

HOLY SEE PRESS OFFICE
OFICINA DE PRENSA DE LA SANTA SEDE



BUREAU DE PRESSE DU SAINT-SIEGE
PRESSEAMT DES HEILIGEN STUHLIS

BOLLETTINO

SALA STAMPA DELLA SANTA SEDE

N. 0291

Domenica 24.04.2016

Pubblicazione: Immediata

Sommario:

◆ **Santa Messa in occasione del Giubileo dei Ragazzi e delle Ragazze**

◆ **Santa Messa in occasione del Giubileo dei Ragazzi e delle Ragazze**

[Omelia del Santo Padre](#)

[Traduzione in lingua francese](#)

[Traduzione in lingua inglese](#)

[Traduzione in lingua tedesca](#)

[Traduzione in lingua spagnola](#)

[Traduzione in lingua portoghese](#)

Alle ore 10.30 di oggi, V Domenica di Pasqua, il Santo Padre Francesco ha celebrato la Santa Messa sul Sagrato della Basilica Vaticana, in occasione del Giubileo dei Ragazzi e delle Ragazze (Roma, 23-25 aprile). Dopo la proclamazione del Santo Vangelo, il Papa ha pronunciato la seguente omelia:

[Omelia del Santo Padre](#)

«Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se avete amore gli uni per gli altri» (Gv 13,35).

Cari ragazzi e ragazze, che grande responsabilità ci affida oggi il Signore! Ci dice che la gente riconoscerà i discepoli di Gesù da come si amano tra di loro. L'amore, in altre parole, è la carta d'identità del cristiano, è l'unico "documento" valido per essere riconosciuti discepoli di Gesù. L'unico documento valido. Se questo documento scade e non si rinnova continuamente, non siamo più testimoni del Maestro. Allora vi chiedo: volete accogliere l'invito di Gesù a essere suoi discepoli? Volete essere suoi amici fedeli? Il vero amico di Gesù si distingue essenzialmente per l'*amore concreto*; non l'amore "nelle nuvole", no, l'amore concreto che risplende nella sua vita. L'amore è sempre concreto. Chi non è concreto e parla dell'amore fa una telenovela, un teleromanzo. Volete vivere questo amore che Lui ci dona? Volete o non volete? Cerchiamo allora di metterci alla sua scuola, che è una *scuola di vita* per imparare ad amare. E questo è un lavoro di tutti i giorni: imparare ad amare.

Anzitutto, amare è *bello*, è la via per essere felici. Però non è facile, è impegnativo, costa fatica. Pensiamo, ad esempio, a quando riceviamo un regalo: questo ci rende felici, ma per preparare quel regalo delle persone generose hanno dedicato tempo e impegno, e così, regalandoci qualcosa, ci hanno donato anche un po' di loro stesse, qualcosa di cui hanno saputo privarsi. Pensiamo anche al dono che i vostri genitori e animatori vi hanno fatto, permettendovi di venire a Roma per questo Giubileo dedicato a voi. Hanno progettato, organizzato, preparato tutto per voi, e questo dava loro gioia, anche se magari rinunciavano a un viaggio per loro. Questa è la concretezza dell'amore. Amare infatti *vuol dire donare*, non solo qualcosa di materiale, ma qualcosa di sé stessi: il proprio tempo, la propria amicizia, le proprie capacità.

Guardiamo al Signore, che è invincibile in generosità. Riceviamo da Lui tanti doni, e ogni giorno dovremmo ringraziarlo... Io vorrei chiedervi: voi ringraziate il Signore ogni giorno? Anche se noi ci dimentichiamo, Lui non si scorda di farci ogni giorno un dono speciale. Non è un regalo da tenere materialmente tra le mani e da usare, ma un dono più grande, per la vita. Che cosa ci dona il Signore? Ci dona la sua *amicizia fedele*, che non ci toglierà mai. E' l'amico per sempre, il Signore. Anche se tu lo deludi e ti allontani da Lui, Gesù continua a volerti bene e a starti vicino, a credere in te più di quanto tu creda in te stesso. Questa è la concretezza dell'amore che ci insegna Gesù. E questo è tanto importante! Perché la minaccia principale, che impedisce di crescere bene, è quando a nessuno importa di te - è triste, questo -, quando senti che vieni lasciato in disparte. Il Signore invece è sempre con te ed è contento di stare con te. Come fece con i suoi giovani discepoli, ti guarda negli occhi e ti chiama a seguirlo, a "prendere il largo" e a "gettare le reti" fidandosi della sua parola, cioè a mettere in gioco i tuoi talenti nella vita, insieme con Lui, senza paura. Gesù ti aspetta pazientemente, attende una risposta, attende il tuo "sì".

Cari ragazzi, alla vostra età emerge in voi in modo nuovo anche il desiderio di affezionarvi e di ricevere affetto. Il Signore, se andate alla sua scuola, vi insegnerà a rendere più belli anche l'affetto e la tenerezza. Vi metterà nel cuore un'intenzione buona, quella di *voler bene senza possedere*, di amare le persone senza volerle come proprie, ma lasciandole libere. Perché l'amore è libero! Non c'è vero amore che non sia libero! Quella libertà che il Signore ci lascia quando ci ama. Lui è sempre vicino a noi. C'è sempre infatti la tentazione di inquinare l'affetto con la pretesa istintiva di prendere, di "avere" quello che piace; e questo è egoismo. E anche la cultura consumistica rafforza questa tendenza. Ma ogni cosa, se la si stringe troppo, si sciupa, si rovina: poi si rimane delusi, con il vuoto dentro. Il Signore, se ascoltate la sua voce, vi rivelerà il segreto della tenerezza: *prendersi cura* dell'altra persona, che vuol dire rispettarla, custodirla e aspettarla. E questa è la concretezza della tenerezza e dell'amore.

In questi anni di gioventù voi avvertite anche un grande *desiderio di libertà*. Molti vi diranno che essere liberi significa fare quello che si vuole. Ma qui bisogna saper dire dei no. Se tu non sai dire di no, non sei libero. Libero è chi sa dire sì e sa dire no. La libertà non è poter sempre fare quello che mi va: questo rende chiusi, distanti, impedisce di essere amici aperti e sinceri; non è vero che quando io sto bene tutto va bene. No, non è vero. La libertà, invece, è il dono di poter *scegliere il bene*: questa è libertà. E' libero chi sceglie il bene, chi cerca quello che piace a Dio, anche se è faticoso, non è facile. Ma io credo che voi giovani non abbiate paura delle fatiche, siete coraggiosi! Solo con scelte coraggiose e forti si realizzano i sogni più grandi, quelli per cui vale la pena di spendere la vita. Scelte coraggiose e forti. Non accontentatevi della mediocrità, di "vivacchiare" stando comodi e seduti; non fidatevi di chi vi distrae dalla vera ricchezza, *che siete voi*, dicendovi che la vita è bella solo se si hanno molte cose; diffidate di chi vuol farvi credere che valete quando vi mascherate da forti, come gli eroi dei film, o quando portate abiti all'ultima moda. La vostra felicità non ha prezzo e non si commercia; non è una "*app*"

che si scarica sul telefonino: nemmeno la versione più aggiornata potrà aiutarvi a diventare liberi e grandi nell'amore. La libertà è un'altra cosa.

Perché l'amore è il *dono libero* di chi ha il cuore aperto; l'amore è una *responsabilità* , ma una *responsabilità bella* , che dura tutta la vita; è l' *impegno quotidiano* di chi sa realizzare grandi sogni! Ah, guai ai giovani che non sanno sognare, che non osano sognare! Se un giovane, alla vostra età, non è capace di sognare, già se n'è andato in pensione, non serve. L'amore si nutre di fiducia, di rispetto, di perdono. L'amore non si realizza perché ne parliamo, ma quando lo viviamo: non è una dolce poesia da studiare a memoria, ma una scelta di vita da mettere in pratica! Come possiamo crescere nell'amore? Il segreto è ancora il Signore: Gesù ci dà Sé stesso nella Messa, ci offre il perdono e la pace nella Confessione. Lì impariamo ad accogliere il suo Amore, a farlo nostro, a rimetterlo in circolo nel mondo. E quando amare sembra pesante, quando è difficile dire di no a quello che è sbagliato, guardate la croce di Gesù, abbracciatela e non lasciate la sua mano, che vi conduce verso l'alto e vi risolveva quando cadete. Nella vita sempre si cade, perché siamo peccatori, siamo deboli. Ma c'è la mano di Gesù che ci risolveva, che ci rialza. Gesù ci vuole in piedi! Quella parola bella che Gesù diceva ai paralitici: "Alzati!". Dio ci ha creati per essere in piedi. C'è una bella canzone che cantano gli alpini quando salgono su. La canzone dice così: "Nell'arte di salire, l'importante non è non cadere, ma non rimanere caduto!". Avere il coraggio di alzarsi, di lasciarci alzare dalla mano di Gesù. E questa mano tante volte viene dalla mano di un amico, dalla mano dei genitori, dalla mano di quelli che ci accompagnano nella vita. Anche Gesù stesso è lì. Alzatevi! Dio vi vuole in piedi, sempre in piedi!

So che siete capaci di gesti di grande amicizia e bontà. Siete chiamati a costruire così il futuro: *insieme* agli altri e per gli altri, mai *contro* qualcun altro! Non si costruisce "contro": questo si chiama distruzione. Farete cose meravigliose se vi preparate bene già da ora, vivendo pienamente questa vostra età così ricca di doni, e senza aver paura della fatica. Fate come i campioni sportivi, che raggiungono alti traguardi allenandosi con umiltà e duramente ogni giorno. Il vostro programma quotidiano siano le opere di misericordia: allenatevi con entusiasmo in esse per diventare *campioni di vita* , *campioni di amore* ! Così sarete riconosciuti come discepoli di Gesù. Così avrete la carta d'identità di cristiani. E vi assicuro: la vostra gioia sarà piena.

[00657-IT.02] [Testo originale: Italiano]

Traduzione in lingua francese

«À ceci, tous reconnaîtront que vous êtes mes disciples: si vous avez de l'amour les uns pour les autres» (Jn 13, 35).

Chers jeunes garçons et filles, quelle grande responsabilité le Seigneur nous confie aujourd'hui! Il nous dit que les gens reconnaîtront les disciples de Jésus à la façon dont ils s'aiment entre eux. L'amour, en d'autres termes, est la carte d'identité du chrétien, c'est l'unique "document" valide pour être reconnu disciples de Jésus. L'unique document valide. Si ce document expire et n'est pas renouvelé continuellement, nous ne sommes plus des témoins du Maître. Alors, je vous demande: voulez-vous accueillir l'invitation de Jésus à être ses disciples? Voulez-vous être des amis fidèles? Le vrai ami de Jésus se distingue essentiellement par *l'amour concret* , pas l'amour «dans les nuages», non, l'amour concret qui resplendit dans sa vie. L'amour est toujours concret. Celui qui n'est pas concret et parle de l'amour fait un roman feuilleton. Voulez-vous vivre cet amour qu'il nous donne? Vous voulez ou vous ne voulez pas? Cherchons alors à nous mettre à son école, qui est *une école de vie* pour apprendre à aimer. Et c'est un travail de tous les jours: apprendre à aimer.

D'abord et avant tout, aimer, c'est *beau* , c'est la voie pour être heureux. Mais ce n'est pas facile, c'est exigeant, cela demande de l'effort. Pensons, par exemple, à ce qui se passe lorsque nous recevons un cadeau: cela nous rend heureux, mais pour préparer ce cadeau, des personnes généreuses ont consacré du temps et de l'énergie; et ainsi en nous offrant quelque chose, ils nous ont donné également un peu d'eux-mêmes, quelque chose dont ils ont su se priver. Pensons aussi au don que vos parents et vos animateurs vous ont fait, en vous permettant de venir à Rome pour ce Jubilé qui vous est consacré. Ils ont tout planifié, organisé, préparé pour vous, et cela leur procurait de la joie, même si peut-être ils renonçaient à un voyage pour eux-mêmes. Voilà le concret de l'amour. Aimer, en effet, *veut dire donner* , non pas seulement quelque chose de matériel, mais quelque chose

de soi-même: son propre temps, sa propre amitié, ses propres capacités.

Regardons le Seigneur, qui est invincible en générosité. Nous recevons de lui de nombreux bienfaits, et chaque jour nous devrions le remercier... Je voudrais vous demander: remerciez-vous le Seigneur chaque jour? Même si nous, nous l'oublions, lui, il n'oublie pas de nous offrir chaque jour un cadeau spécial. Il ne s'agit pas d'un cadeau à tenir matériellement en main et à utiliser, mais c'est un cadeau plus grand, pour la vie. Que nous donne le Seigneur? Il nous donne sa *fidèle amitié*, qu'il ne nous retirera jamais. Le Seigneur est l'ami pour toujours. Même si tu le déçois et t'éloignes de lui, Jésus continue à t'aimer et à être proche de toi, à croire en toi plus que tu crois en toi-même. C'est le concret de l'amour que nous enseigne Jésus. Et cela est si important! Car la menace principale, qui empêche de bien grandir, c'est lorsque tu ne comptes pour personne – c'est triste, cela –, lorsque tu vois que tu es mis à l'écart. Le Seigneur, au contraire, est toujours avec toi et il est content d'être avec toi. Comme il l'a fait avec ses jeunes disciples, il te regarde dans les yeux et t'appelle à le suivre, à "prendre le large" et à "jeter les filets" confiant en sa parole, c'est-à-dire à mettre en jeu tes talents dans la vie, avec lui, sans peur. Jésus t'attend patiemment, il attend une réponse, il attend ton "oui".

Chers jeunes, à votre âge, émerge en vous, aussi d'une nouvelle manière, le désir d'aimer et d'être aimé. Si vous allez à son école, le Seigneur vous enseignera à rendre également plus belles l'affection et la tendresse. Il mettra dans votre cœur une intention bonne, celle d'*aimer sans être possessif*: d'aimer les personnes sans les vouloir comme vôtres, mais en les laissant libres. Parce que l'amour est libre! Il n'y a pas de véritable amour qui ne soit pas libre! Cette liberté que le Seigneur nous laisse quand il nous aime. Il est toujours proche de nous. Il y a toujours, en effet, la tentation de polluer l'affection par la prétention instinctive de prendre, d'"avoir" ce qui plaît; et ça, c'est de l'égoïsme. Et aussi, la culture consumériste renforce cette tendance. Mais toute chose, si on l'étreint trop, se froisse, s'abîme: puis, on est déçu, gagné par un vide intérieur. Si vous écoutez sa voie, le Seigneur vous révélera le secret de la tendresse: *prendre soin* de l'autre personne, ce qui veut dire la respecter, la protéger et l'attendre. Et cela, c'est le concret de la tendresse et de l'amour.

Au cours de ces années de jeunesse, vous sentez aussi un grand *désir de liberté*. Beaucoup vous diront qu'être libres signifie faire ce qu'on veut. Mais ici il faut savoir dire des 'non'. Si tu ne sais pas dire non, tu n'es pas libre. Celui qui est libre c'est celui qui sait dire oui et qui sait dire non. La liberté n'est pas pouvoir toujours faire ce qui me convient: cela enferme, rend distant, empêche d'être des amis ouverts et sincères; ce n'est pas vrai que lorsque je me sens bien tout va bien. Non, ce n'est pas vrai. La liberté, en revanche, est le don de pouvoir *choisir le bien*: ça, c'est la liberté. Est libre celui qui choisit le bien, celui qui cherche ce qui plaît à Dieu, même si c'est pénible, ce n'est pas facile. Mais je crois que, vous les jeunes, vous n'avez pas peur des fatigues, vous êtes courageux! Cependant c'est seulement par des choix courageux et forts qu'on réalise les plus grands rêves, ceux auxquels il vaut la peine de consacrer la vie. Des choix courageux et forts. Ne vous contentez pas de la médiocrité, de "vivoter" dans le confort et assis; ne vous fiez pas à celui qui vous distrait de la vraie richesse, *que vous êtes*, en vous disant que la vie est belle uniquement lorsqu'on a beaucoup de choses: méfiez-vous de celui qui veut vous faire croire que vous avez de la valeur quand vous portez le masque des forts, comme les héros des films, ou quand vous endossez des habits dernier cri. Votre bonheur n'a pas de prix et ne se commercialise pas: il n'est pas une "app" qu'on télécharge sur un téléphone portable: même la version la plus actualisée ne peut vous aider à devenir libres et grands dans l'amour. La liberté, c'est autre chose.

En effet, l'amour est le *don libre* de celui qui a le cœur ouvert. L'amour est une *responsabilité*, mais une belle responsabilité qui dure toute la vie; c'est *l'engagement quotidien* de celui qui sait réaliser de grands rêves! Ah, malheur aux jeunes qui ne savent pas rêver, qui n'osent pas rêver! Si un jeune de votre âge n'est pas capable de rêver, il est déjà à la retraite. L'amour se nourrit de confiance, de respect, de pardon. L'amour ne se réalise pas parce que nous en parlons, mais quand nous le vivons: il n'est pas une douce poésie à apprendre par cœur, mais un choix de vie à mettre en pratique! Comment pouvons-nous grandir dans l'amour? Le secret est encore le Seigneur: Jésus se donne à nous dans la Messe, il nous offre le pardon et la paix dans la Confession. Là, nous apprenons à accueillir son Amour, à le faire nôtre, à le diffuser dans le monde. Et quand aimer semble dur, quand il est difficile de dire non à ce qui est erroné, regardez la croix de Jésus, embrassez-la et ne lâchez pas sa main, qui vous conduit vers le haut et vous relève quand vous tombez. Dans la vie on tombe toujours, parce que nous sommes pécheurs, nous sommes faibles. Mais il y a la main de Jésus qui nous relève. Jésus nous veut debout! Quelle belle parole disait Jésus aux paralytiques: «Lève-toi!». Dieu nous a créés pour être debout. Il y a une belle chanson que chantent les chasseurs alpins, quand ils montent sur les hauteurs. La chanson dit

ceci: «Dans l'art de monter, l'important n'est pas de ne pas tomber, mais de ne pas rester tombé!». Avoir le courage de se relever, de se laisser relever par la main de Jésus. Et cette main vient souvent de la main d'un ami, de la main des parents, de la main de ceux qui nous accompagnent dans la vie. Jésus lui-même aussi est là. Levez-vous! Dieu vous veut debout, toujours debout!

Je sais que vous êtes capables de gestes de grande amitié et de bonté. Vous êtes appelés à construire l'avenir ainsi : avec les autres et pour les autres, jamais *contre* quelqu'un! On ne construit pas «contre»: cela s'appelle de la destruction. Vous ferez des choses merveilleuses si vous vous préparez dès à présent, en vivant pleinement votre âge si riche de dons, et sans avoir peur de l'effort. Faites comme les champions sportifs, qui atteignent de hauts objectifs en s'entraînant avec humilité et durement chaque jour. Que votre programme quotidien soit les œuvres de miséricorde: entraînez-vous-y avec enthousiasme pour devenir des *champions de la vie, champions d'amour!* Ainsi, vous serez reconnus comme des disciples de Jésus. Ainsi vous aurez la carte d'identité de chrétien. Et, je vous assure: votre joie sera totale.

[00657-FR.02] [Texte original: Italien]

Traduzione in lingua inglese

"By this everyone will know that you are my disciples, if you have love for one another" (Jn 13:35).

Dear young friends, what an enormous responsibility the Lord gives us today! He tells us that the world will recognize the disciples of Jesus by the way they love one another. Love, in other words, is the Christian's identity card, the only valid "document" identifying us as Christians. It is the only valid document. If this card expires and is not constantly renewed, we stop being witnesses of the Master. So I ask you: Do you wish to say yes to Jesus' invitation to be his disciples? Do you wish to be his faithful friends? The true friends of Jesus stand out essentially by the *genuine love*; not some "pie in the sky" love; no, it is a genuine love that shines forth in their way of life. Love is always shown in real actions. Those who are not real and genuine and who speak of love are like characters in a soap opera, some fake love story. Do you want to experience his love? Do you want this love: yes or no? Let us learn from him, for his words are a *school of life*, a school where we learn to love. This is a task which we must engage in every day: to learn how to love.

Before all else, love *is beautiful*, it is the path to happiness. But it is not an easy path. It is demanding and it requires effort. Think, for example, of when we receive a gift. It makes us happy, but receiving a gift means that someone generous has invested time and effort; by their gift they also give us a bit of themselves, a sacrifice they have made. Think too of the gift that your parents and group leaders have given you in allowing you to come to Rome for this Jubilee day dedicated to you. They planned, organized, and prepared everything for you, and this made them happy, even if it meant that they had to give up a trip for themselves. This is putting love into action. To love *means to give*, not only something material, but also something of one's self: one's own time, one's friendship, one's own abilities.

Look to the Lord, who is never outdone in generosity. We receive so many gifts from him, and every day we should thank him... Let me ask you something. Do you thank the Lord every day? Even if we forget to do so, he never forgets, each day, to give us some special gift. It is not something material and tangible that we can use, but something even greater, a life-long gift. What does the Lord give to us? He offers us *his faithful friendship*, which he will never take back. The Lord is a friend forever. Even if you disappoint him and walk away from him, Jesus continues to want the best for you and to remain close to you; he believes in you even more than you believe in yourself. This is an example of genuine love that Jesus teaches to us. This is very important! Because the biggest threat to growing up well comes from thinking that no one cares about us - and that is always a sadness - from feeling that we are all alone. The Lord, on the other hand, is always with you and he is happy to be with you. As he did with his first disciples, he looks you in the eye and he calls you to follow him, to "put out into the deep" and to "cast your nets wide" trusting in his words and using your talents in life, in union with him, without fear. Jesus is waiting patiently for you. He awaits your response. He is waiting for you to say "yes".

Dear young friends, at this stage in your lives you have a growing desire to demonstrate and receive affection.

The Lord, if you let him teach you, will show you how to make tenderness and affection even more beautiful. He will guide your hearts to “love without being possessive”, to love others without trying to own them but letting them be free. Because love is free! There is no true love that is not free! The freedom that the Lord gives to us is his love for us. He is always close to each one of us. There is always a temptation to let our affections be tainted by an instinctive desire to “have to have” what we find pleasing; this is selfishness. Our consumerist culture reinforces this tendency. Yet when we hold on too tightly to something, it fades, it dies, and then we feel confused, empty inside. The Lord, if you listen to his voice, will reveal to you the secret of love. It is *caring for* others, respecting them, protecting them and waiting for them. This is putting tenderness and love into action.

At this point in life you feel also *a great longing for freedom*. Many people will say to you that freedom means doing whatever you want. But here you have to be able to say no. If you do not know how to say “no”, you are not free. The person who is free is he or she who is able to say “yes” and who knows how to say “no”. Freedom is not the ability simply to do what I want. This makes us self-centred and aloof, and it prevents us from being open and sincere friends; it is not true to say “it is good enough if it serves me”. No, this is not true. Instead, freedom is the gift of *being able to choose the good*: this is true freedom. The free person is the one who chooses what is good, what is pleasing to God, even if it requires effort, even if it is not easy. I believe that you young men and women are not afraid to make the effort, that you are indeed courageous! Only by courageous and firm decisions do we realize our greatest dreams, the dreams which it is worth spending our entire lives to pursue. Courageous and noble choices. Do not be content with mediocrity, with “simply going with the flow”, with being comfortable and laid back. Don’t believe those who would distract you from the real treasure, *which you are*, by telling you that life is beautiful only if you have many possessions. Be sceptical about people who want to make you believe that you are only important if you act tough like the heroes in films or if you wear the latest fashions. Your happiness has no price. It cannot be bought: it is not an app that you can download on your phones nor will the latest update bring you freedom and grandeur in love. True freedom is something else altogether.

That is because love is a *free gift* which calls for an open heart; love is a responsibility, but *a noble responsibility* which is life-long; it is *a daily task* for those who can achieve great dreams! Woe to your people who do not know how to dream, who do not dare to dream! If a person of your age is not able to dream, if they have already gone into retirement... this is not good. Love is nurtured by trust, respect and forgiveness. Love does not happen because we talk about it, but when we live it: it is not a sweet poem to study and memorize, but is a life choice to put into practice! How can we grow in love? The secret, once again, is the Lord: Jesus gives us himself in the Mass, he offers us forgiveness and peace in Confession. There we learn to receive his love, to make it ours and to give it to the world. And when loving seems hard, when it is difficult to say no to something wrong, look up at Jesus on the cross, embrace the cross and don’t ever let go of his hand. He will point you ever higher, and pick you up whenever you fall. Throughout life we will fall many times, because we are sinners, we are weak. But there is always the hand of God who picks us up, who raises us up. Jesus wants us to be up on our feet! Think of the beautiful word Jesus said to the paralytic: “Arise!”. God has created us to be on our feet. There is a lovely song that mountain climbers sing as they climb. It goes like this: “In climbing, the important thing is not to not fall, but to not remain fallen!. To have the courage to pick oneself up, to allow oneself to be raised up by Jesus. And his hand is often given through the hand of a friend, through the hand of one’s parents, through the hand of those who accompany us throughout life. Jesus himself is present in them. So arise! God wants us up on our feet, ever on our feet!

I know that you are capable of acts of great friendship and goodness. With these you are called to build the future, *together* with others and for others, but never *against* anyone! One never builds “against”; this is called “destruction”. You will do amazing things if you prepare well, starting now, by living your youth and all its gifts to the fullest and without fear of hard work. Be like sporting champions, who attain high goals by quiet daily effort and practice. Let your daily programme be the works of mercy. Enthusiastically practice them, so as to be *champions in life, champions in love!* In this way you will be recognized as disciples of Jesus. In this way, you will have the identification card of the Christian. And I promise you: your joy will be complete.

[00657-EN.02] [Original text: Italian]

Traduzione in lingua tedesca

»Daran werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid: wenn ihr einander liebt« (*Joh 13,35*).

Liebe Jugendliche, welche große Verantwortung trägt uns der Herr heute auf! Er sagt uns, dass die Menschen die Jünger Jesu daran erkennen werden, wie sie einander lieben. Die Liebe ist – mit anderen Worten – die Identitätskarte des Christen, der einzige „Ausweis“, der gültig ist, um als Jünger Jesu erkannt zu werden. Der einzige gültige Ausweis. Wenn dieser Ausweis abläuft und nicht ständig erneuert wird, sind wir keine Zeugen des Meisters mehr. Also frage ich euch: Wollt ihr die Einladung Jesu annehmen, seine Jünger zu sein? Wollt ihr seine treuen Freunde sein? Der echte Freund von Jesus unterscheidet sich wesentlich durch die *konkrete Liebe* – nicht durch die Liebe „in den Wolken“, sondern die konkrete Liebe, die in seinem Leben aufleuchtet. Die Liebe ist immer konkret. Wer nicht konkret ist und von der Liebe spricht, macht eine Telenovela, eine Fernsehverfilmung eines Romans. Wollt ihr diese Liebe leben, die er uns schenkt? Wollt ihr oder wollt ihr nicht? Versuchen wir also, uns in seine Schule zu begeben, die eine *Schule für das Leben* ist, um lieben zu lernen. Das ist eine Arbeit für jeden Tag: lieben zu lernen.

Zuallererst, lieben ist *schön*, es ist der Weg, um glücklich zu sein. Es ist jedoch nicht leicht, es ist anspruchsvoll und kostet Mühe. Denken wir zum Beispiel, wie es ist, wenn wir ein Geschenk erhalten: Dies macht uns glücklich, aber um dieses Geschenk vorzubereiten, haben großzügige Menschen Zeit und Einsatz aufgebracht. Und dadurch, dass sie uns etwas zum Geschenk machen, haben sie so uns auch etwas von ihnen selbst gegeben, etwas, auf das sie zu verzichten wussten. Denken wir auch an das Geschenk, das eure Eltern und Betreuer euch gemacht haben, indem sie es euch ermöglicht haben, zu dieser für euch veranstalteten Jubiläumsfeier nach Rom zu kommen. Sie haben alles für euch geplant, organisiert, vorbereitet, und das hat ihnen viel Freude gemacht, auch wenn sie vielleicht auf eine Reise für sich verzichten mussten. Das ist die Konkretheit der Liebe. Denn lieben *heißt schenken* – nicht irgendetwas Materielles, sondern etwas von sich selbst: die eigene Zeit, die eigene Freundschaft, die eigene Fähigkeit.

Schauen wir auf den Herrn, der unbesiegbar ist an Großzügigkeit. Von ihm erhalten wir viele Gaben, und jeden Tag sollten wir ihm danken ... Ich möchte euch fragen: Dankt ihr dem Herrn jeden Tag? Auch wenn wir es vergessen, er vergisst nie, uns jeden Tag ein besonderes Geschenk zu machen. Es ist nicht ein Geschenk, das man materiell in den Händen halten und verwenden kann, sondern eine viel größere Gabe, eine Gabe fürs Leben. Was schenkt uns der Herr? Er schenkt uns seine *treue Freundschaft*, die er uns nie entziehen wird. Der Herr ist der Freund für immer. Selbst wenn du ihn enttäuschst und dich von ihm abwendest, Jesus hat dich weiter lieb und bleibt dir weiter nahe, er glaubt weiter an dich mehr als du selbst. Das ist die Konkretheit der Liebe, die uns Jesus lehrt. Und das ist sehr wichtig! Denn die größte Bedrohung, die dich daran hindert gut zu wachsen, besteht dann, wenn du niemandem wichtig bist – traurig ist das –, wenn du fühlst, dass du beiseitegeschoben wirst. Der Herr hingegen ist immer mit dir und freut sich, bei dir zu sein. Wie bei seinen in jungem Alter berufenen Jüngern schaut er dir in die Augen und ruft dich, ihm zu folgen, im Vertrauen auf sein Wort „hinauszufahren“ und „die Netze auszuwerfen“, das heißt deine Talente im Leben einzusetzen, gemeinsam mit ihm, ohne Angst. Jesus wartet geduldig auf dich, er erwartet eine Antwort, er wartet auf dein „Ja“.

Liebe Jugendliche, in eurem Alter taucht in euch auf neue Weise auch das Verlangen auf, Zuneigung zu schenken und zu erhalten. Wenn ihr in seine Schule geht, wird der Herr euch lehren, auch die Zuneigung und Zärtlichkeit schöner werden zu lassen. Er wird euch eine gute Absicht ins Herz legen, nämlich *liebzuhaben ohne zu besitzen*: die Menschen zu lieben, ohne sie für sich haben zu wollen, sondern sie frei sein zu lassen. Denn die Liebe ist frei! Es gibt keine wahre Liebe, die nicht frei ist! Es ist die Freiheit, die der Herr uns lässt, wenn er uns liebt. Er ist uns immer nahe. Es besteht nämlich immer die Versuchung, die Zuneigung mit dem instinktiven Anspruch zu verschmutzen, zu nehmen, zu „haben“, was einem gefällt – das ist Egoismus. Und auch die Konsumkultur verstärkt diese Neigung. Aber alles, was man zu sehr hält, wird abgenutzt, wird ruiniert; dann ist man enttäuscht, voll innerer Leere. Wenn ihr auf seine Stimme hört, wird der Herr euch das Geheimnis der Zärtlichkeit offenbaren: um den anderen *sich kümmern*, das heißt ihn respektieren, behüten und auf ihn warten. Das ist die Konkretheit der Zärtlichkeit und der Liebe.

In diesen Jahren der Jugend verspürt ihr auch einen großen *Wunsch nach Freiheit*. Viele werden euch sagen, dass frei sein bedeutet, zu tun, was man will. Aber hier muss man nein sagen können. Wenn du nicht nein sagen kannst, bist du nicht frei. Frei ist, wer ja sagen und nein sagen kann. Die Freiheit besteht nicht darin, immer das tun zu können, das mir passt: es macht einen verschlossen, distanziert, es hindert daran, offene und

ehrliche Freunde zu sein; es ist nicht wahr, dass alles in Ordnung ist, wenn es mir gut geht. Nein, es ist nicht wahr. Die Freiheit dagegen ist die Gabe, *das Gute wählen* zu können: das ist Freiheit. Frei ist, wer das Gute wählt, wer das sucht, was Gott gefällt, auch wenn es mühsam ist, nicht einfach ist. Aber ich denke, ihr junge Menschen habt keine Angst vor der Mühe, ihr seid mutig! Nur mit mutigen und starken Entscheidungen verwirklichen sich die größten Träume, jene Träume, für die es sich lohnt, das Leben zu verbringen. Mutige und starke Entscheidungen. Gebt euch nicht mit der Mittelmäßigkeit zufrieden, nicht damit, „sich durchzuschlagen“, indem man es sich bequem sein lässt. Vertraut dem nicht, der euch vom wahren *Reichtum, der ihr seid*, abhält, indem er euch sagt, dass das Leben nur dann schön ist, wenn man vieles hat. Misstraut dem, der euch glauben machen will, dass ihr etwas geltet, wenn ihr euch als stark ausgeben wie die Filmhelden oder die neueste Mode anzieht. Euer Glück hat keinen Preis und wird nicht gehandelt. Es ist keine App, die auf das Handy heruntergeladen wird: Nicht einmal die zuletzt aktualisierte Version wird euch helfen können, frei und groß zu werden in der Liebe. Die Freiheit ist etwas anderes.

Die Liebe ist nämlich die *freie Gabe* dessen, der ein offenes Herz hat; die Liebe ist eine Verantwortung, aber eine *schöne Verantwortung*, die das ganze Leben dauert; sie ist der *tägliche Einsatz* dessen, der große Träume zu verwirklichen weiß! Weh den Jugendlichen, die nicht zu träumen wissen, die nicht zu träumen wagen! Wenn ein Jugendlicher in eurem Alter nicht fähig ist zu träumen, dann ist er schon in Pension gegangen, nützt er nicht. Die Liebe nährt sich von Vertrauen, Achtung und Vergebung. Die Liebe verwirklicht sich nicht, weil wir darüber sprechen, sondern wenn wir sie leben: Sie ist nicht eine süße Poesie, die auswendig zu lernen ist, sondern eine Lebensentscheidung, die umgesetzt werden muss! Wie können wir in der Liebe wachsen? Das Geheimnis ist wieder der Herr: Jesus gibt uns sich selbst in der Messe, er bietet uns die Vergebung und den Frieden in der Beichte an. Dort lernen wir, seine Liebe anzunehmen, sie zur unseren zu machen und sie in der Welt in Umlauf zu bringen. Und wenn zu lieben schwer scheint, wenn es schwierig ist, zu dem, was falsch ist, nein zu sagen, dann schaut auf das Kreuz Jesu, umarmt es und schlägt seine Hand nicht aus, die euch nach oben führt und euch wieder aufrichtet, wenn ihr fallt. Im Leben fällt man immer, weil wir Sünder sind, weil wir schwach sind. Da ist aber die Hand Jesu, die uns wieder aufrichtet. Jesus will, dass wir stehen. Jenes schöne Wort, das Jesus zum Gelähmten gesagt hat: „Steh auf!“ Gott hat uns erschaffen, damit wir stehen. Es gibt ein schönes Lied, das die Gebirgsjäger singen, wenn sie auf den Berg steigen. Das Lied geht so: „Das Wichtige bei der Kunst des Bergsteigens ist nicht, dass man nicht fällt, sondern dass man nicht liegen bleibt!“ Den Mut haben aufzustehen, sich von der Hand Jesu aufrichten zu lassen. Und diese Hand kommt oft von der Hand eines Freundes, von der Hand der Eltern, von der Hand derjenigen, die uns im Leben begleiten. Auch Jesus selbst ist da. Steht auf! Gott will, dass wir stehen, immer stehen!

Ich weiß, dass ihr zu Gesten großer Freundschaft und Güte fähig seid. Ihr seid berufen, die Zukunft so aufzubauen: *gemeinsam* mit den anderen und für die anderen, nie *gegen* jemand anderen! Man baut nicht „gegen“ auf: das nennt man Zerstörung. Ihr werdet Wunderbares schaffen, wenn ihr euch schon jetzt gut vorbereitet und euer Alter, das so reich an Gaben ist, in Fülle lebt, ohne vor der Mühe Angst zu haben. Macht es wie die Spitzensportler, die hohe Ziele erreichen, indem sie jeden Tag demütig und hart trainieren. Euer tägliches Programm seien die Werke der Barmherzigkeit: Trainiert euch darin mit Begeisterung, um *Champions des Lebens* zu werden! So wird man euch als Jünger Jesu erkennen. So werdet ihr die Identitätskarte der Christen haben. Und ich versichere euch: Eure Freude wird vollkommen sein.

[00657-DE.02] [Originalsprache: Italienisch]

Traduzione in lingua spagnola

«La señal por la que conocerán todos que sois discípulos míos será que os amáis unos a otros» (Jn 13,35).

Queridos muchachos: Qué gran responsabilidad nos confía hoy el Señor. Nos dice que la gente conocerá a los discípulos de Jesús por cómo se aman entre ellos. En otras palabras, el amor es el documento de identidad del cristiano, es el único “documento” válido para ser reconocidos como discípulos de Jesús. El único documento válido. Si este documento caduca y no se renueva continuamente, dejamos de ser testigos del Maestro. Entonces os pregunto: ¿Queréis acoger la invitación de Jesús para ser sus discípulos? ¿Queréis ser sus amigos fieles? El amigo verdadero de Jesús se distingue principalmente por el *amor concreto*; no el amor “en

las nubes”, no, el amor concreto que resplandece en su vida. El amor es siempre concreto. Quien no es concreto y habla del amor está haciendo una telenovela, una telecomedia. ¿Queréis vivir este amor que él nos entrega? ¿Queréis o no queréis? Entonces, frecuentemos su escuela, que es una *escuela de vida* para aprender a amar. Y esto es un trabajo de todos los días: aprender a amar.

Ante todo, amar *es bello*, es el camino para ser felices. Pero no es fácil, es desafiante, supone esfuerzo. Por ejemplo, pensemos cuando recibimos un regalo: nos hace felices, pero para preparar ese regalo las personas generosas han dedicado tiempo y dedicación y, de ese modo, regalándonos algo, nos han dado también algo de ellas mismas, algo de lo que han sabido privarse. Pensemos también al regalo que vuestros padres y animadores os han hecho, al dejaros venir a Roma para este Jubileo dedicado a vosotros. Han programado, organizado, preparado todo para vosotros, y esto les daba alegría, aun cuando hayan renunciado a un viaje para ellos. Esto es amor concreto. En efecto, amar *quiere decir dar*, no sólo algo material, sino algo de uno mismo: el tiempo personal, la propia amistad, las capacidades personales.

Miremos al Señor, que es insuperable en generosidad. Recibimos de él muchos dones, y cada día tendríamos que darle gracias. Quisiera preguntaros: ¿Dais gracias al Señor todos los días? Aun cuando nos olvidemos, él se acuerda de hacernos cada día un regalo especial. No es un regalo material para tener entre las manos y usar, sino un don más grande para la vida. ¿Qué nos da el Señor? Nos regala su *amistad fiel*, que no la retirará jamás. El Señor es el amigo para siempre. Además, si tú lo decepcionas y te alejas de él, Jesús sigue amándote y estando contigo, creyendo en ti más de lo que tú crees en ti mismo. Esto es lo específico del amor que nos enseña Jesús. Y esto es muy importante. Porque la amenaza principal, que impide crecer bien, es cuando no importas a nadie —esto es triste—, cuando te sientes marginado. En cambio, el Señor está siempre junto a ti y está contento de estar contigo. Como hizo con sus discípulos jóvenes, te mira a los ojos y te llama para seguirlo, para «remar mar a dentro» y «echar las redes» confiando en su palabra; es decir, poner en juego tus talentos en la vida, junto a él, sin miedo. Jesús te espera pacientemente, atiente una respuesta, aguarda tu “sí”.

Queridos chicos y chicas, a vuestra edad surge en vosotros de una manera nueva el deseo de afeccionaros y de recibir afecto. Si vais a la escuela del Señor, os enseñará a hacer más hermosos también el afecto y la ternura. Os pondrá en el corazón una intención buena, esa de *amar sin poseer*: de querer a las personas sin desearlas como algo propio, sino dejándolas libres. Porque el amor es libre. No existe amor verdadero si no es libre. Esa libertad que el Señor nos da cuando nos ama. Él siempre está junto a nosotros. En efecto, siempre existe la tentación de contaminar el afecto con la pretensión instintiva de tomar, de “poseer” aquello que me gusta; y esto es egoísmo. Y también, la cultura consumista refuerza esta tendencia. Pero cualquier cosa, cuando se exprime demasiado, se desgasta, se estropea; después se queda uno decepcionado con el vacío dentro. Si escucháis la voz del Señor, os revelará el secreto de la ternura: *interesarse* por otra persona, quiere decir respetarla, protegerla, esperarla. Y esta es la manifestación de la ternura y del amor.

En estos años de juventud percibís también un gran *deseo de libertad*. Muchos os dirán que ser libres significa hacer lo que se quiera. Pero en esto se necesita saber decir no. Si no sabes decir no, no eres libre. Libre es quien sabe decir sí y sabe decir no. La libertad no es poder hacer siempre lo que se quiere: esto nos vuelve cerrados, distantes y nos impide ser amigos abiertos y sinceros; no es verdad que cuando estoy bien todo vaya bien. No, no es verdad. En cambio, la libertad es el don de poder *elegir el bien*: esto es libertad. Es libre quien elige el bien, quien busca aquello que agrada a Dios, aun cuando sea fatigoso y no sea fácil. Pero yo creo que vosotros, jóvenes, no tenéis miedo al cansancio, sois valientes. Sólo con decisiones valientes y fuertes se realizan los sueños más grandes, esos por los que vale la pena dar la vida. Decisiones valientes y fuertes. No os contentéis con la mediocridad, con “ir tirando”, estando cómodos y sentados; no confiéis en quien os distrae de la verdadera riqueza, *que sois vosotros*, cuando os digan que la vida es bonita sólo si se tienen muchas cosas; desconfiad de quien os quiera hacer creer que sois valiosos cuando os hacéis pasar por fuertes, como los héroes de las películas, o cuando lleváis vestidos a la última moda. Vuestra felicidad no tiene precio y no se negocia; no es un “*app*” que se descarga en el teléfono móvil: ni siquiera la versión más reciente podrá ayudaros a ser libres y grandes en el amor. La libertad es otra cosa.

Porque el amor es el *don libre* de quien tiene el corazón abierto; es una *responsabilidad*, pero una responsabilidad *bella* que dura toda la vida; es el *compromiso cotidiano* de quien sabe realizar grandes sueños.

¡Ay de los jóvenes que no saben soñar, que no se atreven a soñar! Si un joven, a vuestra edad, no es capaz de soñar, ya está jubilado, no sirve. El amor se alimenta de confianza, de respeto y de perdón. El amor no surge porque hablemos de él, sino cuando se vive; no es una poesía bonita para aprender de memoria, sino una opción de vida que se ha de poner en práctica. ¿Cómo podemos crecer en el amor? El secreto está en el Señor: Jesús se nos da a sí mismo en la Santa Misa, nos ofrece el perdón y la paz en la Confesión. Allí aprendemos a acoger su amor, hacerlo nuestro, y a difundirlo en el mundo. Y cuando amar parece algo arduo, cuando es difícil decir no a lo que es falso, mirad la cruz del Señor, abrazadla y no dejad su mano, que os lleva hacia lo alto y os levanta cuando caéis. Durante la vida siempre se cae, porque somos pecadores, somos débiles. Pero está la mano de Jesús que nos levanta y nos eleva. Jesús nos quiere de pie. Esa palabra bonita que Jesús decía a los paralíticos: “levántate”. Dios nos ha creado para estar de pie. Hay una canción hermosa que cantan los alpinos cuando suben a la montaña. La canción dice así: «en el arte de subir, lo importante no es no caer, sino no permanecer caído». Tener la valentía de levantarse, de dejarse levantar por la mano de Jesús. Y esta mano muchas veces viene a través de la mano de un amigo, de la mano de los padres, de la mano de aquellos que nos acompañan en la vida. También el mismo Jesús está allí. Levantaos. Dios os quiere de pie, siempre de pie.

Sé que sois capaces de gestos grandes de amistad y bondad. Estáis llamados a construir así el futuro: *junto* con los otros y por los otros, pero jamás *contra* alguien. No se construye “contra”: esto se llama destrucción. Haréis cosas maravillosas si os preparáis bien ya desde ahora, viviendo plenamente vuestra edad, tan rica de dones, y no temiendo al cansancio. Haced como los campeones del mundo del deporte, que logran metas altas entrenándose con humildad y tenacidad todos los días. Que vuestro programa cotidiano sea las obras de misericordia: Entrenaos con entusiasmo en ellas para ser *campeones de vida, campeones de amor*. Así seréis conocidos como discípulos de Jesús. Así tendréis el documento de identidad de cristianos. Y os aseguro: vuestra alegría será plena.

[00657-ES.02] [Texto original: Italiano]

Traduzione in lingua portoghese

«Por isto é que todos conhecerão que sois meus discípulos: se vos amardes uns aos outros» (Jo 13, 35).

Queridos adolescentes, que grande responsabilidade nos confia hoje o Senhor! Diz-nos que as pessoas reconhecerão os discípulos de Jesus pelo modo como se amam entre si. Por outras palavras, o amor é o bilhete de identidade do cristão, é o único «documento» válido para sermos reconhecidos como discípulos de Jesus. O único documento válido. Se este documento perde a validade e não se volta a renová-lo, deixamos de ser testemunhas do Mestre. Por isso vos pergunto: Quereis acolher o convite de Jesus para ser seus discípulos? Quereis ser seus amigos fiéis? O verdadeiro amigo de Jesus distingue-se essencialmente pelo *amor concreto*; não um amor «nas nuvens», não; o amor concreto que brilha na sua vida. O amor é sempre concreto. Quem não é concreto e fala de amor, faz uma telenovela, um romance televisivo. Quereis viver este amor que Ele nos dá? Quereis ou não? Procuremos então frequentar a sua escola, que é uma *escola de vida*, para aprender a amar. E este é um trabalho de todos os dias: aprender a amar.

Antes de mais nada, amar é *belo*, é o caminho para sermos felizes. Mas não é fácil: é exigente, requer esforço. Pensemos, por exemplo, quando recebemos um presente: isto torna-nos felizes; mas, para preparar aquele presente, houve pessoas generosas que dedicaram tempo e esforço; e, assim, dando-nos algo de presente, deram-nos também um pouco de si mesmas, algo de que souberam privar-se. Pensemos também na prenda que vos deram os vossos pais e animadores, permitindo-vos vir a Roma para este Jubileu que vos é consagrado. Projetaram, organizaram, prepararam tudo para vós: e isto dava-lhes alegria, embora tenham talvez renunciado a uma viagem para eles. Esta é a dimensão concreta do amor. De facto, amar *quer dizer dar...* e não só coisas materiais, mas algo de nós mesmos: o próprio tempo, a própria amizade, as próprias capacidades.

Olhemos para o Senhor, que é imbatível em generosidade. D'Ele recebemos tantos dons, e todos os dias deveremos agradecer-Lhe... Gostava de vos perguntar: Agradeceis ao Senhor todos os dias? Mesmo que nos

esqueçamos, Ele não Se esquece de nos oferecer cada dia um dom especial; não se trata de um presente que se possa ter materialmente nas mãos e usar, mas de um dom maior, um dom para a vida. Que nos oferece o Senhor? Oferece-nos uma *amizade fiel*, dom de que nunca nos privará. O Senhor é o amigo para sempre. Mesmo se O dececionas e te afastas d'Ele, Jesus continua a amar-te e a permanecer junto de ti, continua a crer em ti mais de quanto crês tu em ti próprio. Esta é a dimensão concreta do amor que Jesus nos ensina. E isto é muito importante! Pois a principal ameaça, que impede de crescer como se deve, é ninguém se importar de ti – e isto é triste –, é quando sentes que te deixam de lado. Ao contrário, o Senhor está sempre contigo e sente-Se contente em estar contigo. Como fez com os seus jovens discípulos, fixa-te nos olhos e chama-te para O seguir, «fazer-te ao largo» e «lançar as redes» confiado na sua palavra, ou seja, a pôr a render os teus talentos na vida, juntamente com Ele, sem medo. Jesus espera pacientemente por ti, aguarda uma resposta, espera o teu «sim».

Queridos adolescentes, na vossa idade, surge também em vós, de modo novo, o desejo de vos afeiçoardes e de receberdes afeto. Se fordes assíduos à escola do Senhor, Ele ensinar-vos-á a tornar mais belos também o afeto e a ternura. Colocar-vos-á no coração um intuito bom: *querer bem sem me apoderar*, amar as pessoas sem querer possuí-las, mas deixando-as livres. Pois o amor é livre! Não existe verdadeiro amor que não seja livre! É a liberdade que nos deixa o Senhor, quando nos ama. Ele sempre está perto de nós. De facto, existe sempre a tentação de poluir o afeto com a pretensão instintiva de agarrar, «possuir» aquilo de que se gosta; e isto é egoísmo. A própria cultura consumista agrava esta tendência. Mas, se se aperta muito uma coisa, esta mirra-se, estraga-se: depois fica-se dececionado, com o vazio dentro. Se ouvirdes a voz do Senhor, revelar-vos-á o segredo da ternura: *cuidar* da outra pessoa, o que significa respeitá-la, protegê-la e esperar por ela. E essa é a dimensão concreta da ternura e do amor.

Nestes anos de juventude, sentis também um grande *desejo de liberdade*. Muitos dir-vos-ão que ser livre significa fazer aquilo que se quer. Mas a isto é preciso saber dizer não. Se tu não sabes dizer não, não és livre. Livre é aquele que sabe dizer sim e sabe dizer não. A liberdade não é poder fazer sempre aquilo que me apetece: isto torna-nos fechados, distantes, impede-nos de ser amigos abertos e sinceros; não é verdade que, quando eu estou bem, tudo está bem. Não, não é verdade. Ao contrário, a liberdade é o dom de poder *escolher o bem*: esta é a liberdade. E é livre quem escolhe o bem, quem procura aquilo que agrada a Deus, ainda que custe; não é fácil. Mas penso que vós, jovens, não tendes medo dos esforços, sois corajosos! Só com opções corajosas e fortes é que se realizam os sonhos maiores, os sonhos pelos quais vale a pena gastar a vida. Opções corajosas e fortes. Não vos contenteis com a mediocridade, com «deixar correr» ficando cómodos e sentados; não vos fieis de quem vos distrai da verdadeira riqueza *que sois vós*, dizendo que a vida só é bela se se possuir muitas coisas; desconfiai de quem quer fazer-vos crer que valeis quando vos mascarais de fortes, como os heróis dos filmes, ou quando vestis pela última moda. A vossa felicidade não tem preço, nem se comercializa; não é uma *"app"* que se descarrega do telemóvel: nem a versão mais atualizada vos poderá ajudar a tornar-vos livres e grandes no amor. A liberdade é outra coisa.

Com efeito, o amor é o *dom livre* de quem tem o coração aberto; o amor é uma *responsabilidade*, mas uma responsabilidade *maravilhosa*, que dura toda a vida; é o *compromisso diário* de quem sabe realizar grandes sonhos. Ai dos jovens que não sabem sonhar, que não ousam sonhar! Se um jovem, na vossa idade, não é capaz de sonhar, já se aposentou, não serve. O amor nutre-se de confiança, respeito, perdão. O amor não se realiza falando dele, mas quando o vivemos: não é uma poesia suave que se aprende de memória, mas uma opção de vida a pôr em prática! Como podemos crescer no amor? Também nisto o segredo é o Senhor: Jesus dá-Se-nos a Si mesmo na Missa, oferece-nos o perdão e a paz na Confissão. Aí aprendemos a acolher o seu Amor, a assumi-lo, a repô-lo em circulação no mundo. E quando parece exigente amar, quando é difícil dizer não àquilo que é errado, erguei os olhos para a cruz de Jesus, abraçai-a e não largueis a sua mão que vos conduz para o alto e vos levanta quando caís. Na vida, sempre se cai, porque somos pecadores, somos fracos. Mas temos a mão de Jesus que nos ergue, que nos levanta. Jesus quer-nos de pé! Aquela bela palavra que Jesus dizia aos paralíticos: «Levanta-te». Deus criou-nos para estarmos de pé. Existe uma bela canção que os alpinos cantam quando sobem. A canção diz assim: «na arte de subir, importante não é o não cair, mas o não permanecer caído!» Ter a coragem de levantar-se, de nos deixarmos reerguer pela mão de Jesus. E esta mão muitas vezes chega até nós pela mão de um amigo, pela mão dos pais, pela mão daqueles que nos acompanham na vida. O próprio Jesus em pessoa está ali. Levantai-vos! Deus quer-nos de pé, sempre de pé!

Sei que sois capazes de gestos de grande amizade e bondade. Sois chamados a construir o futuro assim: *juntamente* com os outros e para os outros, jamais *contra* outro qualquer! Não se constrói «contra»: isto chama-se destruição. Fareis coisas maravilhosas, se vos preparardes bem já desde agora, vivendo plenamente esta vossa idade tão rica de dons, e sem ter medo do esforço. Fazei como os campeões desportivos, que alcançam altas metas treinando-se, humilde e duramente, todos os dias. O vosso programa diário sejam as obras de misericórdia: treinai-vos com entusiasmo nelas, para vos tornardes *campeões de vida, campeões de amor!* Assim sereis reconhecidos como discípulos de Jesus. Assim tereis o bilhete de identidade de cristãos. E garanto-vos: a vossa alegria será completa.

[00657-PO.02] [Texto original: Italiano]

[B0291-XX.02]
