

要读什麼书？（二） 选择最好的

「我们所读的书的确会改变我们。它精炼我们的灵魂，或使之迟钝；扩大我们的视野或使之缩小。」培养阅读习惯的重要性，第二部分。

2018年4月20日

—— 分享好的发现

—— 与书对话

—— 我们的灵魂里有东西在跃动

—— 个人的责任

—— 寻求和提供建议

.....

有些书具有改变生活的力量。例如：圣奥古斯丁读过西塞罗的荷尔顿西乌斯的经历体验，多年以后，他在自己的《忏悔录》中写道：「这本书使我的思想转变，使我的祈祷转向祢自己，上主；并使我的希望和志愿彻底改变...我开始起身归向祢。」[1] 经历了许多起伏周折之后，他悔改皈依的旅程更明确的趋向于天主；当读了另一本书—保禄宗徒致「罗马人书」后，他彻头彻尾的决定悔改，其中一段话(罗13:13)，粉碎了阻挡他皈依的最后一道防线。[2]

分享好的发现

虽非所有的书都会造成我们生活中这样明显的转变，但是我们所读的书的确会改变我们。它精炼我们的灵魂，或使之迟钝；扩大我们的视野或使之缩小。随着岁月的流逝，我们的个性反映出我们所读过的，和我们未曾读过的东西。一个多年来凭着健全判断力而精选书籍的人，丰富了他对世界和人类开放的观点；他知道如何面对生活的复杂性，并孕育出高度的敏感度，能绕过平庸，认知什么是真正的伟大。

即使我们只是在寻找娱乐，能找到帮助我们成长的书，也非易事。这就是为什么我们需要别人的建议。当试图在一个城市寻找方向时，如询问当地的人，他经常会提供我们在GPS上，可能会错过的有价值的信息。何况透过有经验之人的建议为自己找到了方向，我们也可以向他人推荐我们读过的好书。谈到我们读的东西，可丰富家庭生活，并且与朋友间的交谈，有时可以成为「以文会友」，讨论文学

作品与电影之间的连带关系。而且藉由口碑，除了可有效地介绍良好的书籍之外，我们还可以组织读书会，探访优质的书店，并定期与书商交流、交谈，不断丰富彼此。

我们可以找到许多好的书单，按年龄、主题和兴趣分类。但最好的书单是我们自己制定的，来自拥有类似品味的朋友的建议；或是在课堂、讲座或谈话里听到的一些具体参考。既然我们都没有时间阅读所有自己感兴趣的东西，制定一个未来的阅读计划是大有益处的。这么一来，我们就不会因为怕错过某一本特别的书，而感到遗憾。当我们有点时间看书时，我们就不会随手拿起第一本落在我们手里的书。

有人说，互联网络在某种意义上好像是一个巨大的「油印机」。印刷的发明已经清楚地显示，出版书籍越容易，越是刺激庸俗和平凡出版物的激增。尽管有大量劣质的东西，互联网

络上往往还是有许多怀着最好的意向的生产品，包含许多有助于我们掌握今天发生的事情；指出许多媒体忽略的关键重点。在这里，我们也需要根据他人的建议和自己的经验来制定我们想要遵循的网站，或作者的名单。订阅我们感到有兴趣的新闻通讯，同时也可以设为离线阅读。也更容易从互联网络获得经典的作品，和在书店或图书馆难以找到的绝版的老书。

与书对话

「批评家」来自希腊文krinein，意思是辨别、区分、选择。我们要以「批判」的心态阅读，就是要从每本书中汲取最好的内容。与所有的人一样，作者也受其背景和文化的制约。所以读一本书时，最好问自己，为什么作者用这种方式表达自己的意思？在他生活的时代，他投射到他创造人物的理想是什么？他如何看待友谊、宽恕、忠诚等不朽的价值？显然，关键并不是在于要采取一种悲观或缺乏安

全感的防御态度。相反的，重要的是在于去发现每本书的光明与阴影，如果必要的话，去净化一些它的观点和理想。因此，我们需要与这本书做内心的沟通，甚至可以与作者进行真正的对话。（实际上，他们通常很感谢读者的来信和建议）这样做，自己的信念能浮出台面；其中一部分可能需要在交换意见后做些修正，而另一部分至少可以为自己带来新的思维。我们要培养一种平衡的批判意识，最好的方式可能是心怀使徒的使命感去阅读：不仅是为了个人的喜好而阅读，而且是为了理解我们当代人理性的框架，并以基督宗教价值观去净化它，并使它和谐一致。

借助这些坐标，阅读有助于我们形成深刻而坚实的信念，深思熟虑，让每个人都能获得自己的标准，发展自己的个性和为人处世之道。当我们看电影时，也发生类似的情况。当我们在电影中发现某些的价值观，或是它的美学内涵而感到惊喜时，我们因而学

到一些关于我们自己的生活，及对世界和其他人的看法。因此，我们每个人都获得增进自己的判断、分辨能力，以便做最佳的决定，同时，我们能更清晰地理解和阐明自己。我们以自己的信仰为基础，获得个人对世界的宏观，并强化我们生活的合一。

我们的灵魂里有东西在跃动

一个好的读者通常也是一个很好的「重读的读者」，就是说某人会再次阅读过去曾对他影响重大的书籍。要成为一个好的「重读的读者」，最有效的方法就是：不时记下一些我们正在阅读的东西，以便我们能重新回味内心从那特别的段落中获得的亮光。这种习惯有助于我们更深的去认识自己，对现实和其他人也有更透彻的了解。有时我们努力想记起过去曾经引起我们注意的某个故事或某段文章，但是我们无法办到。时常记笔记的习惯对我们有莫大的助益。

如同其他的事情，阅读也是一样，有时我们也不禁会惊叹自己的记忆力，它比我们想象的要丰富得多。同时，对那些写下个人的想法，与作者进行内部对话的人，阅读提供了一个更深刻的印象。通常这不意味着复制整个段落，而是记下我们的某一些印象，试图让我们的直觉开始成形，或是涂涂改改。通过这份有恒心的努力，我们得以丰富自己在不同的土地、文化和观点中的过程；景色不仅是单纯地从我们眼前过去，而是塑造了我们的内心世界，使我能将他人的问题、渴望和抱负「成为我们自己的」。因此，我们对世界的了解不断的增长，我们也准备好自己面对教宗呼吁我们要「在地化」「新福传」的不断挑战。

个人的责任

回顾圣施礼华在马德里与年轻人一起去医院访问病人时，他曾经说过：
「我们陪伴他们，并试着提供他们一

些小礼物、洗脚、洗脸、剪指甲、梳理头发...因为医院不允许我们带食物给他们，所以我们总是给他们留下一些好的阅读资料。」[3] 出于身为灵魂的牧者，他关心的提醒每个人，仔细挑选阅读材料的重要性，因为它能深深的影响每个人的理智和精神方面的培育。在这方面，天主教教理提醒我们：「第一条诫命要求我们以明智、警醒来培养和维护我们的信德，并抛弃违反信德的一切。」[4] 教宗也建议：「如果我看了一场对我不好的节目，甚至有些脏的东西，与我的价值观不合，使我感到低俗，我必须转换频道。正如我在成长过程中，习惯常回到『石器时代』，如果一本书是好的，就读它；如果是有害的，就把它扔掉算了。」[5] 选择一本书，就像选择一个朋友、看电影、或是看戏剧，对每一个基督徒来说，都是一种负责任和自由的行为，并有道德的内涵。[6]

为了克服自己对世界的无知或肤浅的观点，一个最好的建议就是大量的阅读，去了解各种作者所写的各种题材。因此，开放我们的思想，改变我们可能已经吸收且毫无根据的偏见，并学习用吸引人的方式和生活去传播信仰。我们也要负起自己培训的责任，因而尝试阅读高素质的书籍，选择真正能帮助我们人性和超性成长的作品。有关这方面的一个明智的建议是：「伟大的书籍具有一个宽宏大量的国王的器度：亲近读者，视他们为平辈。平庸的作者则试图羞辱我们，以掩饰自己的低下。」 [7]

读过很多书的人所带给我们的建议是无价的，可用来做我们的阅读计划，及帮助我们厘清及更理解不同的作者，某一些可能呈现出对世界不完整或偏颇的看法。通常来自朋友的一句评语，可以警惕我们一个陌生的作品，或为我们开拓宽广的文化、思想和精神的视野。或者，防止我们浪费时间在那些提倡违反和平共处、攻击

宗教等行为的平庸书本上。我们也知道，有些书可能会对我们有害，因为那时我们缺乏消化它们的培育，就像有些种类的面包对我们的牙齿来说，是太硬了。我们需要有理智的谦卑来承认自己的有限，这不是过度的拘谨，而是谨慎。在别人的帮助下，我们能找到其他的、更方便的阅读材料。如果必要的话，也许在将来我们可以接受现在会造成我们伤害的“面包”。最终，读书的目标应该是藉由阅读而获得的文化，能体现于基督的教义，并与我们个人的经验密合。读不明智或读不够的书，特别容易使我们出错，尽管错误的方式不同。

寻求和提供建议

当他人给我们有价值的建议时，最直接的后果就是我们每个人也需要在这方面协助他人。我们个人的建议，将帮助家庭成员和朋友选择能够丰富他们的优质书籍。参与文学、电影、文化等方面的评估活动也非常有益处。

花几分钟的时间，分享一个人的想法，可以帮助很多人。在这，「最好是好的敌人」的原则就可运用上。对刚读过的东西记下一个简短的评论，趁它在我们的脑海中仍然是新鲜的时候，比一个打算要写，但从未实现的详细评论要好得多。参与这些举措的人越多，建议就越客观和越有用。

杂志、文化期刊等提供的信息也是有价值的。我们可以通过他们的好作品，健全的文化和天主教教理背景，以及持衡的意见，轻易地认出可靠的评论家。在决定阅读或购买书籍之前，这些指标是相当重要的。

在任何情况下，当我们寻求建议时，应该避免过分简单或肤浅的看法，或只遵循给予我们的评分和评论的指导。对一本书的具体评价总是意味着一个审慎的指导方针，我们不应该感到惊讶的是：一些评价会随着时间而有所改变；或者一本书对某个人来说是无妨的，可能推荐给另一个人就不

妥当了。评分只是个为了帮助我们以责任感做选择的指南。同时，当我们找到适合自己灵修的书籍时，也不排除在个人的灵修指导里寻求建议。尽管如此，对道德评价的关注，不应该让我们分散本质上的注意力：阅读的重要性，并尽可能的多阅读。

「不要熄灭圣神，不要轻视预言，而要检视一切；坚持美善，弃绝一切形式的邪恶。」[8] 当努力与热忱、平静手牵着手寻找真理和美善时，我们那份开放的思维，及拓宽视野的力量是真诚的。

[1] 圣奥古斯丁《忏悔录》III.4.7.

[2] 圣奥古斯丁《忏悔录》VIII.12.29

[3] 圣施礼华，家庭聚会笔记1970年12月20日（参Obras, 1979, pp. 125-126）

[4] 《天主教教理》2088

[5] 教宗方济各，觐见，2015年6月6日

[6] 参阅Angel Rodriguez Luño，文化因素在灵修培育中的特殊重要性，第二部分（“La lectura”），可查阅网页collationes.org

[7] N. Gomez Davila，Escolios a un texto implícito (vol 1)，Instituto Colombiano de Cultura，1977，p. 325.

[8] 得前5:19-22

Luis Ramoneda - Carlos Ayxelá

.....

pdf | document generated
automatically from <https://opusdei.org/zhs/article/yao-du-shi-mo-shu-er-xuan-ze-zui-hao-de/> (2026年1月23日)