

# **我称你们为朋友 (五)：看看他们是 怎样的好朋友**

友谊是天主借着成为一个人，  
成为祂的朋友们的朋友，而打  
开的其中一条「世上神圣的途  
径」。

2021年4月17日

**我称你们为朋友 (五)：看看他们是  
怎样的好朋友 (收听普通话录音)**

——并肩而坐

——「应该这样」

——忙碌世界中的友谊

——信任团结我们的东西

——天主忍耐的形象

---

在第二世纪后期，居住在罗马帝国的基督徒遭到暴力迫害。一个名叫戴都良 (Tertullian) 的法学家不久前信奉了基督宗教，他想为其现在有了更多了解在信仰中的兄弟姊妹作证。他的做法是借着一篇论文去告知罗马各省的州长那些被不公平指控的人的真实生活。他本人甚至还没有成为基督徒时就已经钦佩那些基督徒，特别是那些殉道烈士。但是现在，重复许多人的意见，戴都良总结了人们对这些细小基督徒团体的说法：「看看他们怎样相亲相爱！」[1]

我们有许多关于第一批基督徒之间友谊的见证。在同一世纪初，安提约基亚的圣依纳爵主教被带到罗马去接受殉道，他写信给年轻的主教玻里加（Polycarp）。在其他建议中，他劝诫玻里加以「温柔」的方式去对待那些远离教会的人，因为只爱「好的门徒」是没有功劳的[2]。的确，我们知道基督借着祂的教会，借着祂的圣事和圣经，但也借着我们基督徒与我们周围的人相处的爱德让自己在历史中呈现出来。友谊是天主借着成为一个人，成为祂的朋友的朋友，而打开的其中一条「世上神圣的途径」[3]。我们在这里以一种特殊的方式感受到天主的主动性和我们的回应之间的神妙合作。

因此，为了使基督能借着我们的关系去到达其他人，我们需要在德行和友谊的艺术上成长；我们需要发展爱他人的能力和同他人一起去爱的能力，有一份热心去与他人分享我们的生命。我们愿意去培育自己的性格（或

去改造它），以便我们能够真正地爱他人，并与他们建立牢固的联系。我们甚至想要我们的姿态，我们的说话方式和工作方式，能帮助他人与我们接近。而总是意识到我们有自己的生活方式和我们个人的有限，因为有无限的方式可以成为一个好朋友。

## 并肩而坐

正如鲁益师（C. S. Lewis）所说：

「恋人通常是面对面的，彼此被吸引着；朋友则并肩而坐，全神贯注在一些共同兴趣中」[4]。朋友不仅爱他们的朋友；而且「与」他们一起去爱。朋友对他们朋友的活动，计划和理想充满炽热的兴趣。一份友谊往往不过是从分享一份增取一个真正共同利益的努力中涌现出来的；因此，朋友是在增取这个真正共同利益时所需的德行中共同成长。

因此，热情地追求良好的目标，拥有崇高的抱负是多么大的帮忙。这可以是专业性的或学术性的事工；一种文

化性的，教育性的或艺术性的倡议，例如：集体的阅读或聆听音乐，或为大众推广活动。也可以是一项社会或公民服务项目，或者是一项提供培育的倡议，例如：青年或家庭会社，或是旨在传播基督徒信息的活动。借着分担家务，例如：装饰和烹饪，自己动手 (do-it-yourself) 的项目，园艺或做运动，远足，玩游戏和其他嗜好，也可以增进友谊。所有这些活动都是享受他人陪伴的机会，在这个陪伴中，彼此信任和对自己生活的其他方面的开放一点点地增长。

相反地，任何仅以实用的方式去面对生活的人，只从纯粹实际观点来看一切，都会发现他们交朋友的能力会大大降低的。他们最多只会在某些有用的工作中有一些合作者或有一些一起去消磨时间的人。那么，友谊便被「工具化」了，因为友谊成为了服务一个以自我为中心的项目。

## 「应该这样」

但友谊不仅是一起做事。它必须是「个人与个人的友谊，是自我牺牲和诚恳真挚：面对面，心对心的」[5]。虽然在朋友中并不总是需要说话，但朋友之间通常会有好的交谈。学会怎样与一个或多个一个人有好的交谈是一门艺术。那些想要增进友谊的人需要避免忙乱的过份活跃，尝试寻找合适的时间与他人一起共度时光，而不要看着手表或手机。适当的地点和环境可以极大地帮助这种个人的交流。圣施礼华非常重视主业团中心的物质装置，以使它们的优美品味和家庭气氛能营造一个促进友谊的氛围。

邀请某人加入一个朋友组群，以分享一个有启发性的经历或他们对一个有趣话题的反思，通常有助于提高谈话的水平。一起阅读书籍也可以有所帮助，因为它涉及与过去和现在的作家进行重要的辩论，而很多新的加入者也可以参与其中。同样重要的是：友谊经常使人们聚集在餐桌旁，一起享受可以振奋精神的美味佳肴，而这一

事实也反映了人类的深切真理。在这些漫长的交谈中，我们常常会体验到对天堂的期待：「有时我们看似忽然开朗：是的，这就是真的「生命」的意义——生命应该这样」[6]。

但是，真正的友谊并不仅仅满足于一群朋友之间的交流。它还要求保持独处的时刻，某种亲密的时刻，在那里大家可以说「心底里的话」。好朋友理解这种需求，并在没有嫉妒或猜忌的情况下为此寻找空间。因此，为「谨慎的欠详虑」[7]，为相互的忠告，为基于信任的谈话创造了有利的环境。天主也利用这些时刻与人灵更加亲近，并为他们的热情「打开意想不到的视野」[8]，包括在世界上分享神圣的使命。

## **忙碌世界中的友谊**

从现实角度去考虑我们当代文化可能对友谊构成挑战的某些特征也是有利的。首先，我们必须意识到这些障碍并非不可克服，因为我们永远可以依

靠天主恩宠的力量。在友谊不是那么常见和牢固的地方，男和女的心甚至会更需要和更加强烈地寻求友谊。改写圣若望十字架的话，我们可以说：「在没有友谊的地方，放入友谊，而你会找到友谊。」

例如，即使以外表良好的举止作包装，某些专业环境中过度竞争的风气也会导致不信任和以自我为中心的心态。似乎以任何另类的方式去工作都会导致其他人占我们的便宜。当然，我们不能太幼稚，但是这种环境需要从内部去被净化，向人们展示以不同方式去面对生活的可能性。一个人不需要施加压力，大喊大叫，作弊或占他人便宜才可实现自己的工作目标。一个基督徒总会牢记着：工作就是服务。因此，他或她渴望成为老板，同事，客户或老师，其他人与他 / 她能成为好朋友，而又不会违反每个职业的道德规范。

我们还可以借着不散布过度压力，过份活跃或分散注意力的气氛来帮助营造有利于友谊的环境。在当今繁忙的世界中，有时候会很难达到结交新朋友所需的平静。同样，即使在休息时，日常的忙忙碌碌也往往会导致与生活「脱节」的途径。但这是一个机会，充满着谦逊并意识到自己的自身软弱，我们要为他人提供一个「念耶稣基督传记」[9] 的人的一个有吸引力的榜样：一个奔波，晓得微笑，晓得享受当下，有默观眼光，以简单的事物作休息，有创造力去做出替代方案，等等的人。[10]

## **信任团结我们的东西**

正如圣施礼华所建议的那样，即使有代沟的存在，「对当前社会和生活方式的变化动态，应抱积极和开明的态度」[11]，以便促进与许多人的友谊。我们需要对他人的自由有深切的热爱，当某件事可以从多方面去考虑时，我们要去除刻板式的态度。主业

团的监督告诉我们：「某些表达自己的方式，会干扰或阻碍塑造友谊的环境。举例来说，太过强调要表达自己的意见，或给人一种印象以为我们自认自己的观点是最明确的，又或是对他人的话语不表示积极关心，这些行为，都让一个人封闭自我」[12]。

在许多地方，已经散发出一种对道德法律基本原则有害的生活观。有时这甚至可能导致一个人去否认仁爱的可能性：为他或她自己去谋求他人的利益。也许这个人在人际关系中只发现一种功利的计算或一些表面上的同情心。当然，这可能是误解甚至冲突的来源。

在这种情况下，重要的是不要将友好的对话与哲学，法律或政治的论点混淆。朋友之间的对话不会落到试图说服他人相信我们自己的想法，即使根据古典哲学或教会的训导当局，这些想法是正确的。这并不意味着「不以它们的名字去称呼事物」，也不意味

着失去分辨善恶的能力；而意味着只有在我们与他人分享某些共同的原则或权威时，我们的论点才在对话中具有价值[13]。虽然友谊也可以导致一个个人的转变，但通常最好是寻求一致的论点，而不要强调使我们与朋友区分的地方。我们需要提供我们自己的经验，而无需详细说明那些理智的论据，因我们想以所有力量去成为一个与他人分享自己的忧虑，悲伤和喜乐的人。聆听总是很重要的，因为友谊正如圣施礼华所说：不在于给予，而在于体谅[14]。

可以对我们有帮助，如果我们记得大多数人在大多数时间都是受人内心深处的渴望所激励：去爱和被爱。这种对团结和充实而有意义的生活的强烈渴望，即使由于许多不同的原因而可能长时间地变得不活跃，也总是会再次显现出来的。一个好朋友——尽管并不总是能找到期待的回应——却知道如何去等待。我们需要耐心地等待，直到我们的朋友（可能是由于

他们自己生活中的一些突变) 对他们在我们的温情中所感受到的光芒而敞开他们的心。

## 天主忍耐的形象

圣保禄在给格林多人的书信中以他著名的诗歌赞美爱德而坚称「爱是含忍的」(格前13: 4)。正如主业团的监督提醒我们：「一段友谊的诞生，犹如意想不到的礼物般到来，也为  
此，需要忍耐。有时某些负面的经验或偏见，意味着需要花多些时间，让这段我们与身边某个人的关系，转化为友谊」[15]。

圣施礼华经常鼓励我们「以天主的步伐」前进。在他自己的生活中，我们看到了他无可否认的使徒勇气，他出去与人们会面的勇气（也是人性的勇气），即使人们在很远的地方，有时会使他自己的生命处于危险之中。例如，他与Pascual Galbe的谈话，Pascual Galbe是一位法官，也是他的好朋友，他从大学时代就认识他。

在激烈的宗教迫害中，作为一位司铎，他冒着许多危险，在巴塞罗那与他的朋友会面，志在与他共度时光。先前在马德里的街道上行走时的交谈中，Galbe问他：「若瑟玛利亚，你想从我这里得到什么？」主业团创办人回答：「我热爱你。我什么都不需要。我只希望你成为一个善良和正直的人。」当他在西班牙那些困难的时期，在巴塞罗那去探望他时，他向他重复了这句话，同时也带他走向真理 [16]。

主业团创办人将忍耐视为一种美德，「忍耐使我们明白他人，因我们确信：灵魂像醇酒，年份愈久，味道也就愈醇」 [17]。我们应该尝试对待他人有天主对待我们的同样忍耐。正如本笃十六世所说：「世界是被天主的忍耐救赎了，但是被人的缺乏忍耐摧毁了」 [18]。忍耐并不意味着我们有时不会因别人对我们的温情缺乏回应而受苦，也不意味着我们有时不会因看见朋友走上了一条危及到他们对幸

福渴求的路而受苦。但是我们需要与耶稣的心一起受苦，将自己和基督的情感更充分地加以认同，永远不要屈服于悲伤或绝望中。

朋友宽恕的经验使人生中最黑暗的时刻充满了希望。尽管我们犯了错误，但有一个朋友正在等待着我们的确实性，对我们而言是天主活生生的形像：祂是等待着我们回到一个「父亲」的怀抱的第一位「朋友」，也是永远都会宽恕我们的第一位「朋友」。

Ricardo Calleja

---

[1] 戴都良 (Tertullian) , 《护教论 (The Apology) 》, XXXIX。

[2] 参圣依纳爵安提约基亚, 《给玻里加的信 (Letter to Polycarp) 》, II。

[3] 圣施礼华，《天主之友》，第314点。

[4] 鲁益师（C.S. Lewis），The Four Loves（《四种的爱》）。

[5] 圣施礼华，《犁痕》，第191点。

[6] 本笃十六世，《在希望中得救》通谕，第11点。

[7] 圣施礼华，《道路》，第973点。

[8] 同上。

[9] 圣施礼华，《道路》，第2点。

[10] 参方济各，《愿祢受赞颂》通谕，第222-223点。

[11] 圣施礼华，《犁痕》，第428点。

[12] 范康仁蒙席，《信函》，2019年11月1日，第9点。

[13] 参圣多玛斯亚奎纳, *Quodlibet IV* (《问题随答, 第四卷》), q. 9, a. 3。

[14] 参圣施礼华, 《道路》, 第463点; 他在这里谈及的内容是与我们的邻人实践爱德。

[15] 范康仁蒙席, 《信函》, 2019年11月1日, 第20点。

[16] 参Jordi Miralbell, *Días de espera en guerra* (《在战争时的等候日子》), Palabra, 马德里, 2017年, 第75页; 第97页和之后的页数。

[17] 圣施礼华, 《天主之友》, 第78点。

[18] 本笃十六世, 讲道, 2005年4月24日, 在他开始就职教宗时的弥撒。

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/wo-cheng-ni-men-wei-  
peng-you-wu-kan-kan-ta-men-shi/](https://opusdei.org/zhs/article/wo-cheng-ni-men-wei-peng-you-wu-kan-kan-ta-men-shi/)  
(2026年1月22日)