



THE
MENTORING
PROJECT

寻找敬虔朋友正确 与错误的方法



TAYLOR HARTLEY

寻找敬虔朋友正确 与错误的方法



TAYLOR HARTLEY

(泰勒·哈特利)

目录

引言.....	4
第一部分：什么是坏朋友？	6
第二部分：什么是好朋友？	10
第三部分： 如何找到朋友.....	15
第四部分：不要怕你的朋友.....	20
结论.....	22
尾注.....	23



引言

“我觉得我们不应该再做朋友了”，尼尔对我说。对于当时六年级的我来说，这是我听过最难听的话，而说出这句话的竟然是我最好的朋友。从一年级的第一天起我和尼尔就一直是好朋友。我还记得在食堂遇见他时的情景，当时我多么庆幸自己交到一个朋友。我奶奶家就在他家和我家之间，我们经常骑着四轮车到那里碰面然后一起去冒险。我们打篮球、单挑，还玩一种叫‘H-O-R-S-E’的投篮小游戏。每个周末都去对方家玩，在学校里也几乎形影不离。

然而就在小学最后一周结束，我们班即将与其他学校的三个六年级班级合并组成一个七年级大班的时候……我却失去了我最好的朋友。

你曾听过“失去才懂得珍惜”这句话吗？在我的人生中这句话多次应验。我的初中生活糟透了。我几乎没有朋友，还经常被欺负。那段日子让我明白朋友有多重要。

你曾经没有朋友吗？你现在没有朋友吗？如果是的话，那你来对地方了。这本生活技能指南旨在帮助你找到好朋友——不仅是好朋友，更是敬虔的朋友。毕竟，敬虔的友谊是主在我们通往天国的人生旅程中关爱我们的重要途径。

我们先来看看，坏朋友到底“坏”在哪里。考虑到本指南的目标是帮助你结交敬虔的好朋友，这样的开头或许显得有些奇怪。但为了了解什么是敬虔的友谊，我们需要先弄清楚坏朋友是什么样的，以及他们会怎样影响我

实践指南

们。接下来，我们将探讨什么是好的（敬虔的）友谊，并思考如何才能获得这样的朋友。最后，我们将进行自我反省，思考如何才能成为主赐给我们的那些人的更好朋友。

我祷告这本指南能帮助你寻求敬虔的友谊。我也祷告，借着这个过程，你能受到挑战，成为主赐给你之人的更好的朋友。

1

什么是坏朋友？

用来形容坏朋友的特质非常多，我们这里只列举三个：自私、愚昧和愤怒。而这三者的源头都是骄傲。

自私的朋友

我是《指环王》（小说和电影）的忠实粉丝。小说我读过好几遍，我最喜欢的冬夜活动之一就是和妻子一起办一场《指环王》马拉松，一口气把三部曲看完。好吧，好吧，我们其实只看第一部（或者一部半）然后就睡着错过后面两部的大部分内容。你懂的。如果你还没读过或看过《指环王》，就让我先作为你的好朋友让你免除本指南以便你能立刻去补课！

在托尔金的故事中弗罗多前往魔多的艰辛旅程里，我们看到一个坏朋友的例子——刚铎宰相之子博罗米尔。博罗米尔与另外九人受命协助弗罗多在末日火山的烈焰中摧毁魔戒。刚从瑞文戴尔出来的博罗米尔，似乎正是弗罗多所需要的伙伴，因为弗罗多身材矮小却肩负着重大的使命。而博罗米尔则强壮勇猛，是一位能保护弗罗多免受索伦及其爪牙伤害的战士。事实上，这正是博罗米尔的初衷。

然而当博罗米尔试图从弗罗多手中夺取魔戒为己所用时护戒小队内部出现了裂痕。博罗米尔被自私的野心所驱使，背叛他曾发誓要保护的人。你是否也曾因朋友的自私而导致友谊破裂？

使徒雅各告诉我们，自私和嫉妒会导致“扰乱和各式各样的坏事”（雅3:16）。为了理解自私与混乱和卑劣行径之间的关系，我们首先需要了解自私的本质。以下是我的简要定义：*自私就是将自身利益置于首位，因为他们认为自己比别人优越而理当拥有一切。*这里包含了行为和动机，而这两者对于我们正确理解自私的本质都至关重要。自私的人之所以把自己的利益放在别人之上，是因为他们认为自己比别人优越。自私从根本上否定平等。

实践指南

而这正是自私对友谊如此有害的原因所在。一个自私的朋友，如果认为自己比别人优越，就会为了自己的利益而利用甚至虐待朋友。而自私的人所追求的是什么样的利益呢？是混乱和卑劣的利益。你看，自私不仅体现在一个人对待他人的态度也体现在他对神的态度上。神存在的目的是为了给他们的利益效力而不是倒过来。这样的人完全以自我为中心。自私的人因为未能认识到神至高无上的价值和他人同等的价值，便将自己奉为至高无上。在他们眼中，包括神在内的所有人，都是为了服侍他们而存在且绝无例外。

愚昧的朋友

当你想到愚昧人时脑海中浮现的是什麼？或许是那些总是做出错误决定的人？我认识一些符合这种描述的人！然而，仅用“总是做出错误决定”来形容，范围太宽，既不能界定愚昧的本质，也不足以判断一个人是不是糟糕的朋友。

所罗门在为他的儿子们撰写关于智慧的箴言时说：“敬畏耶和华是知识的开端，愚妄人藐视智慧和训诲”（箴 1:7；笔者加注）。拥有知识和藐视知识之间的区别在于是否正确地将自己与神联系起来。有知识的人知道一切真理都属乎神，他们必须敬畏神才能获得智慧。而愚昧人则错误地认为自己已经拥有知识，只需要向内寻求答案就能知道该怎么做。这就是“万事通”最真实的定义。所罗门认为，不承认知识出于神就等于直接藐视知识。

现在让我们把这种愚昧应用到友谊中。认为自己拥有所有必要知识的假设会如何破坏友谊呢？首先，这根本不是事实！没有人可以不需要神来了解关于神、自身和世界的真理。没有人真正什么都知道。

但让我们更进一步思考愚昧与友谊的关系。正如自私源于一个人封闭自我，无法正确看待神和他人，愚昧也是如此。当然，区别在于自私主要与欲望有关，而愚昧则与知识有关。关键在于，一个封闭自我的人无法准确地看待神和他人，因此也无法有效地服务他人。愚昧的朋友言谈举止不会用关于神或世界的真理去鼓励周围的人。更糟糕的是，愚昧的朋友的愚昧往往出于私利。愚昧的人只顾自己、目光短浅，这样的人在友谊中绝对站不住脚。

寻找敬虔朋友正确与错误的方法作

好怒的朋友

你曾认识脾气暴躁无法控制的人吗？我认识。你知道吗？好怒的人让人没有安全感，我也不喜欢和他们在一起。我不觉得这是我独有的看法。事实上，我认识的人里没有谁会老实地说自己喜欢和一个总是……嗯，看起来有点生气的人待在一起。

我儿子十六个月大，他大部分时间都很快乐。只要蓝莓不会吃完和他儿歌书的电池不会没电，我儿子就能开心得像在天上一样。不过，有时候他也会情绪激动，毕竟年纪还小，所以行为有点不理智。他会闭上眼睛，尖叫几声，弓起背，如果他坐在高脚椅上，就要小心食物要飞了！这些都是婴儿表达愤怒的常见方式。作为他的父亲我的职责是帮助他疏导情绪，让他学会控制自己的情绪而不再用这种方式表达愤怒。

我很少看到成年人像十六个月大的婴儿那样表达愤怒。但这并不表示成年人表达愤怒的方式就一定不会造成破坏，尤其是在朋友之间。有时，愤怒的人会大声咆哮；有时他们会撅嘴生闷气。有时，愤怒的人会说些阴阳怪气的话；有时，他们会疏远他人以示惩罚。不难看出单单是这些表现就足以让友谊充满挑战。然而为了更深入地了解愤怒为何会毒害友谊，我们需要探究这些表现背后的本质和思考愤怒究竟是什么。

愤怒的根源与自私和愚昧相同——骄傲——这应该不会让你感到意外。骄傲是一种过度膨胀、过度关注、过度在意自我的心态。自私和愚昧是进攻，而愤怒则是一种防御机制。当事情不如人意时骄傲的人就会产生愤怒。与好怒的人相处或许还算融洽但一旦事情变得糟糕，那就另当别论了。

圣经对愤怒有很多论述。虽然圣经中也包含义怒的范畴，但作者们在论述愤怒与罪的关系时笔墨却远多于此。以下几个例子或许能帮助我们理解。雅各写道：“我亲爱的弟兄们，这是你们所知道的，但你们各人要快地听，慢慢地说，慢慢地动怒，因为人的怒气并不成就神的义”（雅 1:19-20）。保罗写给以弗所教会的话也同样如此：“一切苦毒、恼恨、愤怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒，都当从你们中间除掉……”（弗 4:31）。耶稣甚至教导门徒在神眼中愤怒等同于谋杀（太 5:21-22）！从这些经文我们可以看出愤怒是一件非常严重的事情，它不仅会严重损害愤怒者自己，也会给周围的人带来极大的伤害。这就是为什么所罗门警告他的儿子们

实践指南

说：“好生气的人，不可与他结交；暴怒的人，不可与他来往。恐怕你效法他的行为，自己就陷在网罗里”（箴 22:24-25）。

好怒的人往往骄傲自大，当身边的人不认同他们的自我评价或无法满足他们的欲望时他们就会大发雷霆。换句话说，好怒的人本身就是很糟糕的朋友。

如果我现在有坏朋友该怎么办？

如果你发现自己现在有坏朋友，下面是一个简短的回答。首先，务必警醒。保罗写道：“你们不要自欺，滥交是败坏善行”（林前 15:33）。如果你的朋友骄傲自大表现出自私、愚昧、好怒，或以上都有，那你更需要警醒。他们的骄傲很容易影响你。所罗门王曾告诫他的儿子们好怒之人会设下陷阱将他们缠住。

其次，要用好朋友来弥补和丰富你的友谊！接下来的三个部分将对此作更详细的说明。

第三（a），你*可能*需要限制或远离一些不好的朋友。务必谨慎行事。不完美的朋友（你也是其中之一，我也是！）和坏朋友是不一样的。不要用完美的标准来要求你的朋友。这样做会让你显得虚伪，也会要求你身边的人付出他们无法付出的东西。只有一位是完美的——就是主耶稣。

第三（b），如果你认为需要限制或远离某个朋友，请寻求建议！向你生命中一位有智慧的人（父母、好友、导师、长辈等）寻求处理这种情况的建议。跟他们分享你的理由。看看他们是否能帮助你找出自己在这段恶化的友谊中所造成的问题。千万不要独自做决定。我们太容易相信自己能看清形势并知道该怎么做。寻求建议可以避免我们做出伤害他人的错误决定。

问题反思：

1. 你是否也存在以下这些符合坏朋友的特质（自私、愚昧、骄傲）？
2. 你能想起曾经因为这些特质而受到负面影响的友谊吗？请与你的导师分享一个例子。
3. 骄傲如何成为这些特质的根源？

2

什么是好朋友？

好朋友有很多特质。然而和上一部分一样，我们将重点讨论你在朋友身上应该寻找的三个最重要的特质：忠心、诚实和友爱。

忠心的朋友

还记得博罗米尔吗？他不是佛罗多的好朋友因为他自私和想要魔戒为自己谋利。不过，佛罗多确实有一个好朋友：山姆·甘姆吉。所有《指环王》的粉丝都知道，接下来我要讲到他。如果你对这个故事不感兴趣或者不熟悉，请耐心听我说完，我会尽量简短。

山姆和佛罗多一样都是霍比特人。他个子矮小，略显圆润，为人谦逊低调。虽然没有什么特别突出的特质，但山姆却是佛罗多梦寐以求的好朋友。比如，当佛罗多得知自己必须离开夏尔前往末日火山焚烧魔戒时，山姆毫不犹豫地答应了。佛罗多绝不会丢下他独自前往任何地方。在旅途中，山姆确保佛罗多吃饱穿暖，休息充足，并时刻保护他免受各种危险。甚至还有一次惊心动魄的时刻：在护戒小队因为博罗米尔的私自行为而解散后不久，山姆纵身跃入河中追赶佛罗多。尽管山姆不会游泳，但他绝不允许佛罗多独自冒险。请允许我再举一个例子来证明山姆对佛罗多的忠心。当佛罗多精疲力竭而末日火山的顶峰依然在他眼前时，山姆把他背了起来，喊道：“我不能替你背负魔戒，但我可以背着你！”光是想想就让人起鸡皮疙瘩！

你从中领悟到什么？嗯，如果你是自己故事里的佛罗多，没有魔戒，没有怪物追赶，也没有拯救世界的重任，你肯定也会想要像山姆·甘姆吉这样忠心的朋友陪伴在你身边。好朋友会保护你，竭尽全力保护你，与你同在，为你而战。好朋友就是忠心的朋友。

你重视朋友的忠心吗？正如我们将在下一点中看到的，忠心的朋友并非盲目地同意你说的一切或接受你的一切。那种忠心实际上属于坏朋友的范畴。不，忠心的朋友，那种我们应该努力成为并拥有的朋友，是真心为我

实践指南

们好并与我们一同追求目标的人。有时为了我们的利益我们不得不面对自身不完美的一面。忠心的朋友不会对我们的缺点视而不见，也不会对我们的弱点视而不见。相反，他们会与我们并肩前行并在我们克服这些弱点、成长的过程中给予我们关怀。

所罗门在写给儿子的信中也阐明了这一点：“你的朋友和父亲的朋友，你都不可离弃。你遭难的日子，不要上弟兄的家去，相近的邻舍强如远方的弟兄”（箴 27:10）。邻舍胜过兄弟的原因在于他们的亲近——在友谊的语境中我们可以称之为忠心。忠心像一种黏着力，维系着朋友之间的情谊，使他们即便面对重重挑战也仍然紧紧相连。忠心意味着：“这的确是个艰难的处境，但我对你的承诺远胜于抛弃你后我所能获得的舒适和安逸。”忠心不会放弃，也不会背叛朋友。真正的朋友是忠心的。¹

诚实的朋友

昨晚在餐桌上，一位朋友提出了这样一个情景，并提出了一个问题。情景是：你和朋友们外出吃饭，其中一位朋友碰巧注意到你脸上沾了点食物残渣。问题在于你的朋友是否应该告诉你还是为了不让你难堪而选择隐瞒。我妻子很快就回答说她宁愿别人告诉她脸上沾了东西。事实上，她说如果别人知道她脸上沾了番茄酱却不告诉她，她会很生气！我妻子想要的是诚实。你也应该如此。

诚实这东西很奇妙。渴望诚实很容易，但同时接受诚实却很难。这也是所罗门将朋友的诚实比作“伤痕”（箴 27:6）的原因之一。虽然他称朋友为“忠诚”，但他承认，朋友的诚实某种程度上确实像伤口一样令人痛苦。你是否也曾被别人直言不讳地指出自己的缺点而感到刺痛？

最近一位挚友告诉我做事固执己见所以很难相处。这话刺痛我，至今仍让我感到刺痛。你知道最让我感到刺痛的是什么吗？是他说的没错——我的确如此。虽然我之前也隐约意识到这一点，但他的直率和诚实让我更清楚地认识到，我需要改变自己这方面的问题。我的自尊依然受到打击，但我内心却很感激他愿意告诉我真相。

接受批评并不容易，但它至关重要因为我们并非总能看清自己。我们需要有人帮我们留意盲点并在问题出现时指出。而且，并非任何人都能做到……我们需要朋友来为我们做这件事。毕竟，如果爱你的朋友都不能告诉你真相，谁又能呢？换句话说，你更愿意从谁那里听到那些尖锐的批评

寻找敬虔朋友正确与错误的方法作

——是爱你且忠心的人，还是你有所怀疑或不太了解的人？在真挚友谊的庇护下真相应该得到保障。在这高墙之内，你应该努力建立一种“铁磨铁，磨出刃来”的友谊让彼此都能成长（箴 27:17）。

然而，你需要从朋友那里听到的不仅仅是批评。你也需要他们属敬虔的鼓励。我们常常把鼓励等同于奉承，但这不该如此。一位朋友曾告诉我，奉承就是当着一个人的面，说一些你在他不在场时都不会这样评价他的话。我觉得这个比喻很贴切。奉承就是说一些你认为别人想听的话，就算你知道那不是真的。圣经里有很多关于奉承危害性的论述。以大卫为例，他写道：“人人向邻舍说谎，他们说话是嘴唇油滑，心口不一。凡油滑的嘴唇和夸大的舌头，耶和華必要剪除。”这位牧羊人出身的君王说了这番大有能力的话。所以，你肯定不想结交一个只会奉承你的朋友。

但你肯定想要一个能给你敬虔鼓励的朋友。这种鼓励至少有两种形式。第一，敬虔的鼓励可能是，他们会与你分享在你身上看到的优点和他们欣赏的地方。这种鼓励可以是生活中的一些小事，例如：“我真的很喜欢你的性格。和你在一起很开心。”“你真是个体贴的人。我很感激能有你这样的朋友。”“我很欣赏你的自律。我也想变得更像你。”或是涉及更大更永恒的事物：“我看到你最近对神的话语更加渴慕也更加明白，我为此赞美主。”“我知道你现在很痛苦，但你始终坚信神是良善的，这让我深受鼓舞。”“你在教会里待人热情好客堪称典范。我也想效法你！”一位能说出真诚鼓励话语的朋友真的是难能可贵。

敬虔的鼓励还可以体现在朋友提醒你神的应许以免你忘记。我最喜欢的经文之一是帖撒罗尼迦前书 4:13-5:11，保罗在那里告诉惧怕的帖撒罗尼迦教会他们在末世可能会经历什么。这段经文满有荣耀，着重讲述了耶稣从天降临、使死人复活，以及转化活人的事迹。在这一部分的结尾，保罗教导教会“你们该彼此劝慰，互相建立……”鉴于这与 4:18 的教导相同，我们可以推断教会彼此劝勉的方式就是互相提醒保罗在这一段经文中所阐述的真理。我们也应当如此行。敬虔的朋友会彼此提醒神的话语——那些充满应许、警告和安慰的话语。好朋友会以此帮助自己的朋友将目光定睛在耶稣身上。

实践指南

友爱的朋友

好朋友最显而易见和最根本的特质就是爱。好朋友会爱你。圣经反复强调这一点。所罗门写道：“朋友乃时常亲爱，弟兄为患难而生”（箴 17:17。）你绝对应该肯定你的好朋友是爱你的。没有什么比在你人生遭遇困境时朋友的爱更珍贵的。事实上，所罗门将友谊比作兄弟情谊，并指出友谊的存在是为了共渡难关。“弟兄”（朋友）“为患难而生”（存在）。当你遭受人生重击时是什么让朋友不离不弃？是他们对你的爱。

朋友的爱也体现在他们愿意为你的益处做出牺牲。耶稣说：“人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的”（约 15:13）。为我们的朋友牺牲生命跟我们通常谈论友谊的方式相比或许显得有些极端，但耶稣所提的这一点值得我们深思。

首先，耶稣是我们这些罪人最亲密的朋友。他以舍命的方式向我们展现他的友谊之爱。他如此行，为所有悔改并相信他的人偿还罪的代价。没有哪个朋友的爱能像耶稣那样深沉。我们最需要的莫过于耶稣。如果你还没有把耶稣当作朋友，我鼓励你现在就停下来，问问自己：“是什么阻碍了我？”今天就悔改，离弃罪恶，信靠主耶稣。他的话语应许只要你凭着信心呼求他，他就会成为你的朋友，救你脱离罪恶（罗 10:9-11）。今天就这样做吧。

我们谁也无法像耶稣爱我们那样去爱朋友。他的爱无边无际且不惜一切代价也要赢得我们成为朋友。他完美地爱着我们，而我们却无法做到。即便如此，真正的朋友也应该效法耶稣对我们的爱。

当然，我们大多数人可能都不会被要求去为朋友舍命。顺便一提：你最好不要一上来就问别人“你愿不愿意为我去死？”那就太怪了。然而，耶稣却创造了一种可以超越生死的友谊。如果在极端情况下牺牲生命是合理的，那真正的朋友当然也应该欣然接受作为一位乐于奉献的朋友所应承担的日常责任。

如果这些日常责任还不够清晰，让我们举一些具体的例子。如果你的地下室在晚上 11 点被淹了，你会希望有个朋友能带着雨靴和一台干湿两用吸尘器（抽水机）赶来帮忙。当你被公司解雇时，你会希望有个朋友能确保你和家人有汽油和食物。当你的车子电池没电被困在路上时，你会希望有个朋友能带着搭电线赶来帮忙。当你犯罪并因此受苦时，你会想要有位朋

寻找敬虔朋友正确与错误的方法作

友能陪伴你度过那段黑暗的时光并提醒你神应许赦免所有信靠耶稣的人。当你流产悲痛欲绝时，你会想要有位朋友能陪伴在你身边，与你同哭，并记念你和你的失去。当你的婚姻出现问题时，你会想要有位不评判你而是倾听你的心声并提供敬虔建议来帮助你和你的伴侣重归于好的朋友。

朋友之间以这些和其他无数方式彼此牺牲来表达彼此相爱。你拥有这样的朋友吗？人生艰难，你需要朋友的帮助才能渡过难关。“好吧，”你或许会想，“但是，请问，我该到哪去寻找愿意为我做这一切的朋友呢？”我们将在下一节中解答这个问题。

问题反思:

1. 你生活中有没有忠心、诚实、友爱的朋友的例子？
请与你的导师分享。
2. 好朋友还能以哪些方式效法耶稣对我们的关爱来关怀我们？
3. 你认为朋友身上最难找到的特质是什么？你最难做到的特质是什么？
为什么？

3

如何找到朋友

现在，我们来到这本生活技能指南的实用部分。你可能觉得我们永远也到不了这一步！到底该如何找到好（敬虔的）朋友呢？！在我们开始回答这个问题之前，我只有一个请求——不要以为你读了我的标题就明白我在说什么。慢慢阅读这一部分并发挥你的创造力去思考如何更频繁地将这些原则应用到你的生活中以便找到敬虔的朋友。就像《欢乐满屋》里杰西会问的那样，“明白了吗？”很好。以下是我尽力为你提供的如何结交敬虔朋友之指南。

1. 祷告

听起来很显而易见，对吧？但我是认真的。如果你盘点一下自己的友谊，发现自己朋友不多，你就应该为此祷告。我喜欢耶稣在马太福音7章中对我们的教导，他在7-11节说：

“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给他开门。你们中间谁有儿子求饼，反给他石头呢？求鱼，反给他蛇呢？你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他的人吗？”

我前面提到的那十六个月大的儿子基本上只会说三个词，其中一个就是“爸爸”。当我坐在阅读椅上而他走到我身边时，他会叫我的名字然后伸出双臂开始咿咿呀呀地说个不停。我知道他想要什么。他想让我抱起他让他坐在我的腿上。想想看，如果我不把他抱在怀里而是伸脚踢他，那我算什么父亲？肯定是最糟糕的那种。

耶稣教导我们要把神看作是最好的父亲因为我们可以来到他面前向他倾诉我们的需要。神不会因为我们的需要而轻视我们。相反，他会加倍地供应我们所需。所以，如果你感到朋友稀少，求主供应你并相信他一定会这样做。

寻找敬虔朋友正确与错误的方法作

2. 去教会!

这是我在本节中想强调的最重要一点，并非因为其他几点不重要，而是因为我认为这一点最容易被忽视。要想结交敬虔的朋友没有比当地、传讲福音的教会更好的地方了。为什么？原因有四点。第一，传讲福音的教会每周日都会聚集在一起。到了周日早上 10 点，你不用再担心镇上的基督徒都到哪去了。他们很可能都在教会里！这就像瓮中捉鳖，而教会本身就是瓮！

这个比喻带出了第二个原因说明为什么没有比教会更好的地方来结交敬虔的朋友。也就是说，传讲福音的教会是由一群在基督教信仰最重要的事情上达成共识的基督徒所组成。当然，你可以在学校、工作场所或健身房结识朋友，而他们也*可能是*基督徒。但另一方面，传讲福音的教会本质上就是基督徒。这意味着教会里的人与你有着相同的信仰，包括对神、世界、如何得救、死后会发生什么、应该如何生活等等的看法。

好，现在来说说为什么地方教会是结识敬虔朋友的最佳场所的第三个原因：教会盟约。你肯定没想到，对吗？大多数地方教会都有盟约。盟约是教会所有成员就如何一起生活、一起跟随耶稣而达成的协议。通常，每个成员都必须同意教会盟约才能加入教会。以下是我教会盟约中的一段，希望能帮助你理解：

我们将以弟兄之爱彼此同行，正如基督徒教会成员应有的样子；彼此关怀，互相守望；并根据需要，彼此劝勉、互相劝勉。²

还记得我之前说的，要用忠诚的友谊筑起高墙吗？加入一个教会，与教会成员立约，彼此联结，这能让教会内的每一段友谊都更有优势，更容易建立起牢固的友谊。我在教会里有一些很棒的朋友。我们每段友谊的建立，都源于我们共同的信仰，以及我们彼此之间和与教会其他成员之间的盟约。这真是莫大的荣幸！

关于为什么传讲福音的教会是结交敬虔朋友的最佳场所还有最后一点——在教会里敬虔的长老会牧养你。圣经说长老是教会的恩赐（弗 4:11-12）。这体现在许多层面我无法一一列举，这里只举一例供你思考。长老可以帮助你追求敬虔的友谊。我的长老们确实帮助过我，不管是建议我主动和别人喝咖啡聊聊人生，指导我处理棘手的友谊问题，或单纯只是为我

实践指南

能成为其他教会成员的好朋友祷告。如果你需要敬虔的朋友，去和教会的长老们谈谈吧。

3. 敞开心主动信任。

有些人读到这个小标题时，可能会想：“我受不了了。”我知道，我知道。敞开心很难。如果你经历过类似的伤痛，甚至在人际关系中留下伤痕就更是如此。不幸的是，在这个破碎的世界里即使在基督徒的友谊中也常常会出现裂痕。然而，活出基督信仰需要群体，而群体正是建立在以敞开心为特征的友谊之上的。

虽然传道书的作者主要是在探讨职场中同伴的价值，但他对人际关系的洞见同样适用于友谊。他写道：“再者，二人同睡就都暖和，一人独睡怎能暖和呢？有人攻胜孤身一人，若有二人便能抵挡他，三股合成的绳子不容易折断”（传 4:11-12）。其基本前提是相互依存的关系蕴含着力量而独处则充满危险。你注意到“依靠”这个词吗？在人际关系中，“依靠”也可以指敞开心。

我和妻子刚加入教会时一个朋友也没有。由于生活中遭遇了重大的变故，我们意识到自己需要朋友——而且是迫切需要。神恩待我们，让我们鼓起勇气向人袒露自己的悲伤，这也成了我们建立友谊的重要途径之一。人们纷纷伸出援手，而我们许多最亲密的友谊也由此诞生。

那你呢？如果你想结交朋友，就必须就自己的弱点、悲伤、过去、盼望和挣扎敞开。当然，这并不容易，但却是必要的。缺乏敞开的友谊往往停留在表面。所谓表面，我的意思是你们会谈论工作、共同的兴趣或家庭，但却不会触及那些沉重的话题——那些如果你不寻求帮助就会将你压垮的话题。

敞开面对这些棘手的问题需要先建立信任。我的意思是，你不必非得等到对方证明自己值得信任才肯倾诉你的烦恼。相反，你应该依靠彼此都认同的福音信仰和盟约，并且对向你敞开的人抱有善意。这种善意的假设与世俗观念截然不同，却也十分符合基督精神。所以，请主动信任，保持善意，并对地方教会里的新朋友们敞开。请他们为你祷告，无论你正在经历怎样的挣扎。邀请他们挑战你，帮助你抵御罪恶的诱惑。让他们分担你的重担和忧伤。

寻找敬虔朋友正确与错误的方法作

4. 先行动

我听过很多基督徒说圣经谴责自爱。我不想打破这种迷思，但这根本不是事实。真正正确的是：圣经谴责的是把自己爱得最重、只爱自己，但并没有教导人要完全不顾自己。事实上，耶稣在颁布第二大诫命时似乎表达了相反的意思：“要爱人如己”（太 22:39）。我们应该如何爱邻舍？就像爱自己一样。

这意味着在友谊中你要先行动像爱自己一样去爱别人，并且希望别人也爱你。你要成为自己希望拥有的那种朋友。当然，另一种做法是坐等别人出现，用他们的关爱打动你，然后才以善意和爱来回报他们。这种策略至少有几个原因不可取。首先，你关爱他人的方式应该效法耶稣关爱你的方式。他并没有要求你先服侍他。相反，他来是为了服侍你并舍命作你灵魂的赎价（太 20:28）。

第二，只在得到回报时才付出并非对他人友善。只在得到回报时才付出，会让人质疑你最初付出的动机是什么。相反，圣经呼召我们“爱弟兄，要彼此亲热；恭敬人，要彼此推让”（罗 12:10）。

最后一个你不应该等到获得友谊才去对人友善的理由纯粹出于务实的考虑，但也同样有效——等待会让你放慢脚步。你听过“早起的鸟儿有虫吃”这句话吗？我认为同样的道理也适用于友谊。那些拥有朋友的人往往是那些率先成为自己所渴望有的那种朋友的人。

以下是一些你可以考虑在友谊中主动付出的实用方法。

- 在某个星期天做完礼拜后走到某人面前问他至少三个关于他/她的问题。这些问题可以包括他/她加入教会多久，在哪里工作以及他/她是如何信主的。
- 好，现在你知道对方的名字和三个有趣的信息。问问他们是否愿意来你家吃饭或找个时间一起喝咖啡。主动安排一次一对一的见面。
- 假设你们之间正在萌生一段新的友谊，而你发现对方有一些重要的需求（例如，慢性疼痛、日程繁忙、家务堆积如山）。问问自己：“我能为我的新朋友做些什么来帮助他们？”一旦你找到答案，就行动起来！没有比现在更好的时间。

实践指南

- 试着记住你朋友和你分享过的生活点滴。记住他们的生日、喜欢的食物或去的地方、重要的纪念日等等。发条短信或寄张卡片告诉他们你记得这些事和你在想念他们。

表达尊荣的方式有很多种而主动维系友谊的方式也多不胜数。关键在于成为你希望拥有的那种朋友。

问题反思：

1. 为什么教会是结交朋友的好地方？
2. 你如何看待向他人敞开的挑战？
3. 你是否很难把别人往好处想？为什么？
4. 在爱朋友方面你可以采取哪些实际的方式？

4

不要怕你的朋友

鉴于本指南的主题是建立敬虔的友谊，这一部分或许显得有些突兀，但请相信我这是我能就此主题给予你的最重要鼓励之一。如果你拿起这份指南是希望结交朋友，尤其如果你现在朋友不多，请务必仔细阅读。朋友无法治愈你。无论你的生命中有什么破碎，无论你正在经历怎样的挣扎，无论你正在经历怎样的孤独，朋友终究不能从根本上医治你。当然，他们可以帮助你，甚至在充满艰难的人生中，成为托住你的重要支撑。他们可以作神差来服侍你的人，却不能取代神成为你的神。因此，你必须抵挡诱惑不把朋友当作偶像，崇拜和惧怕他们。

单单敬畏神

所罗门写信给他的儿子们说：“惧怕人的陷入网罗，唯有倚靠耶和华的必得安稳”（箴 29:25）。网罗是一种设置在树林中地被植物下的机关用来捕捉路过且毫无防备的动物的脚。这个比喻表明对人的惧怕是隐蔽的。与其他罪行不同，对人的惧怕并非总是显而易见。事实上，我认为对人的惧怕在破坏友谊上远比任何人意识到的都要多。很少有人能预见它的发生或事后才明白发生了什么。

你最终的爱和信任不应该寄托在你的朋友身上。相反，你应该信靠耶和华。为什么？因为所罗门说他是安全的。你所背负的一切破碎和伤痛、缠绕你的诸般罪恶，以及你心里所有的孤独。朋友可以提供帮助，但唯有神才能医治。朋友可以服侍你，但唯有神才能拯救。朋友可以鼓励你，但唯有神才能终结你的苦难。

当你敬畏并信靠神，而不是把“接纳你、爱你、关心你、成全你”的盼望放在人身上时，你的友谊反而更安全。不要惧怕人，要信靠神。

实践指南

你无法爱你所惧怕的人

我最近深受惧怕人的困扰——尤其是害怕不被接纳或不被尊重。这对我来说是一个反复出现的挑战，也是一个挥之不去的罪。我向一位朋友兼咨询师求助，他说的虽然我早已明白，但在当时却对我帮助极大：“如果你惧怕别人，你就无法爱他们。如果你惧怕他们，你就只会为了自身利益而操弄他们。”这位弟兄的话真有智慧。

道理很简单。如果你怕得不到朋友的帮助，你最终会把时间和精力都花在试图从他们那里索取而不是给予他们。即使是那些看似为朋友服务的言行最终也是为了从中得到回报。我们把为了个人利益而采取的、旨在引发特定反应的行为称为什么呢？我们称之为操弄。当你惧怕你的朋友时，你就会操弄他们以求从他们那里得到你认为你需要的东西。

但当你单单敬畏神时，你就能自由地爱和服务你的朋友，知道你最终的收获在于基督，而非人。如果你正与对人的惧怕争战，不妨向你的朋友敞开并坦白。你可以这样说：“嘿，弟兄（或姐妹），我需要坦白最近我更在意你对我的看法而不是神的看法。我对你的言行大多出于私利，结果，我没能基于对神和你的爱去服侍你。请饶恕我并祈求神帮助我克服这种恐惧，为了他的荣耀和我们之间的友谊。”这样的坦白或许正是你需要的，它能让你开始减少对人的恐惧，从而更加爱他们。

对人的恐惧会损害你的友谊，但当你敬畏神、爱人如己时，你（以及你的友谊）才会安全。因此，当你努力运用本指南的原则去结交朋友时，请务必正确看待友谊的美好。友谊固然珍贵，却不是人生的最终归宿。唯有神才能成为你的一切。

问题反思：

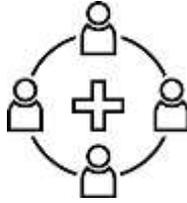
1. 你是否曾经怕过你的朋友？结果如何？
2. 为什么我们应该单单敬畏神？
3. 惧怕人与爱人、服侍人之间有何关联？
4. 我们可能会以哪些不恰当的方式惧怕朋友？



结论

还记得我的小学同学尼尔吗？我有时还会想起他。我一开始没告诉你的是——他不想再和我做朋友或许是对的。事实上，我当时对他并不友好。我没有努力去爱他、服侍他。相反，我害怕他对我的看法。结果，我制造了我们友谊中的矛盾最终让他不堪重负，他断绝了关系。我真是个糟糕的朋友。

感谢神，自小学毕业以来我成长了很多。我仍然不是一个完美（有时甚至很糟糕）的朋友。但我渴望成为一个更好的朋友并将我在这篇生活技能指南中与你分享的原则运用到实践中。我祷告不仅我自己能成长为一个更好的朋友，你也可以。我也祷告求神赐你许多敬虔的友谊在你人生的道路上给你鼓励。



尾注

1. 这看似矛盾，但需要注意的是在某些特殊情况下你可能无法做一个忠心的朋友，因为忠心可能会让你或你的朋友陷入某种危险。忠心是我们应该坚守的价值观，但它并非唯一的价值观。要判断你对某人的忠心是否已经走到尽头，可以向牧师或值得信赖的导师寻求建议。
2. <https://www.capitolhillbaptist.org/about-us/what-we-believe/church-covenant/>



泰勒·哈特利 (TAYLOR HARTLEY) 是位于华盛顿特区的 9Marks 事工的编辑总监。他与妻子瑞秋 (Rachel) 育有一子博德 (Bode)。泰勒在南方浸信会神学院获得道学硕士学位，目前正在英国伦敦神学院攻读神学硕士学位。

