

opusdei.org

# 我稱你們為朋友 (五)：看看他們是 怎樣的好朋友

友誼是天主藉著成為一個人，  
成為祂的朋友們的朋友，而打  
開的其中一條「世上神聖的途  
徑」。

2021年4月16日

我稱你們為朋友 (五)：看看他們是  
怎樣的好朋友 (收聽普通話錄音)

我稱你們為朋友（五）：看看他們是怎樣的好朋友（收聽廣東話錄音）

---

——並肩而坐

——「應該這樣」

——忙碌世界中的友誼

——信任團結我們的東西

——天主忍耐的形象

---

在第二世紀後期，居住在羅馬帝國的基督徒遭到暴力迫害。一個名叫戴都良（Tertullian）的法學家不久前信奉了基督宗教，他想為其現在有了更多了解在信仰中的兄弟姊妹作證。他的做法是藉著一篇論文去告知羅馬各省的州長那些被不公平指控的人的真實

生活。他本人甚至還沒有成為基督徒時就已經欽佩那些基督徒，特別是那些殉道烈士。但是現在，重複許多人的意見，戴都良總結了人們對這些细小基督徒團體的說法：「看看他們怎樣相親相愛！」[1]

我們有許多關於第一批基督徒之間友誼的見證。在同一世紀初，安提約基亞的聖依納爵主教被帶到羅馬去接受殉道，他寫信給年輕的主教玻里加（Polycarp）。在其他建議中，他勸誡玻里加以「溫柔」的方式去對待那些遠離教會的人，因為只愛「好的門徒」是沒有功勞的[2]。的確，我們知道基督藉著祂的教會，藉著祂的聖事和聖經，但也藉著我們基督徒與我們周圍的人相處的愛德讓自己在歷史中呈現出來。友誼是天主藉著成為一個人，成為祂的朋友們的朋友，而打開的其中一條「世上神聖的途徑」[3]。我們在這裏以一種特殊的方式感受到天主的主動性和我們的回應之間的神妙合作。

因此，為了使基督能藉著我們的關係去到達其他人，我們需要在德行和友誼的藝術上成長；我們需要發展愛他人的能力和同他人一起去愛的能力，有一份熱心去與他人分享我們的生命。我們願意去培育自己的性格（或去改造它），以便我們能夠真正地愛他人，並與他們建立牢固的聯繫。我們甚至想要我們的姿態，我們的說話方式和工作方式，能幫助他人與我們接近。而總是意識到我們有自己的生活方式和我們個人的有限，因為有無限的方式可以成為一個好朋友。

## 並肩而坐

正如魯益師（C. S. Lewis）所說：

「戀人通常是面對面的，彼此被吸引著；朋友則並肩而坐，全神貫注在一些共同興趣中」[4]。朋友不僅愛他們的朋友；而且「與」他們一起去愛。朋友對他們朋友的活動，計劃和理想充滿熾熱的興趣。一份友誼往往不過是從分享一份增取一個真正共同利益

的努力中湧現出來的；因此，朋友是在增取這個真正共同利益時所需的德行中共同成長。

因此，熱情地追求良好的目標，擁有崇高的抱負是多麼大的幫忙。這可以是專業性的或學術性的事工；一種文化性的，教育性的或藝術性的倡議，例如：集體的閱讀或聆聽音樂，或為大眾推廣活動。也可以是一項社會或公民服務項目，或者是一項提供培育的倡議，例如：青年或家庭會社，或是旨在傳播基督徒信息的活動。藉著分擔家務，例如：裝飾和烹飪，自己動手（do-it-yourself）的項目，園藝或做運動，遠足，玩遊戲和其他嗜好，也可以增進友誼。所有這些活動都是享受他人陪伴的機會，在這個陪伴中，彼此信任和對自己生活的其他方面的開放一點點地增長。

相反地，任何僅以實用的方式去面對生活的人，只從純粹實際觀點來看一切，都會發現他們交朋友的能力會大

大降低的。他們最多只會在某些有用的工作中有一些合作者或有一些一起去消磨時間的人。那麼，友誼便被「工具化」了，因為友誼成為了服務一個以自我為中心的項目。

### 「應該這樣」

但友誼不僅是一起做事。它必須是「個人與個人的友誼，是自我犧牲和誠懇真摯：面對面，心對心的」[5]。雖然在朋友中並不總是需要說話，但朋友之間通常會有好的交談。學會怎樣與一個或多個一個人有好的交談是一門藝術。那些想要增進友誼的人需要避免忙亂的過份活躍，嘗試尋找合適的時間與他人一起共度時光，而不要看著手錶或手機。適當的地點和環境可以極大地幫助這種個人的交流。聖施禮華非常重視主業團中心的物質裝置，以使它們的優美品味和家庭氣氛能營造一個促進友誼的氛圍。

邀請某人加入一個朋友組群，以分享一個有啟發性的經歷或他們對一個有

趣話題的反思，通常有助於提高談話的水平。一起閱讀書籍也可以有所幫助，因為它涉及與過去和現在的作家進行重要的辯論，而很多新的加入者也可以參與其中。同樣重要的是：友誼經常使人們聚集在餐桌旁，一起享受可以振奮精神的美味佳餚，而這一事實也反映了人類的深切真理。在這些漫長的交談中，我們常常會體驗到對天堂的期待：「有時我們看似忽然開朗：是的，這就是真的「生命」的意義——生命應該這樣」[6]。

但是，真正的友誼並不僅僅滿足於一群朋友之間的交流。它還要求保持獨處的時刻，某種親密的時刻，在那裏大家可以說「心底裏的話」。好朋友理解這種需求，並在沒有嫉妒或猜忌的情況下為此尋找空間。因此，為「謹慎的欠詳慮」[7]，為相互的忠告，為基於信任的談話創造了有利的環境。天主也利用這些時刻與人靈更加親近，並為他們的熱情「打開意想

不到的視野」[8]，包括在世界上分享神聖的使命。

## 忙碌世界中的友誼

從現實角度去考慮我們當代文化可能對友誼構成挑戰的某些特徵也是有利的。首先，我們必須意識到這些障礙並非不可克服，因為我們永遠可以依靠天主恩寵的力量。在友誼不是那麼常見和牢固的地方，男和女的心甚至會更需要和更加強烈地尋求友誼。改寫聖若望十字架的話，我們可以說：「在沒有友誼的地方，放入友誼，而你會找到友誼。」

例如，即使以外表良好的舉止作包裝，某些專業環境中過度競爭的風氣也會導致不信任和以自我為中心的心態。似乎以任何另類的方式去工作都會導致其他人佔我們的便宜。當然，我們不能太幼稚，但是這種環境需要從內部去被淨化，向人們展示以不同方式去面對生活的可能性。一個人不需要施加壓力，大喊大叫，作弊或佔

他人便宜才可實現自己的工作目標。一個基督徒總會牢記着：工作就是服務。因此，他或她渴望成為老闆，同事，客戶或老師，其他人與他 / 她能成為好朋友，而又不會違反每個職業的道德規範。

我們還可以藉著不散佈過度壓力，過份活躍或分散注意力的氣氛來幫助營造有利於友誼的環境。在當今繁忙的世界中，有時候會很難達到結交新朋友所需的平靜。同樣，即使在休息時，日常的忙忙碌碌也往往會導致與生活「脫節」的途徑。但這是一個機會，充滿著謙遜並意識到自己的自身軟弱，我們要為他人提供一個「唸耶穌基督傳記」[9] 的人的一個有吸引力的榜樣：一個不奔波，曉得微笑，曉得享受當下，有默觀眼光，以簡單的事物作休息，有創造力去做出替代方案，等等的人。[10]

信任團結我們的東西

正如聖施禮華所建議的那樣，即使有代溝的存在，「對當前社會和生活方式的變化動態，應抱積極和開明的態度」[11]，以便促進與許多人的友誼。我們需要對他人的自由有深切的熱愛，當某件事可以從多方面去考慮時，我們要去掉刻板式的態度。主業團的監督告訴我們：「某些表達自己的方式，會干擾或阻礙塑造友誼的環境。舉例來說，太過強調要表達自己的意見，或給人一種印象以為我們自認自己的觀點是最明確的，又或是對他人的話語不表示積極關心，這些行為，都讓一個人封閉自我」[12]。

在許多地方，已經散發出一種對道德法律基本原則有害的生活觀。有時這甚至可能導致一個人去否認仁愛的可能性：為他或她自己去謀求他人的利益。也許這個人在人際關係中只發現一種功利的計算或一些表面上的同情心。當然，這可能是誤解甚至衝突的來源。

在這種情況下，重要的是不要將友好的對話與哲學，法律或政治的論點混淆。朋友之間的對話不會落到試圖說服他人相信我們自己的想法，即使根據古典哲學或教會的訓導當局，這些想法是正確的。這並不意味著「不以它們的名字去稱呼事物」，也不意味著失去分辨善惡的能力；而意味著只有在我們與他人分享某些共同的原則或權威時，我們的論點才在對話中具有價值[13]。雖然友誼也可以導致一個個人的轉變，但通常最好是尋求一致的論點，而不要強調使我們與朋友區分的地方。我們需要提供我們自己的經驗，而無需詳細說明那些理智的論據，因我們想以所有力量去成為一個與他人分享自己的憂慮，悲傷和喜樂的人。聆聽總是很重要的，因為友誼正如聖施禮華所說：不在於給予，而在於體諒[14]。

可以對我們有幫助，如果我們記得大多數人在大多數時間都是受人內心深處的渴望所激勵：去愛和被愛。這種

對團結和充實而有意義的生活的強烈渴望，即使由於許多不同的原因而可能長時間地變得不活躍，也總是會再次顯現出來的。一個好朋友——儘管並不總是能找到期待的回應——卻知道如何去等待。我們需要耐心地等待，直到我們的朋友（可能是由於他們自己生活中的一些突變）對他們在我們的溫情中所感受到的光芒而敞開他們的心。

## 天主忍耐的形象

聖保祿在給格林多人的書信中以他著名的詩歌讚美愛德而堅稱「愛是含忍的」（格前13：4）。正如主業團的監督提醒我們：「一段友誼的誕生，猶如意想不到的禮物般到來，也為此，需要忍耐。有時某些負面的經驗或偏見，意味著需要花多些時間，讓這段我們與身邊某個人的關係，轉化為友誼」[15]。

聖施禮華經常鼓勵我們「以天主的步伐」前進。在他自己的生活中，我們

看到了他無可否認的使徒勇氣，他出去與人們會面的勇氣（也是人性的勇氣），即使人們在很遠的地方，有時會使他自己的生命處於危險之中。例如，他與Pascual Galbe的談話，Pascual Galbe是一位法官，也是他的好朋友，他從大學時代就認識他。在激烈的宗教迫害中，作為一位司鐸，他冒著許多危險，在巴塞羅那與他的朋友會面，志在與他共度時光。先前在馬德里的街道上行走時的交談中，Galbe問他：「若瑟瑪利亞，你想從我這裡得到什麼？」主業團創辦人回答：「我熱愛你。我什麼都不需要。我只希望你成為一個善良和正直的人。」當他在西班牙那些困難的時期，在巴塞羅那去探望他時，他向他重複了這句話，同時也帶他走向真理[16]。

主業團創辦人將忍耐視為一種美德，「忍耐使我們明白他人，因我們確信：靈魂像醇酒，年份愈久，味道也就愈醇」[17]。我們應該嘗試對待他

人有天主對待我們的同樣忍耐。正如本篤十六世所說：「世界是被天主的忍耐救贖了，但是被人的缺乏忍耐摧毀了」[18]。忍耐並不意味著我們有時不會因別人對我們的溫情缺乏回應而受苦，也不意味著我們有時不會因看見朋友走上了一條危及到他們對幸福渴求的路而受苦。但是我們需要與耶穌的心一起受苦，將自己和基督的情感更充分地加以認同，永遠不要屈服於悲傷或絕望中。

朋友寬恕的經驗使人生中最黑暗的時刻充滿了希望。儘管我們犯了錯誤，但有一個朋友正在等待著我們的確實性，對我們而言是天主活生生的形像：祂是等待著我們回到一個「父親」的懷抱的第一位「朋友」，也是永遠都會寬恕我們的第一位「朋友」。

Ricardo Calleja

---

- [1] 戴都良 ( Tertullian ) ， 《護教論 ( The Apology ) 》 ， XXXIX 。
- [2] 參聖依納爵安提約基亞 ， 《給玻里加的信 ( Letter to Polycarp ) 》 ， II 。
- [3] 聖施禮華 ， 《天主之友》 ， 第314點 。
- [4] 魯益師 ( C.S. Lewis ) ， The Four Loves ( 《四種的愛》 ) 。
- [5] 聖施禮華 ， 《犁痕》 ， 第191點 。
- [6] 本篤十六世 ， 《在希望中得救》 通諭 ， 第11點 。
- [7] 聖施禮華 ， 《道路》 ， 第973點 。
- [8] 同上 。
- [9] 聖施禮華 ， 《道路》 ， 第 2 點 。
- [10] 參方濟各 ， 《願祢受讚頌》 通諭 ， 第222-223點 。

[11] 聖施禮華，《犁痕》，第428點。

[12] 范康仁蒙席，《信函》，2019年11月1日，第9點。

[13] 參聖多瑪斯亞奎納，Quodlibet IV (《問題隨答，第四卷》)，q. 9, a. 3。

[14] 參聖施禮華，《道路》，第463點；他在這裡談及的內容是與我們的鄰人實踐愛德。

[15] 范康仁蒙席，《信函》，2019年11月1日，第20點。

[16] 參Jordi Miralbell，Días de espera en guerra (《在戰爭時的等候日子》)，Palabra，馬德里，2017年，第75頁；第97頁和之後的頁數。

[17] 聖施禮華，《天主之友》，第78點。

[18] 本篤十六世，講道，2005年4月24日，在他開始就職教宗時的彌撒。

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/wo-cheng-ni-men-wei-peng-you-wu-kan-kan-ta-men-shi/> (2026年3月22日)