

# 生活中与他人的对话

对他人的开放与我们在终身奋斗中的进步，关系极为密切，能揭开自己骄傲的面目，并增长谦逊。傲慢会渗透到我们与他人关系中最令人难以置信的角落。

2018年6月4日

「筛筛子，总会留下一些渣滓；人的言谈，也总有一些不乾不净。炉火试炼陶工的陶器，言谈试炼世人的品格。一棵树的栽植如何，可由它所结

的果实看出；同样的，一个人的心思意念，也可从他思想後所说的话流露。」[1]。对话的能力是一个成熟人格的基本标志。亲切的交往，以及向每个人学习的真诚渴望，显示了对他人开放的态度。

「要是我们去寻找他人、其他文化、其他思维方式、其他宗教，我们便走出了自己，开始了那称为对话的十分美好的机遇。对话非常重要，因为在与其他文化和其他宗教进行健康的交流时，我们就会成长，变得成熟。相反的，自我封闭会造成互不了解和争吵。那麽，为建立有成效的对话，该有什麽态度呢？这个态度就是温良。温良是以和平的方式寻找人、寻找文化的能力，是有智慧地提出问题的能力：你为何这样认为？这个文化为何如此？就是先聆听别人，然後再发言。」[2]

## 知道如何聆听

圣经充分的讚美那些随时愿意聆听的人，同时蔑视那些不理睬他人的态度。箴言说：「喜听有益生命劝戒的人，必得列於智慧人的中间。」 [3] 宗徒雅各伯建议我们每人都该敏於听教，迟於发言，迟於动怒。」 [4] 有时候，圣书的作家甚至会讽刺一下：「向不愿听的人讲话，就像唤醒熟睡的人。」 [5]

聆听时有个常见的问题就是：当某个人在说话的同时，我们想起一件与那人所说的内容有关的事情，於是只要对方一旦发生有「暂停」的现象，我们马上「发言」。然後，接下来的谈话，无论多麼热切，还是经常被打断，缺乏真正的聆听。

有些时候，谈话聊天不是自然而然的就发生了，我们需要聪敏、机警才能引起话题。在这种情况下，千万要避免放肆，例如：无法克制想要不断展现自己的见解和知识的倾向。相反的，聊天时最好是流露自己的开放和

乐於接受；渴望向别人学习；因而不断的扩大我们兴趣範圍的心态。渐渐的，我们会认真倾听那些起初可能不太吸引自己的话题。这个现象并不意味着虚伪，反而是一个人真诚的努力，超越自己的观点，并向他人学习。

要开启一场对话，需要一些能力：勇敢和谨慎，需要对他人有兴趣和谨慎，要冒些微的险，说出恰当的评论。我们决不可胡言乱语。我们得准备好消除任何可能在不经意时说出的草率、不恰当的话，或者修正一个我们应该在仔细考虑後才发表的强烈声明。无论如何，健全的谈话总会留下一些记号。双方表达的意见和思维往後会再度重现，成为新的见解，并渴望继续交流。

## **对人开放**

看到一些人在心态上似乎过早成熟，真是令人惊讶的；而其他人的心地则始终保持年轻、开放，直到他们生命

的终结。事实是，我们自己都在内心储备了许多尚未开发的资源。包括我们尚未利用的才能，和我们从未测试过的实力。所以，不管我们多麽忙碌或多麽疲惫，我们都不能允许自己停止进步，我们都需要向别人学习，并接受新的观念。

走出自我，对我们一定是占优势的。我们向天主，和通过祂向别人敞开心扉。因而，我们克服了有时导致我们企图使现实符合我们自己狭隘的利益或观点的自我中心。而且我们会更加警惕能扩大人与人之间距离的个人缺点、不成熟的表徵。例如：经常用肯定语气来表达我们不符合事物的真实知识，且教条性的意见，或以暗藏批评他人的口吻表达意见。还有其他不成熟的迹象，比如是：利用「预设」的解决方案，或用陈腔滥调的建言；当有人不认同我们的想法时，我们会恼火，儘管我们声称自己支持多样性和态度宽容；当认识的人比自己优越时，内心充满嫉妒之火；要求他人超

越他们所能达到的完美程度，但自己却无法实现；期待别人公开和真诚，但当自己被纠正时，却表示抗拒。

## 成熟和纠正他人

如果我们亲切地对待别人时，我们会经常留意到我们能够如何以一些友善的建议去帮助他们。我可以告诉他们其他人可能也看到，但没有忠诚的告诉过他们。对于我们提出来的规劝和建议是对他有用处，和富有建设性的，要必须发自慈悲心：「当你必须要纠正别人时，应该在适当的时候，不使人丢脸的情况下，以爱德纠正。准备好自己从你纠正的过失中学习和改进。」 [6]

帮助别人改变的关键，在某种意义上，与我们改变自己和改善自己生活的能力是息息相关的。当我们觉察到要改变和改善自己是多麽的困难的时候，我们会发现客观的去看待其他人，就来得容易多了，且能更有效的去帮助他们，这种努力是非常重要的、

而能释放效力。那些能够清楚地向自己说出真相的人，会知道怎样以及何时这样对待他人，并愿意开放聆听对那些清楚的向他们吐露心声的人。

能够受教并接受批评，是灵修深度和智慧的表现。「喜爱受教的人，必喜爱智慧；憎恨规劝的人，真是糊涂。」[7] 儘管如此，接受别人告诉我们的内容，并不意味着在我们专业或社会事务上，可能会受到某一种批评的影响。如果我们「随波逐流」，其他的人就会质疑我们是什麼人，或我们是做什麼的，那时，我们就会寢食难安了。有时，行善工的人受到了很多批评，可能是被那些自己做得很少的人，且将自己的生活和工作视为心不甘情不愿的沉重负担。[8] 或者因为他们把那些行为不同的人视为「仇敌」。有时候，即使是那些有相同或类似行为的人，也可能出於嫉妒，而批评他人。

有时候，我们可能必须「宽恕」那些自身几乎一事无成的人，他们无从想像没有他们参与过的事情，会有什麼成就。那麼，我们需要跟随圣施礼华的建议：「你跟我需要保持安静、祈祷、工作、微笑，然後等待。不要把那些愚蠢的事当真。真正的去爱那些所有的灵魂。Caritas mea cum omnibus vobis in Christo Iesu! 愿我的爱在基督耶稣内与你们众人同在！(格前 16: 24) [9]

## 给好榜样的责任

即使处在周围几乎没有支持迴响的环境中，仍要以自己的成熟度结合对他人的开放，忠诚於自己选择的生活路径和指导原则的一致性。当然，我们遇到任何冷漠时，都可能显示我们自己需要在某个领域做些改变，或者学习如何解释得更好，或更清楚的提出问题。但是，无论发生什麼事，我们都不应该改变某些核心原则。无论人们是否聆听我们、讚美或侮辱我们、



感谢或拒绝我们、赞成或不赞成：因为「那衝突，正是你用行动来证实你的信德，这就正是我所要求你的自然。」[10]

当一个人在尽了极大的努力後，仍感到孤单和无助，也是常见的事。那麽，放弃的诱惑可能非常的强烈。有人甚至可能认为他们的榜样和见证并没有多大的价值。但事实并非如此；也许一根火柴不能照亮整个房间，但房间里的每个人却都可以看到那火光。也许很多人觉得无法遵循所举的例子，但他们心中其实都想要的，因而被激励起更高的目标。

我们都能想起很多人的优秀榜样，曾经帮助我们改进。然而，这些人里面的大多数人，可能并没有意识到他们对我们生活的影响。我们试图对他人造成积极的影响，是个很大的责任。

「你千万不可因你的疏忽，或你的坏榜样而摧毁你弟兄的灵魂。」[11] 我们需要发声，提出建议、劝勉和鼓励

别人。但最重要的是：我们必须透过自己人生的见证，以行为佐证自己的言语。儘管我们无法一直这样做，但我们应该以协助每个人为目标，并且真诚地请求宽恕，如果我们某些地方失败了的话。

## **一场终身的奋斗**

对他人的开放与我们在终身奋斗中的进步，关系极为密切，能揭开自己骄傲的面目，并增长谦逊。傲慢会渗透到我们与他人关系中最令人难以置信的角落。如果骄傲公然地将它丑陋的头伸出来的话，我们会看到它是多麽的令人嫌弃；所以它最典型的诡计之一，是隐藏或掩盖其真面目。骄傲往往将自己隐藏在另一个看似积极的特质，实际上暗暗的在侵蚀。当骄傲已经深入人心时，它更简陋、粗犷的真相就会表现出来，也就是不成熟个性的一些迹象：病态的过度敏感、不断谈论自己、虚荣和装模作样的姿态或

说话方式、傲慢或自负的态度，加上对自己弱点的深刻沮丧。

有时候，骄傲可将自己伪装成智慧，在需要严峻正确的时候，表现出理性的自豪。在其他时候，则隐藏在捍卫正义和真理的激烈情操后面，在这种热情下存在一种欲望，让别人「等著瞧」，或以一种傲慢的「唯我独是」找机会控制他人。真正的企图是控制一切，批判一切。这些态度，不但不是服务真理，反倒是利用真理 - 它的影子 - 以满足他驾驭一切的奢望。

就好像没有完美的健康一样，我们也不能完全摆脱骄傲似是而非的窠臼。然而，我们要学著更敏锐的侦测到它，不让它在我们灵魂中攫夺利益。有时候，我们不可避免的被骄傲耍弄，因为它已根深蒂固，我们也犹豫著是否要让别人帮助我们看清自己的缺点；但即便是我们没有看到隐藏在各方面骄傲的真相，也许其他人早已一清二楚。如果，我们愿意聆听他人

兄弟般的警言、建设性的批评，我们便会较容易根除它。我们需要谦虚，才能接受别人的帮助。假如我们想帮助别人，且不羞辱他们的话，我们就更需要谦虚。

人格的成熟，最终可以总结为一种「健康的心理取向：常念及别人（却忘记自我）。」[12] 天主希望我们具有的性格（大家都渴望达到这个目标，儘管有时会犯错），是成为具有「一颗爱人的心，一颗受苦的心，一颗与他人同乐的心。」[13]

Alfonso Aguiló

---

[1]德27:5-7。

[2]教宗方济各，讲道，2013年8月5日。

[3]箴15:31。

[4] 雅1:19。

[5] 德22:8。

[6] 圣施礼华《鍊炉》455。

[7] 箴12:1。

[8] 参智2:10-20。

[9] 圣施礼华，致在荷兰子女的书信，1964年3月20日。参Vázquez de Prada, Andres, The Founder of Opus Dei (III), Scepter Publishers: New York, 2005, p. 370。

[10] 圣施礼华《道路》380。

[11] 圣施礼华《鍊炉》955。

[12] 《鍊炉》861。

[13] 教宗方济各，讲道，2013年6月17日。

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/sheng-huo-zhong-yu-ta-  
ren-de-dui-hua/](https://opusdei.org/zhs/article/sheng-huo-zhong-yu-ta-ren-de-dui-hua/) (2026年1月23日)