



The Holy See

教宗濟各

2020 年第 35 屆世界青年文告

「青年人，我對你說：起來吧！」（路七 14）

親愛的青年人：

2018 年 10 月教會以世界主教會議的主題「青年、信德與聖召辨明」進行一系列的反省，為思索你們青年在今日世界中的情況、你們對生命的意義與目標的追尋、你們與天主的關係。2019 年 1 月，在巴拿馬所舉行的世界青年日中，我和來自世界各地與你們同世代的青年們相聚一堂。世界主教會議和世界青年日等活動都展現了教會一貫的面貌：我們「同行」。

在這同行的旅途上，每當抵達某個重要的里程碑，天主和生命就挑戰我們，去創造一個新的開始。身為青年，你們是這方面的專家！你們喜歡旅行，喜歡探索新的地方和人物，喜歡有新的體驗。所以我才選了葡萄牙首都里斯本，作為 2022 年跨洲際青年朝聖的地點。在十五、十六世紀期間，大量的青年、許多傳教士接受派遣，從里斯本出發，前往未知的大陸，與不同的人和國家分享他們與耶穌的經驗。里斯本世界青年日的主題為「瑪利亞起身並急速啟程」（路一 39）。在這兩年的等候期間，我想和你們一起默想二篇聖經章節，2020 年是：「青年人，我對你說：起來吧！」（路七 14）；2021 年是「你起來，為你見到的事作證。」（參閱：宗廿六 16）

正如你們看到的，「起身」或「起來」這動詞都出現在三個主題中。這些詞彙也是描述復活，描述覺悟到新生命。這些詞彙也反覆出現在我寫給你們的《生活的基督》勸諭裡——在 2018 年世界主教會議後，教會所送給你們的，連同〈總結文件〉，作為生命中一盞照亮腳前的明燈。我誠摯地希望這趟帶領我們前往里斯本的旅程，也能有豐碩的成果，能讓整個教會落實這二份文件，讓這二份文件能夠帶領那些從事青年牧靈工作的人完成使命。

讓我們回歸本題：「青年人，我對你說：起來吧！」（參閱：路七 14）。在《生活的基督》裡

，我提到福音的這一節時說：「要是你已經失去內在的活力、夢想、熱情、期盼和慷慨精神，耶穌會來到你面前，就像祂來到寡婦已死去的兒子面前一樣，並以復活之主的所有德能，勸勉你說：『青年人，我對你說：起來吧！』」（路七 14）」（《生活的基督》，20）

這段聖經章節告訴我們，耶穌剛進了加里肋亞的納因城，就遇上一位青年人的送葬隊伍，他是寡婦的獨生子。被這位寡母撕心裂肺的悲傷感動，耶穌施展奇蹟復活了她的兒子。在一連串的言語和行動後，奇蹟發生了「主一看見她，就對她動了憐憫的心，向她說：『不要哭了！』，遂上前按住棺材，抬棺材的人就站住了」（路七 13~14）。讓我們用一點時間默想主說的這番話和祂的舉動。

看見痛苦和死亡的能力

耶穌細心地觀察這個送葬隊伍。身處人群中，祂覺察那婦女極度痛苦的面容。祂看見的能力創造相遇的機會——新生命的泉源。無須多言。

那我自己看見的能力呢？當我看事情的時候，我是仔細的看，還是草草滑過手機裡上千張的照片或是社群軟體上的個人檔案？我們多常親眼目睹事件的發生，卻從未在當下親身體驗！有時我們第一個反應就是拿起手機拍照，卻沒想要和參與其中的人眼神交流。

在我們周遭，有時也在自己心中，我們可以看見死亡的現實：肉體的、心靈的、情感的、社交的。但我們有真正留意，或僅僅任由它們發生？我們可做些什麼好能修復生命呢？

我也想到你們這種年紀的人正經歷的那些負面的處境。有些人在現實的生活中孤注一擲，用極端的經驗冒著生命危險。而有些人已經「死了」，因為覺得毫無希望。有個年輕女子告訴我：「我在我的朋友中較少看到有投身的渴望，較少看到有站起身來的勇氣。」令人難過的是，憂鬱症在年輕人中日漸普遍，有時候會令人受到誘惑想要自尋短見。有多少次人們的態度皆不關心，令人感覺痛苦與自責，不能自拔！有多少年輕人哭泣，卻沒有人聆聽他們的呼求聲！在他們周圍有這麼多人帶著一副不專心和不關心的眼神，只想獨自享受自己的「小確幸」。

其他人則是虛擲光陰在膚淺的事物上，覺得自己活著，但事實上內在已經死了（參閱：默三 1）。才二十歲，他們就已自甘沉淪，而非自我提升展露真正的尊嚴。任何事都簡化為「及時行樂」，只要一點點甜頭就滿足：短暫的娛樂、稍縱即逝的關注、他人的喜愛……等。還有那些年輕人和成人都深陷其中，越來越嚴重的數位自戀症。許多人就是這樣生活！其中有些人學會了他們周遭只顧賺錢和享受人生的物質主義，生命彷彿只有這個目標。這樣長期下來，人生逐漸就不幸福、無精打采和了無生趣，越來越空虛沮喪。

負面的處境也可能肇因於個人的失敗——我們在意的和我們執著的事沒辦法繼續或不如人意地進行。這通常與學業，或是追求體育或藝術上的成功有關。「夢想」的破滅，讓人彷彿行過死蔭的幽谷一般。但失敗是每個人生命的一部分，有時而帶來恩寵！很多時候，本以為能帶來幸福的事，其實不過是泡影、一種偶像。偶像向我們需索無度，奴役我們，卻毫無回報。他們最後毀於一旦，只留下一陣煙塵。失敗若能破除偶像，那是一件好事，不論在這過程中人要受多少苦。

一個青年人也會有很多機會遇到肉體上或是道德上的死亡。我想到：成癮、犯罪、貧窮或重病。我請你們想一想這些事情，看看自己或是其他親近的人，無論現在或是過往，是否已被宣判「死亡」。同時，我也要你們不要忘記福音中那個確實已死了的年輕人，但他能夠死而復生，是因為「那一位」看見他，那個人願意他活著。同樣的事情今天和每天也能發生在我們身上。

要有憐憫之心

聖經常常論及那些體驗其他人的痛苦能「感同身受」的人，他們的感受。耶穌自己的感受讓祂能夠進入他人的生命。祂把他們的痛苦變成自己的。那個寡母的悲痛變為祂的悲痛，那個年紀輕輕的兒子之死亡變成祂的死亡。

青年人，很多時候你們一再地表現你們懂得「憐憫」人（com-passion：一同感受）。可從中看到，只要遇上需要，你們多少人就會慷慨幫忙。沒有一個災難、地震或水災，是沒有青年志工挺身並伸出援手的。青年人大量動員捍衛環境，也是青年人能夠聽見地球呼救聲的證明。

親愛的青年朋友們，別讓人奪去你們這份敏銳！願你們總能留意到受苦者的哀訴，被那些在今日世界上哭泣和死亡的人觸動。「眼睛被眼淚洗淨後，才能看清某些生活現實。」（《生活的基督》，76）如果你們學會與哭泣者同泣，你們將找到真正的幸福。你們許多同齡人身處弱勢，是暴力與迫害的受害者，讓他們的創傷成為你們的，你們在這世界上將成為傳遞希望的人。你們將能對你們的弟兄姐妹們說：「起來吧！你們並不孤單！」而且你們將幫助他們明瞭天主父愛我們，耶穌就是天父伸出的手，要扶我們起來。

走近並「觸摸」

耶穌停住送葬的隊伍。祂走近，顯露了祂的臨近。這份臨近因此轉化成使他人的生命復甦的勇敢行動、一種先知性的動作。生活的耶穌，祂的觸摸能通傳生命。這個觸摸，把聖神注入青年沒有生命跡象的身體裡，恢復他生命的功能。

那個觸摸穿透了所有現實的傷痛與絕望。那是天主的觸摸——貫穿人類的真愛，並開啟意想不到的空間，使人獲得自由、尊嚴、希望以及嶄新和豐富的生命。耶穌的這個動作，它的功效是無法估量的。它提醒我們即使一個簡單卻具體的親近記號，也都可以喚起使人復活的力量。

是的，青年人，你們也能夠走近眾人遇到的痛苦和死亡的現實。只要你們先被天主的聖愛觸碰過，只要你們的心因為體驗過天主的慈善而變得柔軟，你們同樣可以觸摸他們，並且如耶穌一樣，因聖神帶給他們新生命。因此，如果你們感受到天主對所有受造物無限的慈愛，特別是正在經歷飢餓、口渴、患病、赤身露體或在監裡的弟兄姊妹們，你們就能像耶穌一樣地走近他們，像耶穌一樣地觸摸他們，並將耶穌的生命傳遞給你們受苦或失去信德與望德而心死的朋友們。

「青年人，我對你說，起來吧！」

在福音中並未提及耶穌在納因城所復活的這位青年人的名字。這邀請每位讀者在他身上認出自己來

。耶穌對你、對我、對我們中的每一位說：「起來吧！」我們都很明瞭，身為基督徒，我們不斷地跌倒，也必須一再爬起來。只有不行走的人才不跌倒，但同樣地也不前進。這是為什麼我們要接受基督的援助並信靠天主。第一步是要讓我們自己站起來，並明白耶穌所提供的嶄新生活是美好及值得我們過的生活。因為這生活有在我們身邊一直與我們邁向未來旅程的「那一位」支持著，同時幫助我們用有尊嚴與意義的方式來度過我們的人生。

這種人生是一個新的創造、一個新生，並非是一種心理的制約。也許，在困境中，你們許多人會聽到人們重複在今日蔚為風行的「神奇」話術，這話應可適用在每件事上：「你必須相信你自己」，「你要找到你的內在能力」，「你必須要感應到你的正能量」等……。但這些只不過是話語，對真正「心死」的人毫無作用。耶穌的話賦有另一種力量，無與倫比，是神聖又蘊含創造力的，唯有耶穌的話能使喪亡的生命復活。

以「復活的人」活出嶄新的生命

福音告訴我們那個死了的青年人「開口說話」（路七 15）。被耶穌觸摸及復活的那些人，他們的第一反應都是立即開口說話，並毫無猶疑與毫不畏懼地表達在他們內心深處發生了什麼：他們的性格、渴望、需求和夢想。也許過去他們從未這麼做過，以為沒有人能夠了解。

開口說話也意味著與他人建立關係。當我們「死」了，我們便自我封閉，與他人關係斷絕，或關係變得膚淺、虛假與偽善。當耶穌恢復我們的生命時，祂也把我們「交付」給其他人。（參閱：路七 15）

今天人們經常保持「連線」，卻沒有溝通。這種肆意濫用電子設備能使我們一直「黏」在屏幕上。藉著這份文告，我要加入你們，跟你們青年一起號召文化上的改變，奠基在耶穌這個「起來」的吩咐。（現在）這種文化迫使青年人孤立與退縮於虛擬的世界，讓我們傳布耶穌的邀請：「起來吧！」祂召叫我們向超越虛擬世界的現實開放自己。這並非輕視科技，而是不視之為目的，卻要善用這項工具。「起來吧！」也是一份去「夢想」、「冒險」以及「致力去改變世界」的邀請，重新喚起你們的希望與渴望，並去默觀天空、星辰與寰宇世界。「起來吧！成為真正的你！」如果這是我們的信息，很多青年人不會再看起來死氣沉沉和筋疲力倦，他們臉上會散發出比任何虛擬實境更美的活力。

如果你給予生命，自然有人會接受生命。如同一位年輕女子所言：「當你看到美麗的事物就離開你的沙發，並且嘗試去做相同的事。」美能喚醒熱情。如果一個青年人對一件事有熱情，或更好的是對某一位有熱情，他或她會起來做一些偉大的事情。青年人會起死回生，成為耶穌的見證人並獻身於主。

親愛的青年人，你們有什麼熱情與夢想呢？你們要胸懷大志，藉此為世界、教會及其他青年在精神、藝術或社會的領域中提供一些美好的事物。我再次用我的母語重複一次我曾跟你們說過的：「你們要有所作為！（Hagan lío!）」你們要讓你們的聲音被聽見！我記得另一位青年人說過：「如果耶穌是一個只顧自己的人，那麼寡婦的兒子就不會復活。」

這位青年的復活讓他返回他的母親身邊。在那位母親身上，我們可以看見 我們的母親瑪利亞的形象，我們將世界各地所有的青年都託付於她。在聖 母身上，我們也能認出慈母教會，她渴望用溫柔的愛接納每一位青年人，無一例外。因此，讓我們懇求瑪利亞為教會轉禱，願她永為她去世的孩子們的母親，為他們哭泣並祈求他們重獲新生。任一個她的孩子死亡，教會也跟著死亡，而任何一個孩子復活，教會也跟著復活。

我降福你們的旅程，也懇請你們，不要忘記為我祈禱。

教宗方濟各

於羅馬拉特朗大殿

2020 年 2 月 11 日——露德聖母瞻禮日

(台灣地區主教團 恭譯)