



2018 年
教宗方濟各
第 33 屆世界青年日文告

「瑪利亞，不要害怕，因為妳在天主前獲得了寵幸。」(路一 30)

親愛的青年人：

2018 年世界青年日的來臨，代表將於 2019 年 1 月於巴拿馬舉行的國際世界青年日的籌畫及準備，又再向前邁進一步。我們這次朝聖之旅的嶄新階段，將與世界主教會議常規會議（主題將探討「青年、信仰與聖召辨明」），於同年展開。此一巧合，實在振奮人心。教會關注的焦點、她的祈禱和所思所想，都將轉向你們青年人；不論對天主、對教會或者對這個世界，你們都是寶貴的恩賜，她渴望能夠承接，更願意予以領受。

正如你們所知，我們已經選擇了瑪利亞陪伴我們走這次的旅程，並立她做我們的榜樣，求她為我們轉禱。天主曾揀選這位納匝肋的年輕女子，作祂聖子的母親。她將與我們一路同行，邁向世界主教會議和巴拿馬世界青年日。去年，我們受她的讚頌之詞所引領——「全能者在我身上行了大事」(路一 49)——教導我們要記住過去；今年我們要同她一起靜心聆聽天主的聲音，它能激發勇氣、給予所需的恩寵，以答覆祂的召叫：「瑪利亞，不要害怕，因為妳在天主前獲得了寵幸。」(路一 30) 這是上主的使者總領天使加俾額爾，對瑪利亞所發的言語；她來自加里肋亞的一個村莊，是個平凡的小女子。

一、「不要害怕！」

可以理解的是，天使的突然出現，以及祂奧妙的問候：「萬福！充滿恩寵者，上主與妳同在」(路一 28)，使瑪利亞深感困惑。她的身分和祂的聖召，第一次被如此揭露，令她至為驚訝；在此之前，她一無所知。瑪利亞一如聖經中記載的其他人物，面對上主召叫的奧蹟，顫動不已；祂在她面前，陳

列祂計畫的浩瀚偉大，讓她越感身為卑微受造物的渺小。天使透視她的心靈深處，說：「不要害怕！」天主也讀透我們的心，祂深知我們在生活中一定會面對的各樣挑戰，特別當我們必須面臨許多重要選擇時；因為我們在世的行事與為人，透過我們所做出的決定，表現出來。當我們面對未來、我們的生活方式和我們的聖召，而必須做出抉擇時，我們常會感到不寒而慄，被諸多恐懼和害怕所盤據及困擾。

而你們青年人呢？你們的恐懼是什麼？你們最擔心的是什麼？在你們當中，許多人心中所有「最深層」的恐懼，是害怕不被愛、不受歡迎，害怕自己本來的樣子不被接納。如今，有許多青年人感到需要做另一個自己，隱藏真實的自己，以符合一個虛假造作又高不可攀的標準。他們不斷地修飾自己的形象，躲在面具和偽裝的身分後面，幾乎要成為虛偽的自我。許多人為能被按最多次「讚」而走火入魔。這種難以滿足的缺乏感，造成諸多恐懼和不安紛至沓來。另有一些人害怕他們找不到情感的依靠，會永遠孤單寂寞。更有許多人，面對工作上的不穩定，害怕難以求得令人滿意的職場位階、並實現夢想。現在有很多青年人，不管有沒有信仰，心中都充滿恐懼。其實，那些已經領受了信德的恩賜、而且認真追尋個人聖召的青年人，並未免於恐懼：有些人認為，天主現在對我的要求、或者天主以後所要要求我的，我可能做不到；或者，按照天主給我指示的道路前進，我可能不會有真正的幸福、也無法達到天主的要求；另有些人認為，就算我走上天主要我走的路，誰敢保證我能把這條路好好走完？我會不會灰心喪志？我會不會失去熱忱？我能夠終我一生，堅持到底嗎？

當懷疑和恐懼充斥我們心中時，「辨明」勢在必行，使我們得以整理紛亂的思緒和感情，從而謹慎且恰如其分地採取行動。在此一過程中，克服恐懼的第一步，就是予以清楚地承認，以免被空虛和無以名狀的幻象所纏繞，徒然浪費時間和精力。因此，我請你們每一個人深入自己的內心，將其中的恐懼一一辨認出來。你們要問問自己：是什麼令我沮喪？在我生命中的此時此刻，是什麼最讓我害怕？是什麼把我困住，阻止我向前邁進？我為什麼在面對重大選擇時，缺乏勇氣，做出必要的決定？不要害怕誠實地面對你的恐懼，一一予以承認和接受。聖經並不輕忽人恐懼的經驗和它的諸多成因。亞巴郎曾經害怕過（參閱：創十二 10），雅各伯曾經害怕過（參閱：創卅一 31；卅二 7），梅瑟（參閱：出二 14；十七 4）、伯多祿（參閱：瑪廿六 69）和宗徒們（參閱：谷四 38-40；瑪廿六 56）都曾經害怕過。耶穌自己，更經歷了無可比擬的恐懼和痛苦的折磨（參閱：瑪廿六 37；路廿二 44）。

「為什麼你們這樣膽怯？你們怎麼還沒有信德呢？」（谷四 40）耶穌這樣訓誡祂的門徒，也幫助我們了解，通往信德的阻礙，往往不是懷疑，而是恐懼。有了這層認識，再經過辨明以後，使我們得以認清我們的恐懼，並幫助我們克服它們，使我們向生命開放，讓我們能平靜地面對不斷來臨的種種挑戰。特別是對我們基督徒而言，恐懼絕對不是最終的結局，反而應該成為在天主內、在生活中實踐信德的契機！也就是說，相信天主所賜予我們的一切都是好的，儘管歷盡變化與滄桑，心中不免困惑，卻仍信賴祂最終必引領我們到達美善。因為倘若我們隱藏心中的恐懼，我們會變得對外界漠不關心，同時封閉自己，拒絕一切人事物，結果一直無力動彈。我們必須行動！永遠不要封閉自己！在聖經中，「不要害怕」這句話以各式各樣的形式，總共出現了 365 次，彷彿告訴我們，天主希望我們一年中的每一天都能遠離恐懼，不再害怕。

當個人在生命中尋求聖召時，辨明的過程是不可或缺的。在一開始的時候，我們的聖召往往不甚明顯，需要我們逐漸地予以認識。在這種情況之下，辨明不應被視為下功夫自我省察，以期更深入的了解我們的內在性格，並以此強化我們，且得到某些平衡。倘若真是如此，這人的確能夠變得更加堅強，但他／她所擁有的可能性和所抱持的觀點，仍然受到他／她自身有限的視野所限制。不過，聖召是一份從上而來的召叫；循此脈絡，辨明主要意指向發出呼召的「他者」敞開我們自己。因此，在祈禱中，必須保持靜默，才能聽到天主的聲音，在我們的心中迴響。天主來敲我們的心門，一如祂向瑪利亞所做的；祂希望透過祈禱與我們建立友誼，藉著聖經和我們說話，在和好聖事中給予我們慈悲，在聖體聖事中與我們同在。

能與「他者」相遇並交談，也很重要；比如與那些在信仰上擁有更多經驗的弟兄姊妹們交流，他們能幫助我們擦亮眼睛，在各種可能之中，做出明智的選擇。當年幼的撒慕爾聽到天主的聲音時，他沒有馬上認出來。他三次跑到年長的司祭厄里那裡去；厄里最後對於如何回應天主的召喚，給了標準答案：「假使有人再叫你，你就回答說：『上主請發言，你的僕人在此靜聽。』」若你心中有疑惑，要知道你有教會可以依靠。我知道有很優秀的司鐸、度獻身生活的男女們及平信徒，他們當中有許多人也還年輕，他們可以支持你，作你信仰上的兄姊。他們在聖神的鼓舞之下，將幫助你消除疑惑，了解你個人的聖召計畫。這位「他者」不只是神師而已，也可以是其他人；他們幫助我們敞開自己，迎向天主所賜給我們無限豐富的生命。重要的是，在我們所處的城市和團體中，能夠創造空間，去成長、去夢想，

去拓展新的視野！絕不喪失興致，去享受他人的陪伴和友誼，享受一起作夢、一起行路向前的樂趣。真正的基督徒不害怕向別人開放自己，並和他們分享屬於他們自己的重要空間，使成為傳遞友愛的空間。親愛的青年人，不要讓你們青春活力的火花熄滅在門戶緊閉的黑暗中，而只靠電腦和智慧型手機與外界取得聯繫。請打開你生命中的重重門扉！但願你的時間和空間充滿著饒富意義的人際關係和真實的人，你可以和他們分享你真實具體的日常生活經驗。

二、「瑪利亞！」

「我以你的名字召叫了你」(依四三 1) 我們毋須害怕，因為天主首先以名字召叫了我們。上主的使者加俾額爾天使，以瑪利亞的名字召叫了她。命名的權柄屬於天主。在創世的工程中，祂一出命，萬物化生，各有其名其分；一物一人，皆不相同，其中奧妙，只有天主知道。天主與人分享這神聖的權利，邀請他為地上的走獸、天空的飛鳥和他自己的後代命名（創二 19-21；創四 1）。許多其他文化也和聖經擁有相同深刻的觀點；它們藉著名字所蘊藏的含義，揭露出生命的深刻奧秘和萬物存在的意義。

當天主以名字召叫一個人的時候，祂也會向他揭露他的聖召、他成聖的計畫和他自我實現的藍圖；藉此，這人成為給予他人的一份禮物，且是獨一無二的。當天主想要擴展一個人的生命視野時，祂會給祂所呼召的人一個新的名字，好比祂對西滿所做的——祂後來稱他「伯多祿」。從此以後，每當有人入修會，就會給他起一個新名字，用來表示他新的身分和新的使命；這已經成為教會內的習慣。由於天主的召叫是獨特的、個人的，我們需要勇氣，掙開束縛，不再承受壓力：總以為人的塑造，必須符合相同的標準。如此一來，我們的生命才能真正成為真實而無可替代的禮物，呈獻給天主、給教會和所有人。

親愛的青年人，因此，以名字被召叫，是一個標記，代表我們在天主的眼中，極其尊貴，祂是如此的愛著我們。天主以你們每一個人的名字召叫你們。你們每一個人都是天主眼中的那個「你」，非常寶貴，值得尊重和被愛（參閱：依四三 4）。你們要滿心喜樂地接納天主和你展開的這場交談，接受天主對你提出的請求，祂正以名字召叫你。

三、「妳在天主前獲得了寵幸」

瑪利亞毋須害怕，最主要的原因在於她在天主前獲得了寵幸。「恩寵」這個詞是說白白給予的愛，並不求回報。當我們知道我們不需要出示一張載滿

功績的「傑出履歷」，天主就願意親近我們、幫助我們，這有多麼激勵人心！天使加俾額爾告訴瑪利亞，她在天主前「已經」獲得了寵幸，並不是說她在未來才會得到。天使如此向瑪利亞報告，幫助我們了解，天主的恩寵是持續不斷的，不會消失，也不會稍縱即逝；因此，它永不失敗。即使在未來，天主的恩寵也會永遠援助我們，特別是在遭逢考驗和面臨黑暗的時刻。

天主的恩寵持續不斷的臨在，鼓勵我們以信心去領受我們的聖召；我們的聖召，需要忠誠的委身，並且每日更新；在我們的聖召路上，總有十字架：不只是啟程時所有的懷疑，還有一路上不時出現的誘惑。基督的門徒經常感到自己的貧乏與不足，然而他／她深知天主恩寵的幫助。

天使的話語擊落我們人性的恐懼，以「喜訊」的力量將它們粉碎，我們都是傳報人：我們的生命並非只是偶然、或者只是在掙扎中求生存；我們每一個人，都是一篇寶貴的故事，為天主所珍愛。我們「在祂眼中獲得了寵幸」，意指造物主在我們身上看到一份獨特的美好，祂為我們的生命，有一個偉大的計畫。當然，當我們意識到這份篤定時，並不能解決我們所有的問題，生活中的不確定也不會就因此消失，但的確得到力量，深入我們的生命，使之得到轉變。縱然我們不知道明天會如何，但這並非我們需要克勝的黑暗威脅，反而給我們最佳時機，生活出我們個人聖召的獨特樣貌，並將它與我們教會內和世俗中的弟兄姊妹分享。

四、在當下鼓起勇氣

當我們心中篤定天主的恩寵與我們同在時，我們就有力量在當下鼓起勇氣：有勇氣身體力行天主在此時此地對我們生命全面性的要求；有勇氣領受天主揭示給我們的聖召；有勇氣生活出我們的信仰，不必予以隱藏或刪減。

是的，當我們向天主的恩寵開放時，不可能的事也會成真。「若是天主偕同我們，誰能反對我們呢？」（羅八 31）。天主的恩寵碰觸到你們生命的「現在」，並「緊握」你們，不管你們是怎樣的，包括你們的恐懼和限制，也向你們揭露天主奇妙的計畫！你們青年人必須知道，真的有人相信你們：你們要知道教宗對你們有信心、教會對你們有信心！也請你們要對教會有信心！

一份重大的任務，被託付給年輕的瑪利亞，正因為她年輕。你們青年人有力量，因為你們的人生正處於活力豐沛的階段。你們要善用這股力量和這

份活力來改善世界，並且就從最靠近你身邊的事物開始。我希望你們能在教會內被託付以重要的責任，人們將有勇氣為你們創造空間，而你們也能妥善準備自己，以承擔這些責任。

我再次邀請你們默觀瑪利亞的愛：一份溫柔慈祥、充滿活力又具體踏實的愛。這一份愛，十分勇敢，是完全的自我奉獻。一個富含上述瑪利亞特質的教會，將永遠會是一個向前邁進的教會；她會超越她自身的限制和界線，讓她所領受的恩寵四處流溢。倘若我們讓自己實實在在地被瑪利亞的芳表所感動，我們將可以真正地活出這份愛德，它催迫我們愛天主在一切人事物和我們自身之上，去愛那些每日與我們一同生活的人。我們也要去愛那些本身看起來很不可愛的人。對最弱小者所做的服務和奉獻，是愛，它能改變我們的面容，使我們充滿喜樂。

聖納德有一篇以天使報喜的奧蹟為主題，非常著名的講道詞。我想要在最後，引用其中一段佳言，表達全人類殷切期待瑪利亞對天主的答覆：「噢，童貞女，妳已經聽到天使說，妳將會懷孕生子；妳已經聽到祂說，這將不出於男人，而是出於聖神。天使等妳回答…… 噢，高貴的女子，我們也在等待妳滿懷同情的答話…… 妳只要簡短答覆，我們就能獲得重造，再次迎向生命…… 這是整個大地所期盼的，萬物都俯伏在妳的腳前…… 噢，童貞女，請快回答。」（Sermon 4, 8-9; Opera Omnia）

親愛的青年人，你們每一個人在一生當中，將各自領受一份獨特的召叫；天主、教會和這個世界，都在等待你們每一個人有所答覆！巴拿馬世界青年日一天天靠近，我在此邀請你們準備好自己，偕同那些希望參加這場偉大探險的青年人，以喜樂和熱情，一起來相聚。世界青年日是為勇者所設立的，而不是給那些只追求安逸舒適、一有困難就畏縮閃躲的青年人。你們願意接受挑戰嗎？

教宗方濟各

梵蒂岡

2018年2月11日

常年期第六主日

露德聖母紀念日

（臺灣地區主教團祕書處 恭譯）