

opusdei.org

# Vriendschap: theorie en praktijk

Een interview met Michael Pakaluk, auteur van het boek "The Company We Keep: True Friendship and Why it Matters". Het boek beoogt de lezer, als christen, te helpen een betere vriend te worden.

11-4-2026

## **Wat is volgens u het belangrijkste aan vriendschap?**

Het belangrijkste is dat "vriendschap geen vriendschap is!" In het Engels

kan het woord “friendship” misleidend zijn, omdat het meestal een nauwe, intense en emotionele relatie tussen slechts twee personen beschrijft. We zouden het in plaats daarvan moeten hebben over de diepere “sociale banden” of “sociale eenheden” die tussen ons ontstaan als resultaat van de liefde. Zoals de filosoof Dionysius (de Areopagiet) schreef: “Liefde is een verenigende en bindende kracht.”

Het Engels is in het nadeel bij het bespreken van dit concept vergeleken met Romaanse talen zoals het Spaans. In het Spaans is het woord voor vriendschap (*amistad*) een concrete vorm van het werkwoord beminnen (*amar*). Dit principe zou onze kijk op de samenleving moeten vormen: het gebod om “iedereen lief te hebben” impliceert dat we handelen met de wens om een vriendschapsband met hen te smeden.

## **Hoe ziet liefde eruit in een oprechte vriendschap?**

Volgens Sint Thomas heeft oprechte liefde altijd twee dimensies die samenwerken. Er is de “schenkende liefde” (*amor de benevolencia*), waarbij je het beste wilt voor de ander, en de “behoefte liefde” (*amor de concupiscencia*), waarbij je die persoon en het goede dat hij of zij in je leven brengt, voor jezelf wenst.

## **Kunt u een voorbeeld geven van hoe deze twee dimensies samengaan?**

Stel je een pasgetrouwd stel voor waarbij de vrouw op een belangrijke zakenreis gaat. De echtgenoot ervaart van nature beide dimensies: hij wil dat zij succesvol is in haar werk (“schenkende liefde”), maar hij mist haar ook erg en wil haar graag weer bij zich hebben (“behoefte liefde”). Oprechte liefde omvat beide.

## **Hoe heeft de heilige Jozefmaria uw denken over vriendschap beïnvloed?**

De heilige Jozefmaria heeft mijn benadering van alles beïnvloed: van mijn innerlijk leven tot mijn dagelijks leven als echtgenoot, vader en professional. Hier zijn twee specifieke manieren waarop hij mijn natuurlijke aannames over vriendschap heeft gecorrigeerd.

Ten eerste dacht ik vroeger dat een paar goede vrienden hebben genoeg was, maar de heilige Jozefmaria leerde dat een christelijk apostel “heel veel vrienden” zou moeten hebben als onderdeel van een algemene houding van beminnelijkheid. Ten tweede leerde hij dat de naastenliefde ook de schijnbaar kleine dingen omvat, zoals goede manieren en attentheid. Naastenliefde kan zich bijvoorbeeld zelfs uitstrekken tot het zachtjes

sluiten van een deur om anderen niet te storen. Dat voortdurende bewustzijn van anderen als “andere ikken” is de voedingsbodem voor vriendschap.

## **Wat is het belangrijkste aan de vriendschap tussen ouders en kinderen?**

Ouders zouden hun kinderen moeten opvoeden met het oog op de volwassenen die ze willen dat ze worden - specifiek door hen op te voeden tot toekomstige moeders en vaders die op een dag "vrijwel" hun gelijken zullen zijn als vrienden. Ik zeg “vrijwel”, omdat er altijd een zekere mate van ouderlijk gezag en kinderlijke eerbied zal blijven bestaan.

## **Waarom is het tegenwoordig zo moeilijk om vrienden te maken, en hoe kunnen we nieuwe vriendschappen sluiten?**

Sociale banden vereisen nabijheid en tijd, maar onze levens zijn versnipperd en de technologie “verslindt” onze tijd. Om nieuwe vriendschappen aan te gaan, moeten we onze afhankelijkheid van technologie matigen en heel bewust anderen ontmoeten en tijd met hen doorbrengen. Tijd doorbrengen met anderen zou niet gezien moeten worden als “tijdverspilling”.

## **Hoe kunnen we ervoor zorgen dat onze vriendschappen standhouden?**

Gewoonweg door de jaren heen contact houden, maakt dat vriendschappen zich kunnen verdiepen. Sociale media kunnen hierbij een nuttige, ondersteunende rol spelen. Maar bovenal is de toewijding aan het dagelijks gebed voor onze vrienden en hun intenties de allerbelangrijkste factor.

## Welk advies heeft u voor de vriendschap binnen een huwelijk?

Hier valt zoveel over te zeggen. In het algemeen heeft een huwelijk, net als het innerlijk leven, tijd en inspanning nodig. Dagelijks gebed staat gelijk aan dagelijkse gesprekken tussen de echtgenoten. De maandelijkse bezinningsdag is de maandelijkse *date* in de avond (minstens één keer per maand). De jaarlijkse retraite is het jaarlijkse weekendje weg voor het paar. In het boek worden al deze zaken in meer detail beschreven.

Michael Pakaluk

---

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door <https://opusdei.org/nl-be/article/vriendschap-theorie-en-praktijk/> (12-4-2026)