太三明治：一种犹太教食物，根据犹太教一系列复杂的饮食法规制作而成。——译者注

打包带上中午吃，我悄悄溜出咖啡馆，心怦怦直跳，生怕被认出来。如果有人看出我是一个现代欧洲女人，那我的喀巴拉学习生涯立刻会成为历史。当然，被认出的几率并不大，因为我伪装得太好。不过为了以防万一，过了拐角后，我还是加快了脚步。

每次走到半路，我都会遇到一帮热情的小孩，他们冲上来抱住我，取笑我的荷兰口音，把小手塞进我的提包里摸索。首先被他们瓜分走的，是我的午餐。如果提包里没有他们感兴趣的东西，他们会继续向我的口袋进攻，到最后连我秘密藏东西的半统袜也会不保。和丽贝卡的这群孩子在一起，让我觉得是那么的温暖、快乐。最小的本杰明总是把我的衣袖当手帕，用他的小鼻子在上面来回磨蹭，这温馨的一刻，让我的思乡愁消失得无影无踪。不一会，快走到学校门口时，孩子们会立刻安静下来，嬉笑打闹的小朋友瞬间变成了沉稳懂事的小大人。

他们知道自己是谁的孩子，他们知道在这些遭遇了生活痛苦的人面前，不能表现得太放肆。这个院子里，住着拉比一家。每天都会有很多人等在门口，等着能让他们摆脱痛苦的箴言。

丽贝卡叩着桌子，打断了我的思绪。时间到了，我该告辞了，可我却不想动。一股难以控制的情绪席卷了我：想家，孤独沮丧，还面临着缺钱的窘境。

“丽贝卡，这不管用。”我小声说道。她把我的手翻过来，手心朝上，似乎在寻找一条生命线，这样可以更好地了解我。

“为什么不结婚呢？就像我一样，嫁给拉比？看得出来，你很喜欢小孩，你也很漂亮。不妨学学我，在里间屋里读书，倾听丈夫谈话，在恰当的时候问他问题。我能教你的只有这些了。你知道那些对女性的规定，你的问题，只有拉比才能帮你。”

那一刻，我知道了她的秘密。她知道答案，却不能和别人分享。她的任务，只能是解释犹太妇女注定要遵守的规定、法则和章程。除此之外，她无能为力。

我是多么愚蠢啊！我以前总觉得她什么都不知道，总觉得自已比她有知识，因为我常常冒用父亲的名字从神学院图书馆里偷偷借书出来读，那些书女人是不能看的。可原来，我读过的书她也读过，可能还比我读得更多。见缝插针的时间里，她在秘密的小屋里，忐忑地看完了那些书。“你丈夫教你吗？”问题一出口，我吓了一跳，我以为她肯定会生气，可她只是摸了摸我的头，起身离开了房间。这堂课结束了。我很困惑，我发现了一个我不想知道的秘密。

与传授他人知识比起来，维护丈夫的声誉对她来说更重要。我不禁想起了我们历史上那些被埋没的女性，

有多少人湮没在浩瀚的历史洪流中？有多少人放弃了自己的梦想，仅仅因为她们是女人？我也想起了那些传奇女性，她们能感知宇宙的力量，能通晓生命的奇迹，可她们最后却遭到统治者和教规的迫害。她们战战兢兢地将自己的故事和知识传给女儿，希望后人能从这些故事中感悟到她们的智慧。

我呆坐着。在这神秘的智慧圣地，我默默祈祷，希望天堂中那些智慧的母亲能来帮助我，我不能再这么一无所获地离开了。不知道过了多久，正当我要起身收拾提包去向丽贝卡道歉时，门开了。

拉比走了进来，坐在他妻子刚才坐过的椅子上。

“你就是那个有很多问题的荷兰女人？我听说你坐巴士到这儿来，在街角的咖啡馆换衣服，我的孩子们每周有两次会像小狗一样等着你和他们一起玩；我听说你不打算嫁人，却宁愿花时间拜我妻子为师，问她各种各样的问题；我听说你不明白为什么自己——一个女人，不能和男人们一起在耶什华里学习。我不知道你来这儿我是该生气还是骄傲，可是如果万能的‘哈筛姆’<sup>①</sup>都认为，你让我这智慧圣地喧嚣起来是无可厚非的话，我又有什么理由把你拒之门外呢？不过，虽然我们是犹太教的神秘主义分支，但即使是犹太教领袖也不知道是该

---

<sup>①</sup> 哈筛姆：希伯来语里对上帝的称呼。——译者注

把我们视为叛徒还是值得敬仰的先驱，因此，我无法让你同男人们在一个房间里学习。我妻子对你期望很高，她希望我能成为你的老师。从今天起，你每周可以问我一个问题，只能问一个。而我，会在每周适当的时候传授你生命密码。今后的七周，你得在规定的时间内到这儿来。我们从星期一开始，因为哈筛姆是在星期一创造了世界。但是，你必须保证，除非我同意，否则你不得向外透露这些密码。你必须以你父亲的名义起誓，你会牢记这些密码，除非得到神灵的指示，除非我托梦于你，你才能把这些密码传递给他人。你发誓。”

我从未感觉自己如此渺小，却又如此骄傲。他的语气听上去很严厉，可从他的眼睛里，我看到了他对一名虔诚探寻者的赞许。在写满字的碗柜里，在每个故事的细节里，在智慧的阳光里，我在不停地寻觅，我热切地渴望着知识，渴望着顿悟，渴望着智慧。

童年时，我总是缠着父母东问西问，似乎脑袋里有十万个为什么。父亲总是笑着缩在沙发里，捂着耳朵大叫：“够啦，够啦！我的小祖宗，到外边去，去外边玩！像别的小孩一样，去玩去！”

拉比的话，仿佛瞬间打开了我心灵的窗户，内心深处那些深埋许久的想法一下子都跳了出来。这个睿智的人，他犀利的眼眸能洞穿人的心灵，他平静地倾听着我

的诉说。我给他讲我童年的故事，讲那时我是多么渴望知识和智慧。我还告诉他我少年时的秘密，那些莫名其妙的梦。这些，我从未告诉过我父母，我怕他们会认为我是怪人。虽然有时候，从父亲眼里，我能读出他认同的目光，可我还是不敢告诉他们这些秘密。毕竟，一个小女孩居然想要寻找上帝，这太奇怪了。

我向亚伯拉罕拉比描述着那些我曾见过，却又无法解释的事情。当讲到我常常被一股难以名状的巨大忧郁笼罩，仿佛内心被掏空了一样时，我不禁哽咽起来。我究竟在追寻什么，渴望什么，我毫无头绪，只能徒增我的孤寂，让我常常在漆黑的夜里无法安睡。

我坐在那里，脑海里全是关于生命的各种问题。我是谁？我为什么会存在？我在哪里才能找到上帝？

在学校里，老师总是教我们各种现象、知识和科学。可是从来没人告诉过我，生命到底是怎么一回事儿，我们为什么会存在于这世间。无数次，我想尽一切办法去寻找答案，我想知道，我们该如何生活，我们该遵循怎样的生命法则，才能生活得更好。

我毕业那年，父亲去世了，房间里顿时显得空荡荡的。从此，我将关于父亲的所有记忆封存在脑海深处，因为回忆只能让我更加悲伤痛苦。我决定去以色列，去那儿找个导师学习一年。接着我就遇到了丽贝卡。无论

如何，我得弄明白自己到底在追寻什么。讲到这儿，我泪流满面，四周一片寂静。

从他的眼睛里，我看到了一丝认同的眼神。他被我的讲述打动了么？还是这仅仅是我的错觉？我告诉他，我曾在他的书里读到这么一句话，虽然那本书的大部分内容我并不明白，可这句话让我无比震撼：

“在《创造之书》（*Sefer Yetzirah*）里，上帝将生命密码透露给亚伯拉罕。这些密码一旦被掌握，便可重塑人生。”

这就是我一直在寻找的信息！从那时起，我攒下每一分钱，不惜任何代价到这所学校学习，因为在这里能找到我长久以来追寻的答案。那句话，点亮了我的生活。亚伯拉罕拉比重重地点了点头，似乎他已明白了我的孤寂。

我犹豫着问了拉比第一个问题：“亚伯拉罕，密码，真的存在吗？如果存在的话，到底讲的是什么呢？”

他站起身，微笑着说：“我妻子总有很多问题，不给我片刻安宁，你跟她一样。”走到门口，他转过身说：“每个星期，你可以学习一个密码，留一个问题回去思考。我们从下周一开始。”





# 目 录

导 读

前 言

星期一 上帝密码 和谐法则 /001

星期二 亚当密码 二元法则 /019

星期三 夏娃密码 愿望法则 /037

间奏曲 /051

星期四 约书亚密码 宽恕法则 /067

星期五 米丽亚姆密码 爱之法则 /081

星期六 摩西密码 信任法则 /099

星期天 亚伯拉罕密码 富足法则 /119

后 记 /133

感谢读者 /139

想知道更多吗? /141

致 谢 /142

词汇表 /143