

# 5.18 SUNDAY 詩篇 90

我們的歲月在你震怒下縮短了；我們的生命像一聲歎息消逝了。我們一生的年歲不過七十，健壯的可能到八十；但所得的只是勞苦愁煩；生命轉瞬即逝，我們都要如飛而去。誰曉得你忿怒的威力？誰明白你震怒的可畏？求你教我們數算我們的年日，好使我們心有智慧。（詩90:9-12）

## 你想活出怎樣的人生？

詩篇90篇被認為是摩西的禱告，也是詩篇中最古老的一篇。這首詩深刻反思上主的永恆與人類生命的短暫，在人生的洪流中，我們就像草木一般，稍縱即逝。然而，詩篇並非停留在對生命短暫的歎息，而是轉向智慧的追尋：「求你教我們數算我們的年日，好使我們得著智慧的心。」（詩90:12）

人生有限，如何珍惜所愛、承擔責任？這正是青少年應思考的問題。在這個充滿選擇與挑戰的階段，我們不應只追逐短暫的成功或沉溺於當下的享樂，而要尋求智慧，活出真正有價值的人生。宮崎駿的動畫電影《你想活出怎樣的人生》也提出類似的省思。劇中的少年真人在旅程中思索生死、成長與責任，領悟生命的意義。電影標題正是對我們每個人的提問：在短暫人生中會遇到各式各樣的處境和挑戰，我們該如何選擇？

詩篇90篇提醒我們，真正的智慧來自敬畏上主，選擇走祂所喜悅的道路，而不是單單追求短暫的成就。我們應當珍惜當下、積極行善，以愛與公義影響世界，投資於具有永恆價值的事物。願我們學習「數算自己的年日」，珍惜時間，把握學習，讓我們的生命不僅有意義，更能承載上主的愛與公義，在世上留下美好的見證。

《有愛的人生》



出版社：台灣教會公報社

作者：李佳民

簡介：台灣基督長老教會總會教育委員會推出系列生命成長書籍，總會生命教育中心主任李佳民牧師撰寫《有愛的人生：從登山寶訓看十誡》，著眼於如何將十誡的教導應用到現代基督徒的日常生活中。



永恆的上主，求祢教導我數算自己的年日，讓我珍惜時間，活出智慧與愛，活得充實而喜樂。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。



今天的  
關鍵字是：