



教我们

数算自己的日子

张成牧师

我们很快又进入了新的一年。过年是一件严肃的事，如果希望新的一年过得好，就得反思去年是怎么过的。如果去年过得不好，就得反思到底是什么原因。是不是因为懒散、任性、放纵导致一年白白过去，一事无成？知道问题的根源，就得赶紧改过，这样才能确保新的一年不会重蹈覆辙。不懂得反思或反省，新的一年不可能好，只会变本加厉，变得更糟。

如果去年过得很顺心、得意，我们也得放慢步伐想一想，这种“成功”有意义吗？很多人的生活非常忙碌，生活显得很充实，因为没有时间闲着。这种忙忙碌碌的生活有意义吗？不要以为忙碌，有成就就是有意义，不一定。所以我说过年是件很严肃的事。我也想跟大家严肃地去思想这个问题，新的一年我们该怎么生活。求神借着他的话指教我们，引导我们走正确的路。

摩西向神求智慧的心

我们今天要看诗篇 90 篇。诗篇 90 篇是一篇很好的诗篇，里面的内容太多了，我们今天只能谈一个重点。我们先看 12 节：

**求你指教我们怎样数算自己的日子，
好叫我们得着智慧的心。**

写这篇诗篇的人据说是摩西。摩西在这里说到“求你”，就是求神，“指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心”。你懂得数算自己的日子吗？既熟悉但又很陌生的话。熟悉的意思是，这是我们经常说的话。比如说，我们常常教导小朋友要爱惜光阴。爱惜光阴就是数算自己的日子。我们也常常说一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。这些都是大家很熟悉的话，但你相信吗？你跟小朋友说的时候，你心里真的是这么想的吗？我告诉你，大部分人都不是这么想的。今天我们干什么呢？我们选择用光阴来换金子。

什么是光阴呢？光阴就是时间，就是你的生命。你活着才有时间，时间对死人来说是没有意义的。所以光阴比金子宝贵，失去了生命，有金子又有何用呢？今天所有人都是选择用光阴来换取



金子。然后我们教小朋友另外一套，小朋友看着你，他也不相信你所说的那一套，他也跟着你的脚踪走，成了为金子而丢失生命的人。你不知道活着为何，你的儿子更不知道活着为何。丢了光阴就等于丢了生命的一切所有。我们今天忙着追求金子，为了金子丢了家庭，丢了友情，丢了健康，甚至丢了人应有的基本美德。我们变得不诚实、狡猾、冷漠。所有这些不好的东西，随着年龄的增长，越攒越多；好的东西，好的美德随着年龄增长，越来越少。我们的下一代看着我们，我们怎么教他们呢？我们不懂得数算自己的日子，所以我们也沒有资格教育他们。

圣经提醒我们，要懂得数算自己的日子，这才是真智慧。为什么摩西会这样求神呢？

“求你指教”是求教的意思，希伯来原文的意思就是“让我们晓得”。所以今天我会经常用一个词，就是“知道”或者“晓得”。因为有很多事情我们不晓得，我们必须让神的话来指教我们，好让我们晓得。为什么摩西会这样求呢？到底摩西领悟了什么，以致他会这样求？

生命有尽头

我们看诗篇 90 篇 10 节：

我们一生的年日是七十岁，若是强壮可到八十岁；但其中所矜夸的不

过是劳苦愁烦，转眼成空，我们便如飞而去。

这里说到，“我们一生的年日是七十岁，若是强壮可到八十岁……”。熟悉吗？熟悉，大家都懂。如果能活到七十岁，已经不错了，如果你稍微强壮一点，可以活到八十岁。再多真的没意思，你只是处于“还没死”的状态，没有任何活着的质量。所以不要求长寿，要求活得有意义。那这里想告诉我们什么呢？摩西领悟了什么呢？他领悟到原来自己的年日是有上限的。你知道吗？你当然知道，但你不晓得——这些道理没进到你心里。

穷人的生活很节约，因为钱不够。钱不够的人要算一算口袋有多少钱，然后再想想该怎么花。这就是节约，要规划如何用钱，因为钱有限。如果你知道自己的年日有限，你会怎么生活呢？好好想一想这个问题。不要假设你懂了，其实你什么都不晓得。

连摩西这样的伟人都要求神指教他，可见他也意识到自己的无知。数算自己的日子就是认识到自己的年日是有限的，不能再糊里糊涂，漫无目标地过日子。



生命转瞬即逝

摩西还体会了什么呢？我们继续看诗篇90篇5-6节：

⁵你叫他们如水冲去，他们如睡一觉。
早晨他们如生长的草，⁶早晨发芽生长，晚上割下枯干。

5节说到“你叫他们如水冲去，他们如睡一觉。早晨他们如生长的草”，“他们”是指人，摩西说他们“早晨发芽生长，晚上割下枯干”，他领悟了什么呢？他领悟到生命的无常。10节他说，人若健康可以活到七八十岁。但这不是理所当然的。即使在健康、平安的条件下生命还是有限的。生命是无常的，不是你决定想活到八十岁就八十岁。生命是无常的，这点我们必须晓得。摩西领悟到了这一点，所以他时间有紧迫感。他说生命如同草，早上长起来，下午就被人割掉当材烧。摩西形容生命如同睡一觉，转瞬即逝。

有一个弟兄告诉我，他的弟弟在外国患了新冠肺炎，被送进了医院抢救。抢救不成功，医院只好通知家人。但通知家人也没用，



因为他们不能进去看他。没过多久他弟弟就去世了。这个弟兄很难过，因为他弟弟还不到六

十岁。这就是我说的生命无常。你不要以为你能进入2022年是理所当然的，不是的，你要懂得感恩每一天。生命如草，如睡一觉，这提醒我们生命转眼就过去了，要懂得珍爱生命，珍惜彼此。你不要假设，今天跟某某人吵了架，以后有机会见面时还可以和解。不一定，可能他不在了，可能你不在了，机会再也没有了。这就是生命的无常，我见得太多了。

我们要懂得珍惜今天，不要借贷明天。今天大家都流行网贷，除了网贷借钱以外，我们也习惯借贷明天。“借贷明天”的意思是，每个人都以为有明天，所以很多事情就押后，该做的事，今天不做，明天才做。这就是在假设我还有明天，这就是借贷明天的心理。你没把生命无常当一回事，你以为有用不完的明天，所以完全不在乎今天。所以不要新年立志，你干嘛要新年立志？干嘛不今天就改过呢？为什么不从上个月开始改过呢？

今年毁了，没关系，我还有明年，明年可以重新开始，这就是借贷明天的心态。今天挥霍掉，明天可以重启，怕什么呢？所以我们总是毁了昨天，糟蹋今天，然后期盼明天会更好。我告诉你，明天不会更好，只会更糟，因为你不懂得数算、珍惜你的日子。好好想一想，圣经的话真的是非常真实、宝

贵，教导我们如何过好每一天。

我们都要死

摩西还领悟了什么呢？我们看诗篇 90 篇 3 节：

**你使人归于尘土，说：“你们世人要
归回。”**

这也是一个很简单的道理。其实今天说的都是小道理，没有新鲜的事。这句话想说什么呢？简单来说，神说，你和我都要死。这个大家都懂，也都知道，对吧？有没有想过，人活着是为了什么呢？按照这句话，人活着就是等候归回尘土。也就是说，人活着其实就是在等死。你想通了，就是这么一回事。等死的过程中，还伴随着很多劳苦愁烦。



前面不是说到我们这一生就是劳苦愁烦。我们活着就是为了等死，等死的过程中还要面对许多劳苦愁烦(10 节)。

到底人活着是为了什么呢？你有没有想过这个问题呢？摩西承认他的一生没有什么可矜夸的。面对死亡，人人平等，所以无需嫉妒有钱人，不要羡慕他们，他们不知道自己在忙什么。在神面前人人平等，最终我们

的结局是一样的（都要死）。听起来很悲观，但我不觉得悲观，因为死亡逼我们面对现实，逼我们思想生命的意义。但我们都不愿意面对，所以很多人面对死亡时是惊慌失措的。我发现有些年龄大的人，听到自己患了绝症，也会措手不及，仿佛从来没想过自己会死。基督徒不应该是这样的。如果你不认识神我不怪你，但如果你是一个认识神，明白神旨意的人，你不应该是这样的表现。你应该懂得数算自己的日子，懂得如何预备自己面对死亡。基督徒应该有一个积极，有盼望的生命观。我们没有遗憾，没有恐惧，因为我们明白神的旨意。所以死亡是有益处的，它迫使我们思想生命的意义，懂得去数算我们的日子。

摩西惧怕神的愤怒

摩西还领悟到一点，这一点大家可能比较陌生了。我们看诗篇 90 篇 7-9 节和 11-12 节：

⁷ 我们因你的**怒气**而消灭，因你的**忿怒**而惊惶。⁸ 你将我们的罪孽摆在你面前，将我们的隐恶摆在你面光之中。⁹ 我们经过的日子都在你**震怒**之下；我们度尽的年岁好像一声叹息。

¹¹ 谁晓得你**怒气的**权势？谁按着你该

受的敬畏晓得你的**忿怒**呢？¹² 求你指教我们怎样数算自己的日子，好叫我们得着智慧的心。

经文的“你”是指神。11 节说，“谁晓得你怒气的权势？谁按着你该受的敬畏晓得你的忿怒呢？”最后一句可以这样理解：“谁因敬畏你而晓得你的忿怒呢？”留意“晓得”这个词。摩西有了这些领悟后，他就求神指教他怎样数算自己的日子。

我用红色凸显了几个字，都是跟“神的怒气”有关的。摩西连续五次提到神的忿怒。为什么他突然感受到神的忿怒呢？第 8 节告诉我们，因为他认识到自己的罪孽，自己隐藏的恶，神都看见了。那么摩西怕什么呢？摩西害怕将来他没有办法面对神的审判。

死亡不可怕，你没预备好面对死亡才可怕。摩西懂得害怕，而害怕迫使他向神求。摩西晓得今生是神给我们的考试，生命是有试用期的。我们知道工作有试用期，你有没有想过今生其实是神给你的试用期呢？我们说“信耶稣得永生”，得永生不是理所当然的，惟有懂得善用今生的人才配得永生。摩西心生敬畏，他谦卑寻求神的指教，求神给他们（神的子民）有智慧的心，懂得数算自己的日子，可以通过今生的试用期。

在神面前安静聆听

摩西谈到罪孽和隐藏的罪，这一点我们比较陌生，不知所云。摩西会因为自己的罪而害怕神，为什么我们对罪却毫无感觉呢？圣经经常谈罪，大部分人会一笑置之。我们都想不到有什么罪。我们也想不通为什么世风日下？原因很简单，因为大家都不敏感自己的罪，所以我们不断地在犯罪。你和我不断地在犯罪，才导致世风日下。怎样才能够敏感罪呢？你必须要有那份安静。你懂得安静吗？刚才我说到摩西懂得敬畏神。敬畏神还不够，你还要懂得安静。只有当你懂得安静，神才会向你说话，你才能够敏感到神要跟你说的话。当你能够敏感神，你就能够敏感、认识罪的问题。

我看过一个银行广告，广告中的主角叫王老板，今年 53 岁，是银行的贷款的客户。广告里说到，他早上五点半开始工作，一直干到晚上十一点才休息；每天拼命地干，不怕苦，不怕累。你看了之后，你会不会觉得很受激励？他从早上五点半干到晚上十一点，你有没有算过，他还剩多少时间呢？我说要数算自己的日子，这其实是很简单的数学，你认



为他每天需要睡几个小时呢？假设他每天需要睡四五个小时，你觉得他还有时间陪家人吗？还有时间去关心别人吗？他不病倒已经很了不起了，那里还要时间、精力去关注别人。这就是不懂得数算自己的日子。他在不停地消耗今天，还假设有用不完的明天，甚至还以为这样的忙碌就是生命的意义。

忙碌使人心灵麻木

我刚才说到安静，为什么我们不懂得安静呢？因为我们以忙碌为生命的意义，忙碌导致我们的内心无法安静。也许你觉得刚才的广告例子有点极端。但我告诉你，一点都不极端。前一段时间网上不是谈 996 吗？996 其实就是 1086，你晚上九点钟下班，假设你要开车一个小时回到家，也就是说回到家就十点了。你九点钟上班，不可能九点钟出门，你要八点钟出门。所以我说最后 996，就成了 1086。那么你有没有算一下，你还剩多少时间呢？我们的日子就这样消耗掉了。不要随大流，这不是成功，也不是生命的意义。

广告里的王老板已经 53 岁了，我不知道他还打算干多少年。假设他干到 65 岁，长时间在这种高压下工作，你觉得他还会健康吗？我真的怀疑。去年 12 月，我被告知有 12 个人去世了。有些人是我认识的，有些是朋友的家人，当中只有三分之二是老年人。我不

知道为什么在一个月內会收到这么多死讯。这就是我们要面对的现实。不要把忙碌看成是生命的意义，免得有一天当生命走到尽头时，你才悔不当初。

摩西不想糊里糊涂、忙忙碌碌地度过一生，所以他向神求智慧的心。不要假设生命是掌握在你的手中，可以任意挥霍、忙碌，等你想停下来的时候，已经来不及了。王老板是在假设生命是他来掌控，每天想干几个小时他决定，想干到几岁才退休享受生活也是他说了算。他错了，我告诉你，生命没有恢复键。不要以为搞砸了，按一个键就可以恢复如初。今天很多人未老先衰、疾病缠身，但这些病大部分都是因为过度忙碌造成的。即使你一生赚再多的钱，也还原不了健康。

忙 = 心 + 亡

“忙”这个字也很特别，它是由“心”和“亡”组成的。你有没有想过，忙意味着什么呢？意味着你的心已经死了。我觉得这个组合也挺奇怪的。是不是古人有所体会，所以借此提醒后人不要太忙？忙碌的人有个特征，就是肉体非常活跃，思想也很活跃。他们思前想后、手忙脚乱、东奔西跑，一刻

也停不下来。

你身体越活跃，心灵就越麻木，无法敏感神，无法领悟属灵的事。当圣经谈论罪时，你无法认同，因为你对罪不敏感。对罪不敏感的人是不可能敬畏神的。你没有时间安静，所以你敏感不到神；敏感不到神，你就以为神不真实。却不知真正的问题是你的心已经亡了。

不懂得数算自己的日子，就会永无止境地忙忙碌碌，不知道生命为何。当务之急是苏醒你的心灵。所以我就建议你两点，第一点就是敬畏神。刚才说到摩西懂得敬畏神，这一点是我们必须学习的。你要调整你的心态，用一个敬畏的心态来到神的面前，谦卑求他指教你。

可能圣经有很多话你听不懂，你也无法认同，不要紧，你可以先从敬畏神开始，求神指教你，帮助你明白。如果你想得到神的指教、引导，你就必须有一颗安静的心。这就是第二点。你必须给神一个空间，让他可以跟你说话。

比如说，你一周七天都很忙，无法来教会；即使来了教会内心也很慌乱，无法安静。如果你不想做一个心灵麻木的人，你就必须腾出时间给神，放下一切搅扰你的事，专心来到神面前亲近他。如果你的态度正确，对

神有敬畏，他一定会回应你的。

晓得我们的生命有限

我们再看一段经文，内容有点相似，就是诗篇 39 篇 4-5 节：

⁴ 雅伟啊，求你叫我晓得我身之终，
我的寿数几何，叫我知道我的生命不长。
⁵ 你使我的年日窄如手掌。我一生的年数，在你面前如同无有。各人最稳妥的时候，真是全然虚幻。

这是另外一个诗人向神的祷告，内容跟摩西的祷文很相似。他向神求什么呢？可能我们读了都觉得有点奇怪，他竟然求神“叫我知道我的生命不长”。你连这个也不懂吗？好好想一想，你懂还是不懂？这就是我说的“不晓得”，似懂非懂。他说“让我知道”，言下之意他承认自己不晓得，他没有这种意识。

生活一忙碌起来，我们就忘了自己是血肉之躯，是会死的；我敏感不到神，所以也不晓得人活着的意义。前面说到“求你叫我晓得我身之终”。简单来说就是叫我知道什么时候会死，叫我晓得人是会死的。最后又说，“各人最稳妥的时候，真是全然虚幻”。他认识到生命无常。当你觉得最稳妥的时候，可能明天突然间一切都改变了，这就是虚幻。

这是诗人深刻的体会。

我希望在这新的一年，这些话能帮助你思想生命的意义。不要随大流，天天忙忙碌碌。给自己一些安静的时间，用心灵去感应神，我希望你能够认识神。不要等到生命的尽头，或者遇到什么大灾难时，我们才想起神。

其实神老早已经借着圣经的话跟你说话了。但是你必须用一个敬畏、安静的心去聆听。安静的心，就是一种愿意在神面前去反省的心态。所以今天我也鼓励你，如果神的话真的触动了你的心，你就好好效法摩西那样向神祷告，求神指教你如何数算自己的日子。如果你以这种谦卑、敬畏的态度来到神面前，求神借着他的话来指教你，教导你如何数算自己的日子，如何按照他的旨意生活；我可以肯定地告诉你，神必然会回应你的祈求。



晓得神才是永恒的倚靠

我们看最后一节经文，诗篇 90 篇 1 节：

主啊，你世世代代作我们的居所。

这里的“主”就是雅伟神，“居所”可以理解为一个住的地方，这里带有“避难之所”

的意思，是我们可以投靠的地方。“世世代代”意思是永远的意思。摩西认识到惟有神才是我们永远的避难所（居所）。诗篇 90 篇是以这一节开始的，这是一句非常积极的话，是经过很多反思所得出的结论。可能你读前面我给你看的一些经文的时候，你会觉得诗篇 90 篇非常消极，作者是很悲观地在反思人生，其实不是的。

认识到生命的无常，生命的短暂，你投靠什么呢？很多人选择投靠钱。有趣的是，有钱人都选择投靠保险公司，买各式各样的保险。为什么呢？可见钱不能给你保障，你要转移到保险公司投保。你觉得保险公司能给你保障吗？至少他们是无法保你不病不死，因为保险公司也无法改变生命无常的事实。

我们假设有了钱就可以买最好的医保，身体出了什么状况，就去最好的医院，找最好的医生。所以你越有钱你越慌，你想方设法用钱来改变生命短暂、无常的事实。每个人都心知肚明，钱不能改变这个事实。真正的问题是我们心里没有安全感，没有真正的

倚靠。靠人、靠钱、靠保险公司、靠三甲医院、靠人的宗教，这一切都是徒然的。等生命走到尽头时，



我们就会晓得：除了神，一切的倚靠都是虚幻的。离开了神我们是不可能找到真正的倚靠。

生命短暂、无常，终有一天我们都要死，你投靠什么呢？摩西选择投靠神。这是出于敬畏神所领悟的智慧。他终于晓得神才是我们世世代代的避难所，是我们永远的倚靠。所以我也借着这一节鼓励大家，但愿这 2022 年大家真的能够认识神，经历到有神同在的平安。

<https://www.fydt.org>