

【12種要刻意結交的朋友：比你強的、經歷過大風大浪的、有趣味的】(下集)~培養終身學習宣導好文分享

1 封郵件

諮輔暨校友中心 <schoolcounseling@dila.edu.tw>

2024年4月26日 上午11:25

收件者: all_alumni <all_alumni@dila.edu.tw>, all_students <all_students@dila.edu.tw>

(接續4月22日上集)

7.要結交一些經歷過大風大浪的人

一個人在重大教訓和挫折中學到的東西，常比在日常經驗中學到的更深刻。一個聰明的人可能走得快，但一個在歷經風浪後從容穩健的人，可能會走得遠。那些經歷過無數風浪，尤其是在一個考驗中披荊斬棘、克服過巨大困難的人，如果能成為你人際圈的一部分，將很可能在你遭遇逆境時助你有效的一臂之力。

8.要找願意互相扶持的朋友

朋友有很多種，你自認親密的朋友未必真的把你當朋友，而把你當成好朋友的人，你也許並沒有把他放在心上。朋友是所有關係當中最不牢靠的一種，因為朋友不像家人有血緣的維繫，甚至不像合夥人和同事，有共同的事業目標來綁定起來。因此，如果你能遇到一個願意互相扶持、惺惺相惜的朋友，那就非常珍貴。

互相扶持的朋友不一定是親密無間的，有可能是親而不密，或者說「親密有間」，這些都是朋友交往的正常方式。與你互相扶持、互相信任的朋友，即使日常聯繫不多，但也定是在你遇到困難時竭盡所能、挺身而出的人。正如村上春樹所說：

你要記住大雨中為你撐傘的人；幫你擋住外來之物的人；黑暗中默默抱緊你的人；逗你笑的人，陪你徹夜聊天的人；坐車來看望你的人，陪你哭過的人；在醫院陪你的人，總是以你為重的人。是這些人組成你生命中一點一滴的溫暖，是這些溫暖使你成為善良的人。

9.要在書中尋找那些你一生都無法相見的朋友

讀一本傳記，你會被一個優秀的人影響和改變；看一本小說，你將被閃閃發光的主角熾熱的情感感動。你與他們從未真正相遇，但是在人生中的每一刻，你都奔赴在尋找他們的路上。一個人即便有再多的朋友，依舊需要獨處；一個人遇到苦難，即使有人相助，最終也還是需要一個人去面對。

此刻，只有那些書中的人物能陪著你一同打無常的怪獸。那些你仰望的書中的角色，哪怕看上去可望而不可及，卻總會在某一刻走進你的生活，點亮你、陪伴你，像一個溫柔的兄長，告訴你他也會遇到這樣、那樣艱難的事情，也會在某一瞬被命運擊倒。

但同時，他們也會告訴你該如何面對現實，如何應用所有認知和注意力，去打贏這場九死一生的戰鬥。要去書中尋找精神摯友，他們不離不棄、給你向前的力量。

10.要結交有趣味的朋友

酒肉朋友算不算有趣味的朋友？其實也算。人不可無癖，有時候和那些永遠沒有人生交集的人，在一場酒局裡遇見，三杯兩盞淡酒，或者是一次快意的酩酊大醉，都是難得的快意經歷。酒、茶和一個陌生人，有時候會給你帶來巨大的慰藉。

11.要交乾乾淨淨的朋友

林語堂先生說：「一個心地乾淨，思路清晰，沒有多餘情緒和妄念的人，是會帶給人安全感的。因為他不傷人，也不自傷。不製造麻煩，也不麻煩別人。某種意義上來說，這是一種持戒。」他們像大海、像山谷、像森林，純粹、清澈、簡單，能夠包容你，給你回應，讓你寧靜。

12.要找有界線的朋友

任何一種可靠的關係，都需要保有界線。我曾見過一些反目成仇的朋友，他們之間常常毫無界線可言。一方不斷侵入，一方不斷容忍，最後累積不滿，將一段關係徹底撕裂。如果一段關係宣告終結，那就學會祝福。成年人需要學會絕交，也要學會善意對待。當你絕交的時候，不要讓這場關係的收場太難看，也不要將種種朋友間的不堪往事加油添醋的到處傳播。

人生如同一段旅程，有的人會先下車，有的人會後下車，沒有一段能夠持續一生的朋友關係。他們也許只是在你無助、寂寞時來撫慰你的人，但有一天，他們完成了使命，今生或許與你再也不見，那就和他堅定而充滿感恩的說一聲再見，就好了。

摘自商周網站：金尉《靠譜：人生突圍的132條自我提升指南》一書。

法鼓文理學院

諮商輔導暨校友聯絡中心 謹上

電話：(02)2498-0707分機5126

20842新北市金山區法鼓路700號

**校友如電話、Email更新，歡迎回信告知，以利後續真確傳達母校新訊。

單位首頁：<http://cac.dila.edu.tw/>

申辦校友證：http://cac.dila.edu.tw/?page_id=972

線上捐款：<https://dila.eoffering.org.tw/contents/project>