

青年牧靈的法寶

探討牧靈方法論

章薇¹

本文結合理論基礎及實務經驗，首先從牧靈角度看台灣教會青年的狀況；繼而在方濟各教宗《生活的基督》勸諭指引青年牧靈途徑的光照下，分析本地青年團體發展的一些重要元素；最後探索有效青年牧職的模式與方法，並提出建言，對青年牧靈工作者具有啟發及參考價值。

導言

牧靈神學方法論是在牧靈行動以及神學反省之間做整合性的研究。其間的種種關係，在天主聖言光照下，對教會以及社會的實踐、行動，有意識的批判與反省，是連結基督徒信仰傳統和當代人類經驗，即一方面詮釋天主的啟示，另一方面深入人類經驗，把福音訊息轉化成對當代人有意義的訊息，與當代人的處境與問題有關係。² 因此，所採用的方法論內涵是牧靈

¹ 本文作者：章薇，仁慈聖母傳教會修女。曾任新事社會服務中心主任 22 年；現任天主教修會會長聯合會全人發展組執行秘書，並於本院教授「天主教社會思想」。

² 章薇，〈社會議題與神學關懷的方法論〉，《神學研究方法論》（台北：光啓文化，2017），272~273 頁。

神學與人文科學、社會科學的跨學科整合領域³，同時，也與社會、教會實情息息相關。

青年牧靈屬於牧靈神學的特別群體對象。本文分為三大部分，每部分都引用專家的理論基礎以及實務經驗者的見解：(一)面對台灣教會青年狀況，此處引用專家的反省及分析青年參與堂區情形，探討青年期的身心方面及道德、信仰發展的階段需要，然後，從專家看教會青年對生命的渴望，並訪談個別青年，包括他們對於信仰的體驗、對於堂區的看法及需要，做為反省基礎。(二)在教宗《生活的基督》勸諭指引青年牧靈的途徑的光照下，分析本地一個青年團體個案的文獻，並訪談一個青年團體的輔導實際經驗，藉此綜合出從事青年牧靈必須掌握的一些重要元素。(三)對青年牧靈行動模式提出建言，並建議堂區、教區可規劃及推展的方式，這是參考國內外教會青年牧職工作的牧靈實務文獻。

本文的限度是缺少全面性、可信度高的天主教青年、青少年的調查研究資料為基礎，致使無法精準聚焦目標群體，容易使探討方向流於瞎子摸象。另外，本文參考的相關資料及文獻，各領域對於青年年齡層的界定，都各不相同，因此形成關切青年牧靈對象的需求涵蓋很寬廣的範圍。

本文主要提供牧靈神學有系統的原則和途徑，不涉及具體的實務方法、技巧與活動設計；後者是在青年慕道、青年教理

³ Casino Floristán, *Teología Práctica* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2009 5th edition), p.297.

講授、青少年宗教教育、社群媒體福傳、營隊活動等領域探討。

一、從牧靈角度看教會青年的狀況

（一）台灣天主教第三次福傳大會呈現青年的情況

教會為準備第三次福傳大會，曾經於 2018 年針對全台灣的教育區、堂區、司鐸、修女、教友做過調查，對教友調查發出問卷 550 份，收回 335 份，有效實際分析份數是 256 份。⁴ 由於近三分之一的堂區沒有填寫問卷，統計教友的人數及各年齡層的分布只能用推估方式，資料雖不準確，但是從數字比率看仍有參考價值。⁵

有關堂區所屬教友人數以及參加主日彌撒的各年齡層教友數據中，可做比較如下：⁶

年齡層級	堂區所屬教友數	主日感恩教友數	堂區幹部數
青少年：14 歲以下	7,480	3,621	50
青年：15~24 歲	7,963	3,140	205
壯年：25~44 歲	16,812	6,778	843
中年：45~64 歲	22,839	10,929	2,373
老年：65 歲以上	17,306	8,885	937
合計	72,400	33,353	4,408

⁴ 羅志偉，〈繼往開來的福傳大會〉，《神學論集》203 期（2020 春），25 頁註 5。

⁵ 同上，28 頁。

⁶ 同上，29 頁。

從圖表顯示，可推估的各項目人數分析，堂區各年齡層中青年人數佔堂區總人數的比例約 11%，壯年佔總數的 23%，合計約三分之一；主日參加彌撒的教友中青年佔 9%，壯年佔 20%。我們假定主日參加彌撒的教友是比較熱心投入信仰生活的，這類青年佔總堂區教友數的 4%，壯年佔 9%，共約 13%。按照世界青年日所界定青年年齡是 15~29 歲，顯示堂區青年教友人數偏少，參加主日彌撒的青年教友更少。

在福傳大會的決議案中，沒有專門針對青年教友離開教會的議案，只涵蓋中年人一起看待，表達出希望堂區掌握中青年，爲了他們能夠發展靈修生活，願意服務堂區工作。⁷

羅志偉神父反省這份調查的分析，指出有些成功聚集年輕天主教教友的經驗，關鍵因素是顯示出生命的活力，能夠吸引其他堂區的年輕人。他指出：「只有年輕人和充滿活力的群體經驗，才能吸引年輕人，但是許多堂區卻缺少青年的數目，來啟動這樣聚會過程的方式和方法，因此迫切需要各教區的帶頭，有系統地籌劃彼此之間計畫的合作，也需要更多資源，並盡可能培育更專業的領導者。」⁸

（二）青年階段的發展特質與需要

我們對於青年的信仰培育、福音傳播、慕道及牧靈陪伴，首先須依循青年期的階段發展特質與需要，選擇適合該階段發

⁷ 同上，45 頁。

⁸ 同上。

展需要的信仰題材、內容和陪伴的方法，也就是適應如同聖經描述耶穌在恩寵和人性方面的逐步成長：「耶穌在智慧和身量上，並在天主和人前的恩愛上，漸漸地增長」（路二 52），才不至於揠苗助長或是事倍功半。在青年期階段與成人的人格、信仰發展密切相關的，有幾項值得我們關注：

青年前期（15~18 歲）活動力強，到了後期（18~29 歲）趨向能夠控制；前期感情方面比較情緒化，但仍可控制，會覺得不安全；到了後期，情緒一般較為穩定。在思考能力方面，青年前期（15~18 歲）抽象思考正萌芽，可和具體思考並用，趨向邏輯、哲理思考、反省能力逐漸加強，常以假設性問題探索信仰及挑戰聖經，亦常思考有關人、神、世界的問題。⁹

這時期注重尋找自我認同。按照心理學家 Eric Erikson 的心理社會發展理論的八階段，每階段有發展重點與危機，且是逐步於各階段發展的；而青少年、青年前期（12~18 歲）是面對自我認同及角色混淆的時期。自我認同是自我定位，會影響到後來的職業、性別、人生觀，是人生重要的基礎。天主的價值觀、天主的眼光有助於青年期自我肯定、確立價值，可有力地幫助青年期擺脫別人的期待和掌聲，獨立活出天主子女的形象。¹⁰

心理學家 Lawrence Kohlberg 研究道德認知發展理論，青年前期是從以自我中心發展到尊重他人的階段；倫理道德方面，從順應習俗階段的注意人際和諧為準則，到以權威和社會秩序

⁹ 駱玫玲，《牧養主的 Young》（新北：華神，2008），29 頁。

¹⁰ 同上，30 頁。

(多數人的意見和福利)為準則；青年前期也有偶像崇拜的傾向，無論教會輔導、社會上有影響力或魅力的成人，都會對於此時期青年的道德觀產生影響力。¹¹

而信仰發展理論的專家James W. Fowler也在六個信仰發展階段中，指出青年期的信仰發展，是從順應家庭或密切關係人物而接受的信仰，跨越到自己選擇、自己決定的信仰。不過，他們一方面會對於傳統信仰產生質疑，另一方面又會受到教會的領導、輔導、有密切關係的信仰團體或成人所影響。¹²

(三) 從牧靈角度看影響青年的社會現象

台灣基督教研究青少年、青年牧靈學者認為，後現代主義對青少年、青年的影響很大：「他們用『看』取代『讀』，注意力縮短，善用高科技網路媒體，重視感官經驗，偏愛輕鬆多元化，排斥刻板規條、形式與儀式化的聚會。」¹³ 此外，他們所處的時代還造就了以下特徵：

1. 他們是在網路世界成長，在社群媒體上分享心情、交友，慣於在網路上娛樂甚至生活。
2. 由於家庭解組、成人工作忙碌，青少年、青年前期忙著補習，學業壓力大，加上離婚率高，家人團聚、交談的時間很少，影響青少年、青年的身心靈。

¹¹ 同上，30~31頁。

¹² 同上，31頁。

¹³ 同上，34~35頁。

3. 色情、錯謬的性觀念隨著網路而四通八達，基督徒青少年、青年也受影響，成為輔導的難題。
4. 由於網路生活佔據青少年、青年的日常時間及心靈，缺少個人獨立安靜與思考的時間及空間，導致年輕人越來越晚熟，這意味著信仰的成熟度也在延後推遲，因為信仰生活需要思考、分辨與實踐。¹⁴

（四）教會青年的渴望

1. 對生命的渴望

雖然前文提到當代青年對於教會輔導、牧人而言有許多挑戰，但是從事青年牧職服務的人必須先聆聽、了解青年的需求，以及他們最深的渴望是什麼？有什麼問題？否則我們的宣講、牧職服務、活動無法打動青年的心，不能吸引他們，更不能協助他們成長，我們的回答可能是雞同鴨講，或是隔靴搔癢。

全球企業高管的靈性導師古倫神父（Anselm Grün）雖已七十多歲高齡，面對今日的青年狀況，根據他多年陪伴及靈修輔導年輕人的經驗，他提到：「教會青年事工變得單調的原因在於，信仰不是被縮減到只剩下神學和聖經研究，就是只剩下道德要求。如果我們不斷只跟年輕人談社會正義或神學思想，這是在苛求他們。」¹⁵ 他指出信仰必定包含反省及經驗，而傳統教會

¹⁴ 同上，34~37 頁。

¹⁵ 古倫神父、吳信如合著，吳信如、鄭玉英譯，《如何回應年輕人的生命渴望》（台北：南與北文化，2019），6~7 頁。

專注於反省，卻忽略了他們對靈修經驗的渴望。因此，青年牧職服務的前提，便是聆聽年輕人的渴望。¹⁶ 他綜合出年輕人有七種生命的渴望，這些渴望都是屬於存在性的，在會遇天主、信賴天主的經驗中，才會得到滿足與提升，值得我們關注：¹⁷

- (1) 找到自我認同：這階段的年輕人想要在生活中找到自己的定位；年幼時所清楚的身分認同已消逝，新身分認同還沒有找到。自己獨一無二的特質是什麼？如果沒有面對自己內心、或是沒有自我認同的答案，就會處於認同危機中。
- (2) 自由的生命：年輕人渴望自由，不願被管束，想自己去體驗生命、自己去發現什麼是適合自己的。他們一方面享受自由獨立，另一方面又擔心自己如和同儕不一樣，會被排擠、拒絕、被孤立，有同儕壓力。當面對新的社群傳媒，年輕人有隨時上網的壓力，及與朋友聯繫的壓力。古倫指出：年輕人非常依賴別人的意見、非常想獲得別人的關注與肯定，而獲得關注與肯定的對象是同儕，這種不自由甚至會導致病症。古倫肯定信仰才會引導到真正的自由，在天主內找到根基的人，才能碰觸到真正的自己，也才能不畏懼他人的心態、不必滿足別人的期待，做真實的自己。
- (3) 自信與信仰：年輕人對於「信任」有強烈的渴望，包括信任自己、信任別人，而這與信任天主密不可分。自信是持守真正的自我，也就是天主所創造的我；真正的自信與內

¹⁶ 同上，8~9 頁。

¹⁷ 同上，13~53 頁。

在自由有關。古倫提到，自信是無法呼籲而產生的，主要是要被人信任的經驗。因此，藉由信任年輕人，靈修輔導、一起祈禱的團體或信仰團體，可使年輕人感到被扶持、被信任。

- (4) 成功的人際關係：年輕人渴望友誼、渴望異性（含友誼及戀愛），但又害怕親密關係；他們怕被拒絕、不敢表白也不敢接受別人的表白。另一種矛盾是渴望忠誠、渴望穩定、渴望成功的戀情，但又怕愛的感覺會消失。在這種渴望與害怕的掙扎中，信仰會給予信心；在尋找友誼及伴侶的過程中，能夠幫助找到正確的尺度及面對現況的態度，幫助年輕人學習愛，學習接受人際間的愛的限度，而調整期待，加強警覺對天主絕對的愛的渴望，從天主無限的愛得到友誼及婚姻愛的力量。

- (5) 在生命中找到意義：年輕人迫切想尋找生命的意義，但在多元世界中，「意義選項」太多，致使年輕人苦惱或是懷疑，甚至對於真能找到生命的意義感到絕望。古倫神父解釋，生命的意義有兩層答案：一是活出天主所創造的自己，也就是獨一無二的自己與具有的特質，以自己的生命傳達出天主的某些特質；二是自己靜默在天主前聆聽，天主召喚我什麼？給我什麼任務、什麼使命？

年輕人需要驅使自己採取行動的生命意義，唯有如此，他們才能成長、超越、為別人付出，也才會快樂幸福。古倫引用著名的心理治療師 Viktor Frankl，他運用意義治療幫

助我們找到生命的意義，它包含三個領域：首先是生命體驗的價值，體驗生命中的美好點滴經驗；其次是創造性工作的價值，可以發揮自己的才能，並成功完成這些工作或任務；三是「正確態度」的價值，這種價值在我們遭遇生病、痛苦、失去所愛的人等生命困難的時刻更是重要，因為是我們對於生命不順、失敗、痛苦所採取態度的回應，而信仰可以賦予生命的意義。

- (6) 留下自己的生命足跡：也就是如何用自己的生命去形塑世界？如何以我們所想、所生活、所感覺的去影響周遭環境？雖然我們不是有權有勢的人，但仍會以某些型態或是與別人一起形塑世界。我們內在的能量、人生夢想、我們專心投入的以及深深被觸動的，還有我們生命中受傷及痛苦、不足的時刻，都能發現我們曾經留下的生命足跡，這些足跡可能使世界更加明亮、更溫暖或是更人性化一些。
- (7) 為什麼還值得活著？一些年輕人看到事情越來越糟糕、環境受破壞、充滿暴力，或是遭遇絕症、失業、生活沒希望……而詢問有什麼值得活下去？古倫指出，信仰使人看到每個生命都值得活；生命不是一直只有健康、強大和成功的面向，從信仰角度，軟弱和生病會讓我們看到生命呈現出真正人的價值、獨一無二的人格特質。在我們生命遭遇挫敗、不幸的事情、人生計劃受阻時、和所愛的人分手……這一切都激勵我們穿越困難和障礙，奔向天主。

2. 對於教會生活的渴望

筆者訪問了大博爾青年團體一位活躍的青年，他分享印象深刻的牧靈活動經驗，是大博爾團體曾為年輕人舉辦的「你在我眼中是寶貴的」營隊：「那次課程邀請一位美國講師 Dr. Carol，課程中讓我意識到自己的身分是天主所鍾愛的孩子，我的生命不僅是社會對我的期待而已」。他的分享反映出一般青年的成長，需要擺脫別人期待自己的生活，而直接體會到自己是天主所鍾愛，這也是自我認同、自信、自我肯定最堅實的基礎。

這位青年提到他的團體注重團體決策，例如推動祈禱會、舉辦營隊活動，甚或團體是否接受邀請等等，都是經過團體討論、分辨、決定，注重以團隊方式籌畫、執行。

對於舉辦年輕人的活動，他建議給年輕人更多自由選擇的空間，也就是「信賴」年輕人，相信青年們會負責任地選擇符合他們所需。因此，這份信賴應反應在課程時間的節奏中，包含安排更多的曠野時間（沉澱時間），讓每個人可以找一個地方安靜下來，花時間與自己相處、與天主相處、與天主聊一聊。

關於青年不積極參加堂區活動的看法，他認識許多年輕人曾表達堂區有太多對他們參加服務的期待（即承擔教會工作），因此願意服務的年輕人在還沒認識自己的界限狀況之下，很快就將自己的熱情消磨殆盡。換言之，年輕人首先需要被陪伴、聆聽、理解、同行，才能談服務，當然，在服務過程中永遠可以更認識自己以及認識天主，但這平衡很難拿捏，這也是為何會常聽見青年說的：好累、好忙、好多工作、我先避開……等。

他認為不想參加堂區活動的青年人也有另一部分理由是：有些長輩比較會說教，而不願意聆聽、不能同理年輕人的需要及聲音，因此產生代溝，無法互相理解。在這種狀況下，年輕人很難感受到受歡迎。

他也表達年輕人在堂區看到長輩關心他們、有時候簡單地開門迎接他們，就讓他們感到如同家的溫暖。

二、青年牧靈關懷的亮點

（一）體現共議精神的青年牧靈關懷的指引方向

教宗方濟各的《生活的基督》勸諭第七章青年牧靈關懷中，指出有效的陪伴、關懷青年的方向及重要元素，也可供回應第一部分敘述的青年各方面發展需要，及教會青年對於生命的渴望、對於教會生活的渴望。茲將重點摘要如下：¹⁸

1. 青年自己是青年牧職的執行者：青年熟悉同儕的關切、語言及問題所在，也有能力並知道如何採用吸引青年的新方法或是策略去籌辦活動，也知道如何善用資訊、各媒體、網路去福傳。
2. 青年牧靈是同道偕行的體現：它按照聖神恩賜的神恩而全

¹⁸ 教宗方濟各，《生活的基督》（台北：天主教台灣地區主教團，2019）第七章，202-246 號；及 Fr. Matthew P. Schneider, LC, “Study Circle Guide, CHRISTUS VIVIT” (REGNUM Christ Spirituality Center), Ch.7, p.15，取自 <https://rcspirituality.org/wp-content/uploads/SCG23.pdf>

體參與，共同負責，珍視多元。

3. 藉著種種行動、以福音初傳的訊息，喚起青年信仰的經驗：讓青年人在青年的環境中福傳，重要的是每位青年都有勇氣，在其他青年的心靈撒種。讓青年體會到親切、愛的語言、建立關係、碰觸到生命、喚起希望和渴望；進而，願意獻出生命、為青年而活、與青年同在。簡言之，青年願成為言行一致的人，尋求適合的方法，以青年的語言表達初傳的訊息。
4. 信仰培育：協助青年體會天主的大能，讓已經經驗過天主的青年在發展過程中日益成熟。值得注意的是，教宗告誡在信仰培育方面，不只是大量集中於培育教義、倫理、當今世界的惡事、教會訓導、貞潔、婚姻、調節生育等，致使許多青年感到憂悶，建議首先喚起及深化那支撐基督信仰生活的經驗，體會偉大的愛。勸諭指出，青年培育項目雖應包含教義及倫理，但必須圍繞著兩個主軸：一是初傳的經驗，藉死而復活的基督與天主相遇的基礎經驗；另一是發展友誼、團體生活及服務。尤其應注意青年對於天主的愛及對生活的基督有個人的體驗。勸諭建議各種方式協助青年去體驗，諸如見證、歌曲、敬拜時刻、聖經反省，也要明智使用網路等。
5. 建立適合青年的環境：培養誠摯接待青年的能力及空間，使青年獲得肯定及有安全感、歸屬感的學習成長，營造友愛的環境和吸引的空間，這環境不會使青年感到受檢視和

被判斷。提供青年和他人聯繫的環境和途徑，有助於學習、社交與建立關係的能力，能夠自在地尋找生命的意義，互相分享信仰。

6. 牧職服務的重要清單是：植根於文化的靈修培育、靜默祈禱、朝拜聖體、參與聖事、以聖言祈禱、善用禮儀年曆的節日慶典，還有助人的服務事工，納入藝術的表達。
7. 在青年中栽培領袖：讓領袖發展神恩及領導力，堂區或團體不要加上障礙、規條及控制。同時，這類領袖不是菁英或是自我封閉式的，而應與團體連結，能夠聆聽及代言，並包容貧窮的、脆弱的、受傷的成員。這是「大眾」領袖，讓大家分享共善，有能力領導大家都參與，即同道偕行，不會讓窮人、弱小者、受傷的人落單。

（二）青年信仰團體發展的啟發

1. 青年牧靈關懷的成功案例：大博爾團體

筆者發現，台灣教會其實已有青年信仰團體實際印證了《生活的基督》勸諭中，青年牧靈關懷的重要元素，而且是成功案例。這裡以大博爾團體為例，透過這個歷經十年以上的青年信仰團體的個案分析，可綜合青年牧靈關懷的重要元素如下：¹⁹

- (1) 營造一個環境或是空間，讓青年與天主相遇很重要，這是一切美妙經驗的開始。這空間不一定是美輪美奐或很大，

¹⁹ 參：王郁萍，〈信仰小團體之個案研究與啟發〉《神學論集》203期（2020春），82~93頁。

主要是具備可以朝拜天主以及祈禱的氛圍。

- (2) 大博爾團體有兩位領導，他們自身的信仰皈依經驗都是以基督為中心，譬如朝拜聖體的深刻體驗。而當然地，耶穌基督也成為他們規劃青年信仰培育的目標。重要的是，他們的信仰深刻體驗，是凝聚各方人士參與的動力。並且，他們也深刻體認到，服務教會只靠熱誠是不夠的，願意給予各項信仰培育的支持。
- (3) 建立信仰團隊是團體發展的首要，並優先注重青年的信仰生命獲得滋養，學習在天主內深刻祈禱，依靠天主的力量，而不是靠自己的力量。大博爾團體藉著寒暑假的信仰培育活動，發展到每月一次的祈禱會、明供聖體，繼而增加到每周一次的聖言誦禱，體會與耶穌基督有親密的關係，使基督成為團體的中心。
- (4) 青年團體在聖言、聖體的滋養下，信仰培育逐漸趨向多元而活潑的方式，包含了以主日福音為主的生活分享、穿插青年教理培育、加重聖經研讀的比重；每年寒暑假的營隊活動融合了信仰教導、敬拜讚美、禮儀與讀經祈禱、靈修等，很豐富地滋養了青年的信仰成長。
- (5) 堂區熱心婦女支持青年團體，在冬、夏令營中協助餐食、募款，教友們自動擔任「大博爾爸爸、大博爾媽媽」，共同營造一個信仰的家庭環境與氛圍，堂區也進而興盛、活化了起來。在此成長的年輕人並不停留在自己團體的安樂圈中，他們從事音樂福傳、街頭福傳、文字福傳及網路平

台分享信仰見證，更到其他團體或教區推廣朝拜聖體等。

2. 聖若望修會青年團體發展的重要元素

另一個吸引年輕人參加的群體²⁰，歷經 20 年以上，筆者訪談曾是此團體的輔導神師，綜合出聖若望修會青年團體發展的重要元素如下：

- (1) 最初是來自輔導神父們的神恩為基礎，也就是注重靈修，以朝拜聖體與參加感恩祭為主的方式，禮儀注重營造祈禱氣氛、動人的祈禱歌曲，培育是引導青年建立與主親密的關係，除了激發青年的感動及愛慕天主之情外，還強調在信仰上理性地認識天主，並思考、探討相關的信仰問題。從 1995 年以來，每屆的世界青年日是他們帶領許多台灣青年，藉著準備、實際參與，深度培養青年信仰的機會。
- (2) 輔導的特點：輔導是讓青年感到親切，彼此的關係是勝過老師與學生間的關係。輔導不是高高在上或是教訓、指揮，卻是提供指引但不勉強。他們為青年提供的場地包含修會團體，由於會士們原本就有內在紀律及嚴謹的會規，加以聖若望修會的靈修及生活方式，那些自願去拜訪他們的青年，自然順應他們的方式，自在參與及體驗，一起和修會會士祈禱、一起做飯、靜默吃飯。修會提供的信仰及靈修成長內容是嚴肅的、有深度的、傳統的，但因為是從會士們的生活來分享，所以年輕人很願意體驗，並且喜歡。

- (3) 共融、自然、開放吸引了許多年輕人，而其運作方式主要是讓年輕人渴望成為自己信仰的負責人。由年輕人自動形成網絡、聚集、參與或是回應、帶領活動，如此，他們的動力是內在信仰經驗或靈修經驗激化而具體以行動表達出來。根據歷年的陪伴經驗，他們重視簡單純樸生活化的引導方式，更勝過複雜規劃的活動。

三、探索有效青年牧職的模式與方法

(一) 強化青年信仰生活、社會關懷的牧靈途徑與方式

1. 一對一造就法²¹

近年常運用一對一造就法，包括個別輔導與談話，即針對個別需要，生命或是靈修分享式地陪伴、輔導青年。此作法的時間、場地、材料都有彈性，也很容易進行。

2. 觀察—判斷—行動²²

比利時賈爾定樞機主教（Cardinal Joseph Cardijn, 1882~1967）年輕時投身奉獻於工人權益，後更組織了公教職工青年會（JOC）。爲了有系統地培育職工青年，他採用法國更早期的平信徒運動就已經運用的古典回顧生活經驗的方法理論，此法後來成為職工青年會基本日常生活面對社會處境、家庭、工作職場、學校和堂區團體反省的方式。教會職工青年不論是就業或失業者，

²¹ 略玫玲，《牧養主的 Young》，202~205 頁。

²² 韋薇，〈社會議題與神學關懷的方法論〉，278~282 頁。

都以此法從信仰角度分析、探究社會情境，進行討論及對話。

此法連結日常生活、聖經訊息、信仰與社會議題，後來應用到讀經方法、社會議題的分析與反省。三步驟分述如下：

- (1) 觀察：收集資料，分析生活實況，檢視時代信號，觀察教會或社會現象，及其內在運作機轉、互動、服務實況、結構、意識形態，「尋找到底發生什麼事？」「為什麼會這樣？」「會有什麼樣的結果與影響？」這需要人文科學、社會科學的研究指標與分析，作為信仰解釋的基礎。觀察應是具體的，而不是泛泛的原則，也不是推論；可以是個人、團體或社會使命的領域。例如：超級市場貨物架上商品的類型和尺寸的變更，代表著生活方式、需求與價值觀的改變。
- (2) 判斷：在信仰光照及其反省中，解釋所觀察到的；並在聖言指引下，作出合乎基督信仰的判斷。「天主在發生的情況中告訴我們什麼？」「天主要我們如何以信仰回答祂的召叫？」「天主的神聖計畫對窮人、邊緣人有什麼訊息？」
- (3) 行動：如何實踐上述信仰答覆（回應），使天主的計畫得以具體在生活中完成，改變我們所處的實際狀況。「我們應該做什麼？如何分工負責？如何追蹤？」另外，在結構層面上的改革，包括：（A）積極結構值得維持及發展、推廣；（B）消極結構應該改變、減少，因為相反於福音勸諭；（C）現在不存在，卻理應存在的結構。進而訂定計畫，含目標、策略、途徑、完成時間等。

3. 牧靈週期²³

這方法是由 Joe Holland 和 Peter Henriot 針對牧靈神學方法發展出的社會分析，後來又發展出以信仰觀點回應複雜的社會議題，廣泛運用於美洲、澳洲、非洲。實務界用此法訓練關懷社會議題、依納爵靈修、教會基層團體的信仰培育、正義和平、服務學習等。

牧靈行動實際運作的週期，是基督徒針對社會議題持續做信仰反省和行動，形成螺旋式的循環。在生活中會不斷浮現新的疑難雜症、問題和新情境，構成對舊世界、舊觀念、態度及原有解決問題的途徑之挑戰，因此需要不斷在信仰光照下辨別、反省、發現新的訊息，創造新皮囊以裝新酒。

(1) 沉浸於實況中體驗

深入體驗，並了解具體環境中個人、團體或社區的生活體驗、感覺和反省。體驗時間有長有短，長時間體驗所受的衝擊與影響較深刻。

(2) 社會分析

整體、全面的分析，並了解各相關因素的互相影響關係。審視原因、後果、影響、相關的環結，以確認癥結所在。此過程引領人走出局部的問題，而分析、了解全局。

(3) 神學反省

在生活的信仰、聖經、教會訓導與傳承的光照下，更廣、

²³ 同上，282~292 頁。

更深地領悟所分析的經驗。聖言所引導的情境使人產生新的疑問，也藉此尋找新領悟和新回應。

(4) 牧靈計畫與行動

這是牧靈週期的目的：在經過分析和神學反省後，具體面對個人與團體的蒙召，我們可做出什麼回應行動？又如何做短程、長程最有效的計畫？

最後是檢討反省，因具體情境下的行動回應會導致新經驗、新疑問和情況，繼而產生更進一步的體驗、分析、反省、計畫，形成螺旋式發展（但非回到原狀）。

(二) 建立青年牧職及青年團體的教會歸屬感

堂區各團體應了解及支持青年牧職，使青年牧職及青年團體有教會歸屬感。青年牧靈很需要「關係」的連結，因此在福傳、慕道及信仰培育中，首先需要擔任牧職者與青年彼此之間建立關係。資源多、教友人數多的堂區或是青年、青少年人數多的團體，由於青年、青少年的成長特殊性，需要聘請專職青年傳道或專員，以便全力、長期、穩定地投入服務。小型堂區資源少、人數少，就需要超越堂區界限建立青年教友團體，或是由教區甚至教會提供支持及關懷。²⁴ 然而，堂區神父、青年牧職者及團隊除了支持外，應清楚青年牧靈的目標及方向，並具備基本的青年牧靈專業知識與能力。依據基督教青少年事工

²⁴ 參：羅志偉，〈尋求促進皈依的有效途徑〉，《神學論集》208期（2021 夏），281 頁；駱玟玲，《牧養主的 Young》，129 頁。

的問卷調查，呈現牧者及青少年輔導都表示青少年事工的困難中，欠缺牧靈專業是在排行榜前一、二位。²⁵

1. 連結青年的同儕團體、家庭、堂區團體的方法與模式²⁶

青年牧職含括組織青年聚會型態的多種活動，及在不同情況中的非聚會型態的方法，如：個別陪伴、輔導青年、邀請青年貢獻才華等，同時納入青年團體及其父母、家庭，並關切青年積極參與堂區生活的狀況。

- (1) 常規的青年聚會：屬於穩定性的每周、雙周或是月聚會，團體和青年都能從聚會得到培養及發展，這類聚會也可考慮讓雙親或家人參加。常規的聚會是我們信仰團體傳統的延續，但是聚會頻率及進行方式可適應堂區的大小、資源及青年人數、所服務青年的特質而定。
- (2) 特殊活動聚集年輕人：諸如一日活動、周末活動、退省、寒暑假培訓、朝聖、體育活動、青年論壇、世界青年日、台灣青年日……等，也可邀請關切青年的成人參加。這類活動可以發揮創新，回應青年新的需要及情況；既是創新，也包容錯誤或是彈性處理。

²⁵ 駱玫玲，《牧養主的 Young》，131~132 頁。

²⁶ 參：Tom East, "Effective Youth Ministry Practices and Models," Center for Ministry Development, 2003, 2024 年 1 月 23 日取自 www.academia.edu/13673598/Effective_Parish_Youth_Ministry_Practices_and_Models；駱玫玲，《牧養主的 Young》，170~173、202~247 頁；羅志偉，〈尋求促進皈依的有效途徑〉，280~281 頁。

- (3) 針對特定需要設計有系統的課程：如慕道班、教理講授、聖事準備、聖經班、領袖訓練等，以強化信仰。在這類信仰成長團體裡，須考量到年輕人的家庭生活和堂區生活，聚會頻率則看青年及堂區資源的具體情況而定，這些應是常規活動，每周或是每月聚會一次。一般而言，堂區會採用相關的全套課程，並且整個堂區都會配合、支援。
- (4) 針對需要加深信仰或是參加社交活動的青年：教會提供機會和團體，以協助青年滿足其需求，通常也會邀請一些願意奉獻的成人及其他青年參加，但切記不要把懷著其他需要的青年也拉入，青年牧靈不是對所有青年都「千篇一律」採用同一方式或是運用同類活動去服務所有的青年。
- (5) 非典型的聚會型態：包括一對一的個別輔導、發送訊息、祈禱文、問候卡、生日祝福卡到青年電子信箱，或是利用通訊函、信仰加油站、社群媒體平台分享等等資源，把青年連結到青年牧職團隊。

2. 領導團隊

誠如羅志偉神父指出的：「年輕人的問題，不是只要把他們聚集在一起就可以解決，而是要賦予適合他們的信仰陶成。這又觸及了堂區所面臨的另一個問題：缺乏優秀、有能力的老師和年輕領袖。這些人要能夠提供領導及漸進、積極且計畫周全的課程及活動，而不是過往常發生的即興與中斷的活動。此外，

對長程規劃及執行上需要有延續性……」²⁷，因此培育及組建青年參加牧職活動，或是參與、組織堂區及教區活動的領導團隊及其信仰團體的服務項目，可積極提供青年牧職工作者及團隊支持與陶成，包括各種青年分享、讓青年服務青年、提供服務堂區及各團體的方式與機會，以連結青年與堂區或教區，並讓青年參與領導。

(1) 青年建議的領導及陪伴方式²⁸

A. 讓年輕人輪流負責帶領是「傳承」的延續

青年團體需要真正有經驗的人（未必是神長）來傳承，但選擇領導就很需要天主的智慧光照了。除了領袖外，也需要一個團隊是願意彼此「平行合作」的。所謂「平行合作」的意思是：在青年牧靈各領域是需要神父、修女或是資深教友，但不要有一言堂的情形。議事過程中，由於考慮到團隊裡各人經驗、信仰程度不一，因此先建立共同基礎（ground）——也就是共同祈禱、分辨——是相當重要的。分辨過程應留意：有甚麼新的邀請或召喚？以舉辦營隊為例，除了呼求聖神帶領分辨外，也要認識營友的狀態，並清楚為誰祈禱，當然也可邀請其他祈禱尖兵的支援祈禱。祈禱不只是一次，如果是舉辦營隊活動，需要更多時間祈禱。在此，服務團隊先一起生活、熟識，共建團隊（make a group）是很重要的。

²⁷ 羅志偉，〈尋求促進皈依的有效途徑〉，281 頁。

²⁸ 筆者訪談大博爾青年團體的活躍青年的建議。

B. 需要陪伴

陪伴的意思是和年輕人玩在一起、生活一起，使青年感到被了解。陪伴者像耶穌一樣，使人感受到是生活的天主臨現。陪伴者創造和年輕人一起活動的機會，也就是願意花時間和年輕人一起，例如一起踢足球、玩手遊等。青年們常覺得神長平時不出現，只在糾正或是教導時出現，而這不是陪伴。

青年陪伴者須具有的特質包括：開放、願意改變、能夠聆聽，也能夠包容、理解，使青年做自己，給年輕人空間，使年輕人感到被支持，並體會到「我在這裡」、「天主在乎你」，讓青年從陪伴者身上看到天主的記號。

陪伴須包含適度的引導：青年需要陪伴者指引出思考的問題，以供反省及討論；靈修成長方面，需要提供適當的聖經經文導引，由青年自己花時間與空間去默想、祈禱、分享。但青年更需要陪伴者的祈禱與祝福。

(2) 年輕人是今日的領袖²⁹

新加坡神之心教會 (Heart of God Church) 是一個很有活力的青年教會，它起初只是一個五人的小組，後來從主日學中把九位青少年組織為小組，歷經二十年，成長至今已有五千人。這是一間由青少年建造、為青少年打造、向青少年傳福音的「青年教會」。根據基督教會活石堂 (香港堂) Kerry 牧師實地體驗報導，該教會每週出席人數為 4000 人，全教會平均年齡為 22 歲，當

²⁹ 陳少豪、曾秀萍合著，林政嘉譯，《累代》第 1 冊（新加坡：神之心教會，2021），109 頁。

中 80%參與事奉，80%出席小組聚會，70%出席祈禱會，領袖與成員的比率為 1:3。³⁰

向神之心教會學習，這對我們是極大的挑戰，但卻是一個機會，即學習蒙召走入一個年齡區間福傳。神之心教會的使命是針對青少年傳福音，而且讓青少年成為今日的領袖，包括讓 14 歲的孩子帶領團體、讓 9 歲的孩子參與事奉。這教會獲得神的啟示是：青少年需要被邀請、融入並參與服事，才能受到影響和啟發。他們一反主流教會以成年人為主場，而是逆向操作：賦予青少年及青年權力、讓青少年承擔主要責任、做決策，他們給予青少年機會宣講、佈道、擔任樂手等等，成人不施加權威，也不娛樂年輕人、不做年輕人褓母，他們深信年輕人是今日領袖，而不是明日領袖。³¹

3. 選擇採用的模式需要考慮的變數

各堂區或是信仰團體選擇運用上述哪些青年牧職的模式及方法，除了聆聽天主召喚，尚需花費時間去聆聽堂區領袖、年輕人的父母、家人及青年人自己，並考慮到堂區型態或是信仰團體的特色、優勢及限度，還有最關切的，去選擇適合的模式

³⁰ HOGC Stories Team, 《神之心體驗：第一手敘述》，2019.5.23，
<https://hogcstories.com/%E7%A5%9E%E4%B9%8B%E5%BF%83%E9%AB%94%E9%A9%97%EF%BC%9A-%E7%AC%AC%E4%B8%80%E6%89%8B%E6%95%98%E8%BF%B0/>

³¹ 同上。

及方法，下列變數會影響到運用的模式及方法：³²

- ✧ 距離：住家及工作地點與堂區之間的距離，會影響到青年參加活動的頻率，是每周一次或是數次、或是雙周一次、甚至每月一次。
- ✧ 學校：堂區如有一定數目的青年就讀教會學校，需考慮到是否造成信仰培育主題的重疊，影響青少年的參與意願。
- ✧ 都市及近郊或是鄉鎮堂區型態：隨著社會變遷，堂區人口結構與分布面臨新挑戰。有大台北區近郊的本堂神父描述堂區挑戰，一方面是都市青年遭遇的挑戰及壓力，二方面是近郊堂區的教友因隨著都市發展而搬遷過去，常在主日會去原先住處熟悉的堂區、或去父母、祖父母的堂區以便家庭團聚，致使近郊堂區主日教友少、資源及凝聚力都有限。至於鄉鎮區或是小型堂區，猶如大家庭，教友可一一認識與互動，青年容易感受到溫暖，但是青年人數少，堂區的人力資源及活動能量都有限，青年牧職可能需要與其他堂區聯合，使得青年不覺孤立。
- ✧ 多元族群：族群及文化融合需要不同方式的牧職服務，配合需要及堂區的優長。現今台灣除了原住民族外，還有許多東南亞籍的教友青年移工及學生，其牧靈關懷必須考慮

³² Tom East, "Effective Youth Ministry Practices and Models," Center for Ministry Development, 2003, 2024 年 1 月 23 日取自 https://www.academia.edu/13673598/Effective_Parish_Youth_Ministry_Practices_and_Models

各族群語言及文化的特色，並陪伴他們融入本地教會。

牧職服務應選擇符合我們教會環境與優先關注的適當模式與方法，同時，並非一成不變地運用，亦需要配合青年的狀況及服務需要，而轉換及推展。

結語

面對堂區服務的神父、獻身生活者年齡老化、人數減少，大部分教友年齡也趨向老化，而青年正值奠定人生重要基礎、面臨身心和道德、信仰階段發展的需求，以及生命、人際關係、職場、婚姻等等各方面發展的挑戰甚至衝突，需要有經驗的人穩定而長期的陪伴、分享與鼓勵；但實際上，教會青年牧靈的人力資源嚴重不足。

從訪談的青年表達對於教會生活的渴望、對於陪伴者的期待，及兩個青年團體的成功，印證教宗在《生活的基督》勸諭所揭示的青年牧靈重要元素，我們需要在教會層面及教區層面，做整體青年牧靈的規劃、統合資源，大家合作、互補、互相扶持，不只是吸引青年，尊重青年的成長節奏與需要，也讓青年發揮神恩，貢獻所長。

此外，新加坡神之心教會建立青少年教會的模式，值得我們探討及借鏡。本文提供規劃及執行青年牧職有效服務做參考的同時，也提醒青年牧職與服務，在堂區及教區中不是和其他團體形成平行團體，而應是有互相交織、分享與歸屬。誠然，我們同屬基督奧體，應互相扶持、建立教會，投身於福音使命。