

## 战斗、亲近、使命

# (5) : 「你如果不祝福我，我不让你走」：默观祈祷的奋斗

踏上默观的道路必定深深体认到我们需要天主，甚至需要与祂「搏斗」……并一再地向祂诉求：「你如果不祝福我，我不让你走。」

2025年11月6日

在某一个圣诞夜晚，当圣若翰维雅纳神父在举行弥撒圣祭时，他双手捧着圣体的那一瞬间，显然地他深受感动，一下子微笑、一下子哭泣，因而占用了不少的时间，甚至他的眼睛始终盯视着耶稣。「他似乎在跟祂对话；他开始流泪，接着又转为微笑。」一直专注观察圣维雅纳的达修修士在弥撒庆典结束后，便询问他刚才发生了什么事？亚尔斯本堂神父简单地回答：「一个奇特的念头出现在我的脑海里。我对上主说：'倘若我知此后将永无缘再见祢，此刻祢就在我掌中，我绝不放手。'」 [1]

「我找着我心爱的；我拉住他不放。」雅歌中的新娘如此说。（雅 3：4）这些话呼应了雅各布伯向那位整夜与他搏斗的陌生人所发出的恳求，当时他正准备与他的兄弟厄撒乌相会。「雅各布伯独自一人留在后面。有一人前来与他搏斗一直到曙光破晓。那人见自己不能制胜，就在他的大腿窝上打了一下；雅各布布正在

与他搏斗之际，大腿窝脱了节。人说：'让我走罢！天已破晓。』雅各布伯说：'你如果不祝福我，我不让你走。』那人问他说：『你叫什么名字？』他答说：『雅各伯。』那人说：'你的名字以后不再叫雅各布伯，应叫以色列，因为你与神与人搏斗，占了优势。'雅各布伯问说：『请你告诉我你的名字。』人答说：『为什么你要问我的名字？』遂在那里祝福了他。雅各伯给那地方起名叫『培尼耳』，意谓『我面对面见了神，我的生命仍得保全。』雅各布布布布行经培尼耳时，太阳已升起照在身上，由于大腿脱了节，他一走一瘸。」（创32：25-31）

**耶稣，对我说些什么，对我说些什么吧！**

每当我们聚集祈祷的时刻，特别是在默观祈祷时，我们进入某种战斗的状态：几乎是近于肉搏的接触，这象征的并非是敌对的天主，而是始终保持

神秘、看似遥不可及的祝福之主。因此圣经作者采用搏斗的象征，这暗示着精神力量、坚持不懈与顽强毅力，以获取所渴求之物。」 [2] 默观祈祷是「以耶稣为焦点的信德的凝视」； [3] 这是一种寻求祂、不中断寻求的凝视，不让祂离开，除非祂祝福了我们，并以「祂注视的光辉照亮我们心目。」 [4]

我们在祂的凝视中寻求什么？不外是祂的面容轮廓、祂的心绪情感、祂的内心宁静，或是祂心中的熊熊烈火。倘若在那些宁静的时刻，我们期盼的相遇未能如愿，我们仍愿坚持等待，直至那刻的降临。「做心祷不只因为有时间，而是要腾出时间，与主会晤。抱着坚定的决心绝不放弃。」 [5] 默观是「一分礼物，一分恩宠；只能以谦逊和卑微之心来接受。」 [6] 这就是为什么天主需要我们的坚忍：祂需要我们说：「祢为我而在此，我为祢而在此。我绝不离开祢。」或者，就像圣施礼华在祈祷中常反复诵

念的：「耶稣，对我说些什么，对我说些什么吧！」 [7]

## 个性化

与雅各伯角力的神秘人物并非受邀而来，而是主动现身。今天天主仍是这样行事：祂主动前来与我们相遇。

「天主渴望我们渴慕祂。」 [8] 令人惊讶的是，这种渴望「源自天主对我们的深切渴望」； [9] 这份爱伟大而神秘，正如促使祂创造我们每个人的那份爱。我们只需站在祂面前。相遇之处不仅是情感的领域，亦非想象或理性的疆界，而是心灵的深处。「心是作决定的地方，在我们心灵欲望的最深处。」 [10] 祂要求我们驻足于祂的临在之中，常存于祂的爱内（参阅若15：9）。在默观祈祷中，我们并非在作单纯的心理练习，亦非仅为清空思绪而专注。我们的默观全非徒劳挣扎：它根植于基督信仰的框架中，是「人与天主之间个性化、亲密而深刻的对话。」 [11]

当我们坐下祈祷时，不会是抱着与不速之客争斗，与其试图驱赶他们，不如就置之不理。在祈祷与基督独处时，都能意识到祂正全神贯注于我，邀请我全然委身于祂。与这位对手相处时没有空虚的时刻；祂从未停止注视我们，哪怕一瞬间也不曾。反观我们，却很容易分心甚至转身离去，留祂独自在原地——但如此便会失去祂的祝福。

雅各布伯双眼紧盯着与他角力的那一位。他必须保持警醒，不转移视线，不偏离心灵的方向。瞥一眼手机屏幕？不行；那会让我们失去内在的连结。转向那些预见的干扰——诸如繁杂事务的安排，或对周遭事件的好奇心？不行。我们也不该沉溺于自我衡量或追求完美的念头，这些思绪会悄然将注意力引回自身。我们整个人生都应以「某一位」的存在为中心，「首先是以耶稣基督的位格为核心，祂是我们想要认识、相处和深爱的。」 [12] 这呼召是彻底的，且日益

包罗万象。天主祝福那些追求默观恩宠的人，这默观是永生恩宠的预咽，我们此刻便已开始品味这恩宠。「我们的祈祷，开始时如此孩子气和天真，现在渐渐变成宽阔、流畅的清溪，因它跟随主的友谊之路，而主说：『我是道路。』」 [13]

「心祷寻求『我心所爱的那一位。』（歌1：7）就是寻求耶稣。」 [14] 像我这样的人，能与我同辈相交，因祂称我为朋友（参若15：15）。若不具个性化特质，默观祈祷便称不上为真正的默观。「我们要走正确的路去亲近天主，那道路就是基督神圣的人性。」 [15] 耶稣是那座桥梁，透过肉身引领我们走向天主。我们的「角力」意味着目光、微笑，以及——最重要的是——心灵的相遇。这意味着拥抱耶稣心灵的感受，学习「『对主的内在认识』为更爱祂，更跟随祂。」 [16] 今日祂如何注视着我？我们是否心意相通？我是否察觉并分享祂的喜乐与悲伤？

## 在黑暗和考验中

这场搏斗发生在夜间：我们的面对面相遇是直接无中介的。我们的寻觅发生在黑暗中，「在纯正的信德中，使我们由祂而重生，并在祂内生活。」  
[17] 既非情感——来时欣然接纳，去时不留恋——亦非纯粹的理性，而是我们奋斗的根基，因为我们并非在练习心智体。的确在我们内心燃起的，是对一位渴望与我们相遇的活生生人物的信仰。在信仰中，我们既无感官的直接性，亦无三段论的清晰性；我们在晨曦中行走，直至眼睛能看清楚一切时。但信仰的黑暗使我们看得更远。白昼时分，我们的视线仅能穿透数十公里，止步于大气层的蔚蓝；然而夜幕低垂时，我们却能望见数百万光年外的星辰。信仰为我们揭示崭新的世界。

默观的挣扎也包含面对沮丧、干枯、信仰倦怠，甚至因拥有太多财物（参阅谷10：22）而无法全然献身于上主

的危疑不前；或是内心对天主逻辑的反抗——那逻辑有时与自己的截然不同；或是怀疑这份信仰与己无关，自己缺乏那份敏感……「我是否陷入幻想？这条路通往何方？这方法是否过于神秘？」雅各布布布可停止搏斗。角力时他肯定心生疑虑，却仍坚持前行。我们需怀抱决心、以及与孩童般的纯真意念勇往直前，并深知自己正行走于爱的道路——这意味着信赖与降服。

默想祈祷着眼于途径，而默观则聚焦于终点。我们与渴望相伴的那一位同在。不再思量德性、目标或挣扎：这些皆在默想中得以解决。在默观中，时光的虚空被天主纯粹的临在所充盈。我们点燃了渴慕、思念与天国的预咽。我们对天国的渴望程度，将决定我们心中天国的份量：对天主的渴求，「我们渴望明白祂的眼泪、看见祂的微笑、祂的面容……」[18] 当踏上默观之路，我们便怀着这份宁静的渴慕之情行走人生：「我们开始如俘

虏般生活，如囚徒般存在。尽管我们竭力（带着所有过失与局限）履行处境与职责所赋予的任务，灵魂却渴望逃离。彷彿铁被磁石吸引般，只朝向上主奔去。」 [19]

雅各布布必须跋涉漫长的路途，方能抵达与天主相遇之地。他独自前行：圣经明载，这一切发生时他形单影只。他未携带任何行李，因为他刚将所有财物送过河去（参见创32：24-25）。这场相遇需溶于暮色中的孤寂。「此刻他不再掌控局面——狡诈无用——不再是那个谋略算计之人……。此时雅各伯唯余软弱无力之身，连同罪愆，可呈于天主前。」 [20] 当雅各布伯卸下防备、摆脱纷扰之际，神便前来寻觅他。默观需要心灵的自由与敞开：仅仅需要觉察自身的渺小，怀抱相遇的渴望。若心灵被物欲占据，我们所期盼的「那位」便不会显现。任何渴望都不应超越与祂同在的渴慕。

## 你如果不祝福我，我不让你走

「祝福我。」这位圣祖绝不接受次等之物。他已擒获他的主，并让祂成为俘虏。但这祝福究竟包含什么？雅各布布的喜乐源于得见天主，而当他意识到自己既已见主面容却仍存活时，这喜乐更为倍增。祝福即是凝视默观天主的面容，使我们充满祂的平安、喜乐与怜息。这非凭己力可达，唯当敞开心扉接纳圣神的恩赐。「我们整个人生犹如漫漫长夜，在挣扎与祈祷中度过，渴求并恳求天主的祝福。这祝福无法凭己力夺取或赢得，必须以谦卑之心从祂那里领受，作为无偿的恩赐，最终使我们得以辨认主的容颜。」 [21]

我们必须耐心等候。雅各布布布布夜守候直至破晓，他未曾逃离，也未曾放弃。只要我们不断祈求，祝福终将降临。我们尽己所能寻求静默、独处与心灵自由……至于具体的默观恩赐——聪敏、明达、智慧——则全凭天主

恩赐。这些恩赐非我力所能及，全权在于我主，所以我们必须谦卑地祈求并等候。上主将逐步赐予，或可能瞬间全数赐下。当我们领受这祝福——无论如细流或洪流——仍将凝望远方继续前行，因这祝福非短暂而是永恒。圣祖启程后往何处去？这已无关紧要。关键在于，他此刻的灵魂已铭刻着主的面容。「雅各布伯在奋斗之初所求的祝福，此刻已惠然降临。然而这并非凭诡诈得来的恩典，而是天主无偿赐予的恩宠——正因雅各布伯此刻独自一人，既无庇护，亦无诡计；他赤裸地献上自己，甘愿臣服，袒露真实的自我。」 [22]

「我面对面见了神，我的生命仍得保全。」雅各布布布斯如此宣告。在这场异常的搏斗中，他认识了那位先于他而存在者。在我们自身生命里，透过祈祷，我们得以认识神、理解祂，或至少接纳祂的作为——即使我们未能全然明白。我们渴求知道祂的名字：「祢是谁？」我们渴望亲眼见到

祂。神既显明自己，却也隐藏自己，使我们持续寻求祂，依赖祂，并在寻求中得生命。

这则神秘故事的结局相当吊诡，正如我们信仰中常见的情形。神赐福雅各布伯，称许他的胜利，却最终使他大腿骨脱臼。这位圣祖已奋力争战，毫不退缩地面对神秘的对手。但从此他将瘸腿而行：这瘸腿将成为纪念战役的勋章。「正是这样的雅各布伯领受了神的祝福，跛行进入应许之地：脆弱而负伤，却怀着更新的心。」[23] 我们也将在此挣扎中负伤而重生：尘世的保障将被脱臼，而神的印记将引领我们前行。祂已赐福于我们，也必持续赐福，却使我们深刻体悟：真正的保障唯在祂。祈祷愈深，愈觉得自己需要祂，需要与祂「角力」。于是我们愈发恳求祂的祝福：「你如果不祝福我，我不让你走。」

[1] 参阅 F. Trochu, *Le Curé d'Ars Saint Jean-Marie Vianney*, Lyon-Paris, 1925, pg. 383

[2] 本笃十六世, 2011年5月25日, 接见

[3] 《天主教教理》2715

[4] 同上

[5] 同上, 2710

[6] 同上, 2713

[7] 参阅亲密笔记, 12-XII-1935, quoted in A. Vázquez de Prada, *The Founder of Opus Dei* (vol. 1) Scepter, Princeton 2000, pg. 448; *Intimate Notes*, 20-XII-1937, quoted in Camino, edición crítico-histórica, note to no. 746

[8] 圣奥思定, De diversis quaestionibus octoginta tribus, 64,4;引用于《教理》2560

[9] 《教理》2560

[10] 同上, 2563

[11] 信理部, Letter Orationis Formas, on some aspects of Christian meditation, 15-X-1989, no.3

[12] 范康仁, 2017年2月14日《牧函》8

[13] 《天主之友》306

[14] 《教理》2709

[15] 《天主之友》299

[16] 《教理》2715

[17] 同上, 2709

[18] 《天主之友》 310

[19] 同上, 296

[20] 教宗方济各, 2020年6月10日,  
接见

[21] 本笃十六世, 2011年5月25日,  
接见

[22] 同上

[23] 教宗方济各, 2020年6月10日,  
接见

Ricardo Sada

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-  
Ming-5-Ni-Ru-Guo-Bu-Zhu-Fu-Wo-  
Wo-Bu-Rang-Ni-Zou-Mo-Guan-Qi-  
Dao-De-Fen-Dou/](https://opusdei.org/zhs/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-5-Ni-Ru-Guo-Bu-Zhu-Fu-Wo-Wo-Bu-Rang-Ni-Zou-Mo-Guan-Qi-Dao-De-Fen-Dou/) (2026年3月17日)