



## 0523 《願祢受讚頌》的誓詞——我們能做什麼以關愛萬物

張令憲譯/台灣天主教修會會長聯合會全人發展組出版

答覆方濟各教宗《願祢受讚頌》通諭中的迫切召喚

<b>我承諾 為受造界祈 禱，並偕同 受造界 一起祈禱</b>	<b>我承諾 度更簡樸 的生活</b>	<b>我承諾去 倡導保護 我們共同 的家園</b>
---	-----------------------------	---------------------------------------

具體建議：

我也承諾

我會避免浪費食物和水。

我會更常使用大眾運輸

我將只買自己需要的，負責任地消費

我會合宜處理自己製造的垃圾，做好垃圾分類

我會影響啟發他人，一起加入保護地球的行列

我的個人承諾：

- ✓ 我現在對生態皈依敞開自己的心，願意與天主所造的萬物合一。
- ✓ 我會從教宗方濟各的《願祢受讚頌》出發，學習關愛我們共同的家園。

- ✓ 我會更按照良心判斷，較少開自己的車或騎機車，以減少燃料的消耗。
- ✓ 我會減少耗費大量石化燃料的長途旅行（主要經由道路行駛或空中飛航）。
- ✓ 我會盡可能少用電力、瓦斯、水和紙製品。不用電氣設施時，我不會任它們繼續開著。我會減少使用紙或紙製品。
- ✓ 我會減少消費及垃圾。我會拒絕、減少、重複使用、廢物利用（升級再造）和回收再生（refuse, reduce, reuse, repurpose/upcycle, recycle）。我會拒買對生態有害的產品。我會減少購買用後即拋的一次性產品。我會維修、修補和重複使用物品。我會廢物利用，將用過的舊物改造成新東西。我會資源回收。
- ✓ 我不會漫不經心地以有害物質污染地球。我會盡可能減少消費塑膠瓶裝的水或飲料。我會完全停止使用保麗龍容器。
- ✓ 我不會購買、使用或消費任何由受威脅或瀕危物種（動植物）而來的產品。我會支持保護這些受威脅或瀕危的物種。
- ✓ 我會少吃肉，尤其是牛肉和乳製品。我會至少每月一次，兩週一次或每週一次吃蔬果素食。
- ✓ 我會避免煮太多或買太多食物而吃不完，以實踐不浪費食物。我會與窮人分享多的食物。
- ✓ 我會學著以安全且合乎生態的方式來種植培養食物。我會支持生態團體的農場 / 園圃。我會支持本地食物。
- ✓ 我會花更多時間親近自然。我會找一些方法來滋養大自然的某一部分，例如用心照顧寵物、淨灘、保存種子、蒔花弄草、協助受損的生態系統恢復等等。