



#DARE TO CARE 綠色小路

造成饑餓的原因之一是環境危機：讓我們提倡生態保護行動，以便地球能夠繼續慷慨地為每個人提供他們所需的養分。

來自倡導「零飢餓」
新一代青少年



GEN3
THIRD GENERATION



綠色小路



朋友們好! 很高興聽到大家參與「給予的文化」相關的活動!
我叫斯蒂芬，今年 17 歲，感謝聯合國糧食和農業組織（糧農組織，FAO），過去兩個月，讓我有機會前往一些正在開展各種生態保護行動的國家。

環境污染正是與糧食短缺相關的最嚴重問題之一。由於我們的身體會正是受到四周環境所滋養，因此環境污染與所有人息息相關，為此展開我們大會的第二部分，**綠色小路**！

在這兩個月裡，我認識了很多在各自地區開展生態保護的年輕人：有些人無法前來羅馬與我們相聚，但他們寄來了一些美麗的照片。

這些照片將在四周展示。

布拉提斯拉瓦（斯洛伐克）：清潔多瑙河岸邊，他們收集了總計 600 公斤重的垃圾。



聖保羅（巴西）和羅馬（義大利）：生態保護賽跑。沿途收集的垃圾最多，並且最先達到終點的人獲勝。

瓦利士島（太平洋）：由一群青少年所發起的活動，島上幾個村莊的成年人也一同參與，他們在海灘收集垃圾活動。



薩爾塔（阿根廷）：清潔某個社區，收集垃圾。



2017 年，在多個國家開展了名為「環抱世界者工作坊」(Cantieri Hombre Mundo) 的倡議活動。來自中美洲各地的 160 名青少年聚集在瓜地馬拉。一群巴拿馬的年輕人來到大會，親自向我們講述當時的經驗。

歡迎！

露西亞：大家好！我是露西亞，和我一起來的有查理、丹尼爾和沙迪亞哥。

我們與其他「環抱世界者工作坊」的參與者一起為 Patzún 社區工作，該社區有 45,000 人，但水資源缺乏。而且由於持續的森林砍伐，情況持續惡化，因此我們決定必須做一些具體的事情。

森林砍伐：

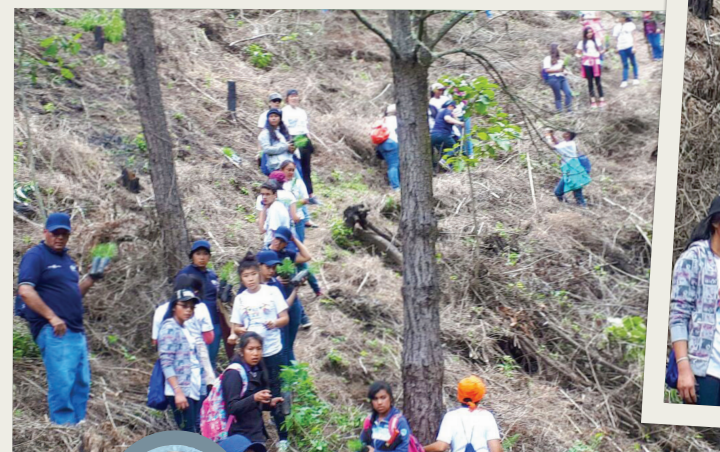
任何通過砍伐和摧毀樹木，將森林轉為耕地或其他用途，從而導致森林面積消失的行動。森林能產生氧氣、吸收二氧化碳、產生飲用水，因此非常重要。

水資源：

我們地球上所有形式的可用水，是人類和大自然存活不可或缺的元素。

我們請求與該市市長會面，他鼓勵我們採取行動在他的管轄的土地上重新造林。在「工作坊」期間，他給我們提供了一千棵小杉樹，我們一起把它們種在市政府指定的地方。

在巴拿馬的「環抱世界者工作坊」活動期間，種植了 1000 棵小杉樹以應對森林砍伐問題。



環抱世界者工作坊：由合一世界青少年發起的國際青少年工作坊，每三年舉辦一次。目的是要培育合一世界青少年擁有一種全球幅度的普世手足情的文化，學習瞭解和尊重彼此的家園，視別人的祖國如同自己的一樣。

活動分兩個階段。第一周，通過互相瞭解，讓參加者成為「世界公民」。通過這種方式，我們試圖克服由文化或歷史造成的衝突，即使是激烈的衝突，以便在世界上建立手足情誼。

第二周，我們前往東道國中不同的城市，前往「邊緣地區」開展團結互助的活動（高風險地區的專案、支援貧困和被邊緣化的行動、有利於環境的活動……）

「環抱世界者工作坊」已於 2014 年在阿根廷和 2017 年在東歐（克羅埃西亞、塞爾維亞、波蘭）舉行。計畫於 2020 年在肯亞和象牙海岸舉行。同時期，在全世界不同國家也將舉辦地方性的工作坊。

查理：真的很高興看到中美洲地區所有國家團結起來參與如此重要的行動。我們生活的環境屬於每個人，也是使我們團結一致、猶如兄弟般的首要原因。當地電視臺製作了節目，邀請居民加入我們，並參與我們的活動。我們用各自的國旗和我們的手印製成壁畫，希望以一個有形可見的標誌，來證明普世手足情是可能的。

丹尼爾：透過形形色式的遊戲，我們加深彼此的瞭解，更能在團隊中合作，而無需計較各自的來歷。

沙迪亞哥：這真是一次精彩的體驗，因為我們明白到如果我們願意互相幫助，就可以為大自然做很多事情。並且認識新的文化是多麼的美好的事啊！在瓜地馬拉，我學會了土著村莊的方言 kaqchikel，這語言源自古代瑪雅文明。斯蒂芬，我也希望能像你一

樣旅行兩個月！

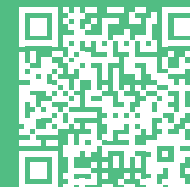
斯蒂芬：當然可以，沙迪亞哥！你還非常年輕！一定有機會去旅行的！既然你學語言這麼快，誰曉得你將能遇到多少人並為他們提供幫助呢！

「環抱世界者工作坊」的這段美妙的經歷之後，在巴拿馬還會做些什麼呢？

露西亞：我們將繼續綠色小路！目前已經有各



用手機讀取二維碼，可以看到在瓜地馬拉「環抱世界者工作坊」的活動視頻。



2017年，在瓜地馬拉「環抱世界者工作坊」開展的一些活動。



種回收廚餘的活動，例如一個餐飲公司蘇菲的戈廚房（COCINA DE SOFY）參與了「零浪費」計畫，這項計畫旨在回收和再利用剩食。

斯蒂芬：真的嗎？他們是如何做的呢？

丹尼爾：例如，製作餅乾時，他們會根據餅乾的大小對麵團的角進行不同的切割。之前這些碎麵團會被扔掉，但自從參與了這個項目，他們使用剩下的麵團重新來製作蛋糕：他們稱之為……救援蛋糕！

查理：是的！真的太有趣了，一個不常見的蛋糕名字，不是嗎？！為了忠於不扔垃圾的承諾，大家想盡辦法。例如，在公司大樓的露台上建造菜園。將烹飪使用過的塑膠容器再利用，種植如水果和蔬菜種子等廚餘，所以曾經的垃圾現在變成了一個完全有機的花園。這有助於保護環境，並且不會浪費許多人需要的食物。



斯蒂芬：你們在巴拿馬真的很活躍！我一定要去探訪你們！感謝你們來參加大會！別忘了向來自中美洲的朋友們問好。你們種植的看起來只是幼苗，但有一天它們會變成一片大樹林！

糧農組織最關心的問題之一無疑是氣候變化問題。據統計，全球有 8.21 億人正忍饑受餓（FAO, SOFI 2018）。他們大多數是農民、漁民和牧羊人，他們因著氣候引起的自然災害，而失去工作和生產食物的能力。由於工業活動造成引空氣中二氧化碳濃度增加，這是引發全球暖化的主要因素。大量的CO2導致溫度顯著升高，對環境造成非常嚴重的後果，例如一些地區的嚴重乾旱、冰川融化和水位上升。一個越來越危險的災害是，突如其來的大雨，造成毀滅性的和難以預測的洪水。不幸的是這災害已經非常普遍。今天，在現場有一位女生，親身體驗了如此驚險的災害……她是這次會議中年紀最小一位，還帶了一位特別嘉賓來！



CO2 是二氧化碳的化學式：一種在燃燒過程中形成的氣體（例如，當我們生火或啟動汽車時）。

塞西莉亞：大家好！我叫塞西莉亞，今年12歲，來自阿根廷。和我一起來的還有奶奶特蕾莎，她坐在禮堂最後面！

奶奶陪我一起來有兩個原因：首先是因為我不能一個人從阿根廷坐飛機來。還有就是因為我們一起經歷了終身難忘的洪水泛濫。

事實上，不久前在我們城市，發生了一場大洪水，造成了嚴重的破壞。許多人失去了一切。學校成了無家可歸者的避難所。

斯蒂芬：塞西莉亞，你們的房子也被毀了嗎？

塞西莉亞：很慶幸的是沒有，只有一部份損壞了。我們非常幸運。洪水讓我們所有人散發出難以想像的團結的力量。很多人都在街上幫忙，但我和奶奶沒辦法像他們一樣，所以我們決定收集食物和衣服。我們從親戚、鄰居和其他人那裡收集了很多東西，我們帶到城市的教堂。竹難與其他人所做的修復和重建工作相比，這是一個很小的行動，但我們很高興為其他人做了一些事情。

斯蒂芬：嗯，聽到一位祖母和她的孫女在如此困難的情況下能夠「組隊」幫助他人，真的是意義重大！非常謝謝你，塞西莉亞！

要抵抗全球氣候變化，每一代人都需要發揮作用。遺憾的是，僅僅思考短期計畫已經不足夠了，我們必須考慮未來，考慮我們之後的幾代人。S



已經有177個國家正在致力於遏制全球暖化及減少氣體排放。事實上，2016年4月22日，在世界地球日之際，他們簽署了一項名為《巴黎協定》的「氣候協議」。

然而，除了他們之外，我們也能夠在我們的城市中開闢一條綠色小路！

娜塔莉亞和她的朋友們正在斯洛維尼亞這樣做，斯洛維尼亞是歐洲「最環保」的國家之一，擁有15,000個自然景點。

娜塔莉亞：大家早！我是娜塔莉亞，今年15歲。我必須告訴大家，是斯蒂芬說服我來參加這次大會。我很緊張，因為不習慣在這麼多人面前說話，所以決定簡單寫下我的經歷，唸出來：

我注意到有些人經常隨地丟垃圾扔。起初，這件事非常困擾我，所以在學校看到地上的一些紙屑或瓶子，我會主動撿起來扔進垃圾箱。剛開始時，朋友們看到，就開始逗我說：「你是清潔工嗎？」他們並不是取笑我，只是對他們來說，我的方式很可笑。然而，慢慢地，他們被感染了，現在不僅僅我有保護生態環境的思想。然而，其中一位同學的情況與別不同。把紙扔在地上，似乎是他的最愛！請他撿起來，似乎於事無補。於是我替他撿起來。這樣過了一段時間，他終於無法再堅持了。現在，如果他不小心掉了什麼東西，他會對我微笑並撿起來。

別人經常對我說，如果你對每個人都謙虛和善良，你將一事無成，生活中不可能一切都是美好的，這樣我會很痛苦，因為他人會把我「踏於腳底下」。但這些微小的變化已經充分證明了：如果你微笑著並願意傾聽和幫助對方，即使你不得不妥協甚至放棄一些東西，你總是快樂的。儘管有人讓你失望、使你感到痛苦，儘管惡事仍然存在，而且每天發生，但這樣做是值得的，值得去做我們堅信的好事。



斯蒂芬：你說得對，娜塔莉亞！這非常重要！我很高興你今天決定來，因為走在「綠色小路」上，就意味著應該以你和你的朋友一樣的方式待人處事。



教宗方濟各提醒我們，環境是「我們共同的家園」。

生態文化不可被簡化為對污染、環境衰退、天然資源耗盡等即時問題的一連串緊急和局部回應。我們需要與眾不同的觀察方式、思維、政策、教育方案、生活方式。[1]

透過日常生活中的微小舉動來善盡關愛受造物的責任，是一種高尚的情操，令人寬慰的是教育能改變人的生活方式。

[2]

……我們不要以為這些努力無法改變世界。雖然我們未必能察覺到，但是這努力對社會是有益的，因為內中喚起美善，雖看無法目睹，卻會必然地到處散播。況且，這些行為可恢復人的自尊；有助人於生活中的自我成全；令人感到人生在世，真不虛此行。[3]

教宗方濟各



[1] 通諭《願禰受讚頌——論愛惜我們共同的家園》—n111

[2] 同上—n211

[3] 同上—n212



耗盡天然資源。

地球上有多種類型的天然資源：礦物（金、銀、銅、鋰……）、化石燃料（石油、煤……）、生物多樣性（生活在地球上的各種生物——植物、動物……——必須保持生態平衡）、食物資源（魚、農產品……）和水。目前，對地球資源的肆意消耗預示著它們及其儲量將完全耗盡。為了讓人類持續生存下去，每個人都需要改變生活方式，限制非再生能源的使用，提昇可再生能源的使用，增加地球的再生能力。這種再生能力因各種原因岌岌可危，首要且主要的原因正是環境污染。

娜塔莉亞：……這並不容易。我每天開始做的一些行動，對其他人來說似乎根本不重要。但我繼續堅持去做，因為我知道我所做的是正確的。令人驚訝的是，有一天，一些朋友也會開始關注這些問題。在收集瓶蓋一事上就是一個例子。回收大量瓶蓋，可以用來購買輪椅。我們四出收集，甚至變成了一個遊戲！我們樂此不疲，甚至每一天比賽，看看誰收集的最多！我不知道這是否也屬於教宗方濟各所說的「生活方式」……

斯蒂芬：當然，娜塔莉亞！就是這樣！每天愉快地愛護環境和他人是我們能做的最好的事情！

我本來應該賣個關子，但是……在第二條小路的結束時，我們將有一

個關於我們生活方式的有趣的遊戲！

現在，在遊戲之前，我們還想跟大家分享兩個寶貴的經驗。第一個是一群來自東南亞緬甸的年輕人。在那裡，卡拉是眾多致力於尊重環境團體的一員。她來到現場！

卡拉：大家早！我叫卡拉，今年15歲。很遺憾我仰光的朋友不能全都來參加這個重要的大會，於是我們一起寫了一封簡短的信。現在唸給你們聽：



親愛的零饑餓大會的年輕朋友們：

我們是緬甸的青少年！我們寫信是想與你們分享一些我們致力於保護環境的美好經驗。這表示我們在仰光開始了一條真正的綠色小路。

從2005年起，一項名為「合一接力跑」的倡議已在世界各地開展，這不僅是一場爭取和平與合一的接力賽，也是開展團結和志願服務的機會。

我們與社區的 70 位青少年一起，去了仰光郊區的一個貧困社區，找到了這是一家小公司：芝芝（ChuChu），這家公司致力於使用可循環再用材料（尤其是塑膠）來製造其他產品。我們決定一起合作來清潔打掃社區，並為整個周邊地區進行生態教育。

如此，遵循三個 R（在英文中是回收(Recycle)、減少(Reduce)和再用(Re-use)) 的原則，我們著手收集垃圾，從街道到運河。活動開始後，附近的一些居民，尤其是兒童和年輕人，自發地加入了我們的行列，總共有 100 多人參與清潔打掃的活動。

大掃除後，中午我們做了「時間暫停」（Time Out），為中東及所有在戰爭中的國家，特別是我們自己國家的艱難處境而默禱。

午餐後我們開展了生態教育，我們用一段視頻解釋塑膠對環境造成的破壞，並開展了一個如何回收不同材料的創意和遊戲實驗室。

我們希望未來可以從這項倡議中產生更多其他的想法和主意！

我們永不放棄！我們將繼續與你們一起走在綠色小路上！朝著#ZeroHunger（零饑餓）的目標邁進！;-)

祝大家有一個愉快的會議！

仰光的青少年

2018年10月 於緬甸仰光

Ps. 在「合一接力跑」活動期間，我們收到不少向大家問好的留言！



時間暫停：世界許多地方，每天在當地時間中午 12 點靜默或祈禱。更多资讯：<http://www.teens4unity.org/en/cosa-acciamo/time-out/>

「我很高興，但也有點擔心我們的地球。我學到了一個我不會忘記的教訓。」

「這是我第一次在街上收集垃圾，很高興參與了這樣的活動，我已經為下一次做好了準備。」

「我發現我們是環境問題的根源。」

「為了這個地區的未來，我想把這種生態體驗傳達給周圍的人。」

「我對這次垃圾收集活動感到非常滿意，並希望繼續採取三個 R 的行動：回收、減少、再利用！」

合一接力跑：由合一世界青少年所構想的世界和平接力賽，一年一次：24 小時內，在世界各地每個時區的11點到12點舉行。從2018年開始，接力賽的參與者們也都致力於實現零饑餓的目標。

www.run4uunity.net

生態教育：幫助我們改善生活方式的培育，不只教導我們如何不破壞地球，更是如何保護我們這一代和後代。

斯蒂芬：謝謝卡拉，我認為這熱烈的掌聲已經表達了一切！我們也不會放棄！

現在讓我們認識一下瑞士沙夫豪森小鎮的三兄弟！他們在哪？啊，他們在那裡！

當我們談論綠色小路的時候，我們不僅在談論環境，也包括健康和運動！對嗎？

馬丁：是的！大家好，我是馬丁。

即使瑞士還沒有在世界盃中得到冠軍，但在我的國家，有很多人熱愛這項運動！我們社區附近的運動場，情況非常糟糕，所以我們決定徹底翻新。我們與社區的朋友一起商量，並向他們提出如何賺取必要資金的想法。沒想到大家都同意了！所以我們全情投入這個挑戰中！

第一個想法是照顧我們鄰居的孩子一天，我們把一個星期六空下來，陪鄰居的孩子們。我們和他們一起玩，而且在午休時間一起做義大利面！我們玩得很開心！

第二個想法是準備和銷售聖誕餅乾。有一些成年人自發地幫助我們，於是我們一起工作了一個下午。最後，我們有「一大堆」美味的餅乾，而且在第二天就全賣掉了。

到目前為止，我們已經籌集了 550 歐元，但我們並沒有停止！我們已經在計畫接下來的行動，我們也想去找我們的市長，告訴他我們在做什麼……





斯蒂芬：當然！你一定要去找他！也許他會幫你們！
他會很高興有你們這樣的公民，努力修復運動場！

在這次關於「綠色小路」的對話也提出了很多問題。
現場與我們一起的有盧卡·菲奧拉尼教授，環境
問題專家；國家新技術、能源和可持續經濟
發展機構（ENEA）研究員，同時也是義大利
羅馬三所大學：至聖聖母大學、馬孔尼和
羅馬第三大學的教授。

教授，我想請教您一些問題，這些問題都是來
自在座的青少年，首先：

我們意識到地球的環境危機非常嚴重，只有改
變我們和世界上每個人的生活方式，才能使地球
重拾希望。在您的看來，我們應該特別養成哪些習慣來促



進改變？

盧卡·菲奧拉尼：首先要改變的是我們的眼睛和我們
的心。讓我們的眼眸在大自然的奇觀中尋找偉大的
主的臨在。或至少尋找某一物件，觀察它是多麼的美
麗、偉大、和諧……大家願意試一試嗎？今天試著
把你的眼睛從手機螢幕上移開，盡可能遠離城市的
燈光，看看滿天星斗的天空。然後告訴我你們的收
穫……

接著是改變我們的心，實踐金科玉律：「凡你們願意
人怎樣對待你們，你們也要怎樣對待他人。」為什麼
呢？因為我們希望我們的子孫後代能生活在一個美好
的地球，就像我們父母和祖父母留給我們的一樣。此
外，抵制消費主義和拋棄式文化有助於讓我們與那
些或近或遠的、在今天擁有較少的人分享一切。



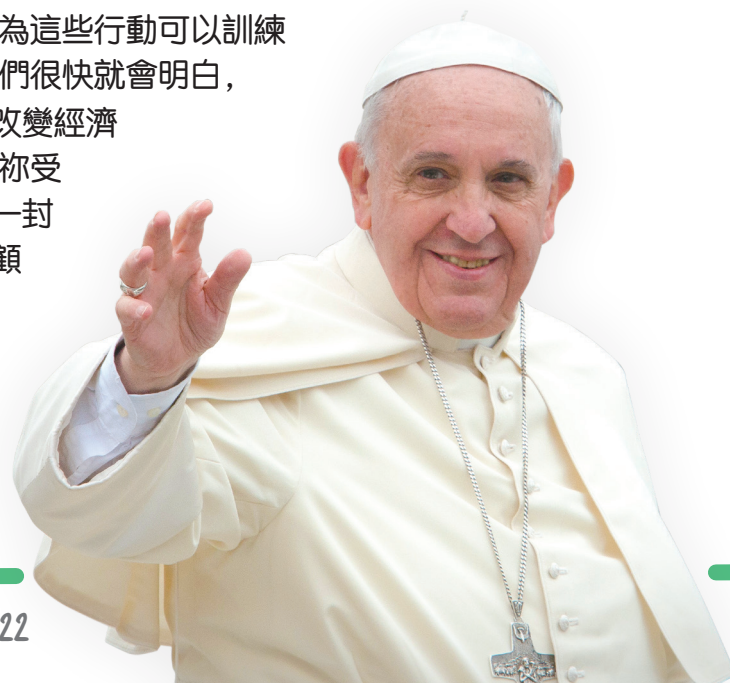
盧卡·
菲奧拉尼



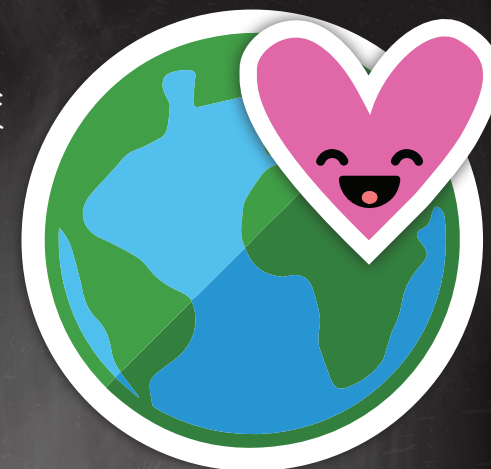
拋棄式文化：這是消費主義的結果，它導致我們擁有許多東西，並且即使東西仍然有用，我們依然習慣性地將它們扔掉，而不是再利用或回收。尤有甚者，在沒有真正需要的情況下購買東西。就這樣使東西失去價值，我們對身邊人的浪費或需求變得冷漠，導致我們遠離那些弱小、貧窮、孤獨的人。

斯蒂芬：謝謝教授。第二個問題正是因為聽了大家的經驗後而提出的。我們青少年有能力做出支持生態保護的小舉動，也許在我們的學校或居住的社區開始。您覺得這些小舉動有用嗎？我們還能夠或應該做些什麼？

盧卡·菲奧拉尼：非常有用，因為這些行動可以訓練我們改變我們的眼睛和心靈。你們很快就會明白，改變發展方式的必要性，也就是改變經濟和社會的運行方式。同時，《願祢受讚頌》是教宗方濟各寫給全球的一封信，邀請大家一起來照顧關愛這個地球（見旁邊的方框）。你們可以進行當中推薦的一些活動來自我鍛煉。



- 減少使用暖氣，而身穿較暖和的衣服
- 減少塑料和紙張的使用
- 節約用水
- 做好垃圾分類
- 不烹調過量的食物
- 關心其他生物
- 使用公共交通工具或共乘車輛
- 種植樹木
- 關掉不必開的燈
- 飯前及飯後感謝天主



綠色小路在行動

對我們來說愛護環境似乎很艱巨，但聽過我們的青少年們的經驗和菲奧拉尼教授的話，可以明白到，我們每天不斷堅持去做一些小舉動，可以帶來改變，改變我們看待世界的眼睛，讓我們的心激勵我們的行動。

但是……我們充分瞭解到有哪些「好習慣」，有助保持地球的健康嗎？讓我們玩個遊戲，找出答案吧。在這一章中，我們提到了一些「好習慣」，你還能找出其他的嗎？

準備好了嗎？請大家在一張紙條上寫下一個「好習慣」，使我們的生活方式更環保。請盡可能寫最多的紙條，然後把紙條折疊起來放在一個盒子裡。

行動起來：每個人輪流從盒子裡抽出一張紙條，試著讓小組成員猜一猜紙上所寫

的「好習慣」。如何猜？以身作則！意思是你不能說話，需要把紙上寫的「好習慣」演出來。如果一個人很難演，他可以請一位朋友幫忙。



大家學到了什麼呢？

讓我們進行分組討論。

- 試著反思一下……就像這個遊戲一樣，很多時候我們不說話，但通過一個動作、一個良好的示範，就勝過千言萬語。你有沒有學到一些之前不知道的、對保護環境有用的「好習慣」呢？是哪一些？
- 哪些「好習慣」已經成為你生活的方式？在哪些方面你認為可以作出改進的呢？
- 你覺得最難實行的「好習慣」是什麼？可以做些什麼來幫助人們養成此習慣？
- 在你們寫下的「好習慣」中，有沒有你認為對你的家庭或你的城市特別重要的？是哪個？為什麼？

材料：記號筆，紙張。

遊戲升級：

- 分組比賽。組成兩支隊伍。遊戲以相同的方式進行，但猜對「好習慣」的人，他所屬的隊伍將會獲得1分。哪支隊伍能得到最多的分數？
- 繪畫比賽！把「好習慣」的情景畫出來讓他人猜。如果你不擅長畫畫，可以一個朋友合作一起畫！

綠色小路