



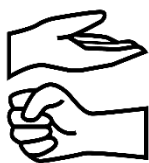
THE  
MENTORING  
PROJECT

# 远离贪心： 物质世界中的满足



JOHN SARVER

远离贪心：  
物质世界中的满足



JOHN SARVER

(约翰·萨弗)

# 目录

引言.....	4
第一部分：普世的征途.....	5
第二部分：不属此地，亦不属此时.....	8
第三部分：欲望的膨胀.....	13
第四部分：少则不满，多亦不满.....	15
第五部分：天上的预尝.....	17
第六部分：放开的手，丰满的心.....	19
第七部分：吃吃喝喝吧！因为我们明天要死了.....	22
结语.....	25
尾注.....	26

## 远离贪心： 物质世界中的满足



# 引言

你幸福吗？

这是一本关于满足的实践指南，但我多半会用“幸福”这个词来代替。满足这个概念似乎更难界定，满足的本质，就是对自身状态或处境生出的幸福感。所以，我想问问你：你幸福吗？更具体地说，你对当下的生活感到幸福吗？如果你并不幸福，我猜是因为你缺少一些你想要或自认为需要的东西：工作、伴侣、孩子、房子、加薪、朋友。如果你已经拥有了这些，或许你觉得它们并不合你心意。如果有了更好的版本，你就会幸福了。

现在，我再问一个问题：如果你得到了所缺乏的一切（薪水更高的工作、更大的房子、爱你的伴侣、乖巧的孩子、忠实的朋友，等等），这就能保证你幸福吗？幸福的秘诀难道就是“你”加上“你所缺乏的”吗？

换句话说，阻隔在你与幸福之间的，仅仅是环境的变化吗？

鲍比·杰米森（**Bobby Jamieson**）是一位牧师、学者和作家，以其在牧会事工和神学著述方面的成就而闻名。他敏锐地指出，你感到不幸福的原因不外乎两种：要么是因为你没有得到想要的东西，要么——请注意——是因为你拥有了一切，却发现这还不够。<sup>1</sup>

我想通过传道书向你证明，幸福并非取决于环境。我特别想帮助你幸福与物质财富脱钩。无论贫富，人都有可能感到痛苦。无论贫富，你都可能感到幸福。简而言之，幸福（或者从广义来说，生命）并非需要努力争取的东西，乃是神的赏赐。

获得满足的关键在于降低你对世界的期望，提高你对神的期望。

但首先，让我们来思考一下你为何会不满足。

# 1

## 普世的征途

你感到不幸福并不奇怪。而你渴望幸福，就更不足为奇了。让我来解释一下原因。传道书的作者（他自称“传道者”）决定要“看明世人，在天下当行何事为美”（传 2:3）。但传道者并不是唯一踏上这段追寻幸福之旅的人。神给予所有人同样的任务，去寻找生命或幸福（传 1:13）。你可以将其视为一场征途。

征途是奇幻或神话故事中最常见的元素之一。其中总会存在重重难关，唯有通过完成使命才能解决。在瑞文戴尔召开的会议决定了魔戒的命运。埃尔隆德正确地宣布，魔戒必须在末日火山摧毁。勇敢的小佛罗多自愿承担这项任务，三部曲的其余部分便围绕这一征途展开：对抗戒灵和半兽人、经历各种诱惑和肉体的考验，这一切都是为了拯救中土世界。<sup>2</sup>

传道书的前半部分主要讲述了传道者的求索。然而，他并非为了摧毁魔戒或找回失落的宝藏。比这些更重要的是，他是在追寻生命与幸福的意义。传道者使用的主要工具是智慧。传道书讲述了他饱尝各种体验，然后总结、思考，向我们讲述他的心得。

他寻找幸福的方式和你一样，也追求并享受着各种事物（传 2:1-11）。他积累财富和产业，沉醉于美酒、智慧、愚行和声色享乐。他举办宴会，雇佣大批仆婢。他的名望和地位与日俱增。

你能想到的，他都拥有。他眼所求的，他心所乐的，没有一样不得到的（传 2:10），他对自己毫无保留。然而，当一切尘埃落定，他回顾自己所取得的一切成就，却发现这一切都是“虚空，都是捕风”（传 2:11）。无论译作“虚空”还是“毫无意义”，关键在于，这一切让他感到沮丧。

事实上，如果你研读这段经文，会发现其中充满了创世记 1 章和 2 章的语言。在这个充满死亡、不公、压迫、孤独、单调和心碎的世界，他为自己建造了一座乐园。他试图重建伊甸园，但没有“只是分别善恶树上的果子，你不可吃”（创 2:17）之类的禁令。神审视自己的创造并称赞其“甚

## 远离贪心： 物质世界中的满足

好”，不同的是，这位传道者审视自己的园圃，却称之为“虚空”：徒劳无功，不过都是捕风。

注意：他拥有了你可能渴望的一切，甚至更多，但这还不够。我们常常感到沮丧，因为我们试图在创世记 3 章的世界里活出创世记 1 章的生命。试图从世俗之物中获取生命，就像试图捕风一样。就在你以为抓住它的那一刻，张开手却发现它和你的心一样空空如也。对生命的追求难以捉摸、转瞬即逝，就像试图抓住并紧握烟雾一样。

那么，你为何会感到不满足呢？在某种程度上，你想要在这个世界里寻找幸福、生命、意义和价值。所以，你一直在追寻，却永远无法抵达。

传道者希望你从他的经历中汲取教训。当然，你会忍不住认为自己会有不同的结局。但你之所以没有得出与他相同的结论，唯一原因是，你没有和他一样的经历。坦白说，你可能还没有达到任何领域的巅峰。你倾向于认为，*如果拿到那次加薪、如果拿到那个学位、如果买下那套房子，就终将获得幸福*，因为你还有太多可以得到的东西。传道者没有这样的借口，所以他才成为追寻幸福路上完美的实验对象。

你人生中的所有追求，都可以比作攀登蜿蜒曲折的楼梯，每一条楼梯上都有人在你前面，过程令人精疲力竭，而且由于楼梯曲折蜿蜒，你根本看不到何时才能到达终点。总有更多的钱可以赚，更多的粉丝可以赢得，更多的欢愉可以享受，更前沿的科技产品可以购买。你追随那些走在你前面的人，和他们一样，以为自己很快就能登顶，但你永远也到不了。

传道者没有你这样的困扰。他在每一条楼梯上都位于前列，将追随者远远甩在后面，他能清楚地看到自己离终点还很远。鲜少有人能像他这样，以如此超然的视角审视自己的经历：再买一套房产，就能做到前 30 套未能做到的吗？我真的只需再参加一场派对就能满足了吗？再娶一个妃嫔，再多一个家仆呢？他开始意识到，这笔账算不通。

布莱兹·帕斯卡（Blaise Pascal）说，这种不断追求却永远无法满足的体验，“如此一致的验证，应该足够让我们相信，我们根本无法通过自己的努力来得到幸福。但过去的经验并没有教给我们什么……然而，现实总是无法满足我们，经验不断捉弄我们，带我们从一个不幸走向另一个不幸，直至死亡。”<sup>3</sup>

## 实践指南

你一直在不停地爬楼梯，看不到终点，直到死去。就像升起又落下的太阳一样，你每天都气喘吁吁地回到原点，却从未停下来问问自己是否得偿所愿（传 1:5），你从未获得满足。

所以，让我问你，如果你得到了想要的一切，就能保证你的幸福吗？

不能，也不可能。

传道者拥有了一切（你渴望的一切），却发现这还是不够。

### **问题反思：**

1. 你是否曾经得到你最想要的东西，却发现它永远不够？  
那是怎样的一种感受？
2. 在人生的这个阶段，你是如何培养满足感的？

## 2

# 不属此地，亦不属此时

很显然，神赋予了我们普世的幸福追求，但究竟是如何赋予的呢？就我个人而言，我并不记得与天上的人力资源部门坐下来商讨过这项任务。

神已将这追寻刻入我们的基因。这就是他创造你的方式。

在吟诵了一首关于人生四季的诗（这首诗因葬礼和飞鸟乐队[The Byrds]的歌曲《Turn! Turn! Turn!》而广为人知）之后，传道者解释了为什么我们会觉得人生时光如此令人沮丧。

首先，他重申神赋予亚当的子孙这项任务（查究何为善），是为了让他们在其中受经练（传 3:10）。这是一项本身就令人沮丧的任务，因为正如他列举的四季所示，生命始于出生，终于死亡。不仅如此，中间的一切似乎都在生死之间摇摆不定。生命由栽种与拔除、杀戮与医治、拆毁与建造、哭与笑、哀恸与跳舞、怀抱与疏离等等组成（传 3:1-8）。

我们渴望生命中处处充满欢笑与舞蹈。然而，生命更像是与挚爱之人在婚礼上翩翩起舞，随后却因与你共舞之人离世而痛哭流涕。

世界的破碎加剧了我们的不满。我们以为能让我们快乐的事物，常常被剥夺。无论我们多么努力，都无法阻止它们被夺走（传 3:14）。

当然，这也是耶稣教导我们不要为自己积攒财宝在地上的原因，因为地上有虫子咬，能锈坏，也有盗贼来偷，而要积攒财宝在天上（太 6:19-20）。我们失去时所感受到的挫败感，是要教导我们关于这世界和自身的某些功课。我的笔不在乎它是我常常使用、和其他笔一起放在抽屉里，还是丢失或被找回。但你不同，神创造你的方式与众不同。

在吟诵完关于我们周遭时光的诗歌，并重申人类的普遍追求（生命的普世征途）之后，传道者终于谈到了原因——我们内在的“时间”：

神“将永生安置在世人心”（传 3:11）。

神以特别的方式造了你，使你与周围的一切都不同。

## 实践指南

《狮子王》中有一个经典的场景，发生在娜拉指责辛巴对族人缺乏责任感之后。辛巴在处理对父亲去世的愧疚、对自身身份的困惑，以及他对族人应尽的责任时，经历了一场存在主义危机。

木法沙在云端向辛巴显现，呼唤着他的儿子（请试着用詹姆斯·厄尔·琼斯[James Earl Jones]的语气来读这段话）：

辛巴，你已经忘了我。你忘了你是谁，所以，你也忘了我。好好看看你的内心，辛巴。你不只是你现在的样子。你必须在生命循环中找回你的位置。记住你是谁。你是我的儿子，唯一的真王，记住。

木法沙引导辛巴反思内心，回顾过去，是为了唤醒他，让他认清当下。辛巴的真实身份与他当前的生活方式之间存在着错位。如果他向内审视并回望过去，就会发现事实确是如此。

你知道在世界历史上，有多少狮子曾因存在主义的焦虑而仰望星空？有多少猫鼬曾思考过自身的存在意义？有多少疣猪不得不去追寻自己的身份？

一个也没有。

你知道有多少健康的成年人曾思考过生命的意义？我们有多少人曾疑惑：“这一切究竟有什么意义？”有多少人曾探究：“我为什么在这里？”又有多少人曾追问：“我们死后会发生什么？”

你知道历史上有多少文化曾试图解答关于生命意义的问题吗：我们是如何走到今天的？我们将去往何方？为何万物不按本应有的秩序运行？万物终将得着完全吗？又将如何得着完全？

整个人类都在为自己在地球上的苦难而哀叹。他们知道，自己被造的目的远不止于这个世界所能给予的。

你看，所有生物都生活在时间之中。你可以用时间衡量一块岩石的存在，你可以用时间衡量一株植物的生命，你可以用时间衡量一条狗的生命。所有被造之物都存在于时间之中，但人类的独特之处在于，在某种奇特的意义上，时间已被置于我们心里。

地球上唯一会感到不满足的生物是人类，因为神创造我们，是为了让我们拥有比当下更多的东西。狗满足于它的骨头，植物拥有它的阳光。但我们被造的意义，远比物质所能提供的更多。

## 远离贪心： 物质世界中的满足

你对幸福的追求，永不停歇却永远无法企及（内省），应该会让你（回顾过往）领悟到，我们生来就该拥有更多。

帕斯卡写道，我们无法从周遭事物中获得满足，这应该让我们得出这样的结论：“人类曾经一度有过真正的幸福，而现在只剩下空洞的标志和痕迹，人类徒劳地想要通过周围的事物来填补这份空缺……但这一切都填不满，因为无限的深渊只能由无限且永恒不变的对象来填满，也就是说，只能由神本身来填满。”<sup>4</sup>

试图通过加薪、换房或社交媒体涨粉来获得满足，就像试图通过不断加 1（或者更确切地说，加 0）来达到无穷大一样。这在数学上是不成立的。

如果你不幸福，可能是因为你觉得自己缺少了什么。你所缺乏的，无法通过获得世界上更多的东西来填补。首先，死亡会剥夺你的一切。你是为神而造的，你心里也明白这一点。

神已将永生安置在你的心里。这是对神的认知，但更像是一种记忆。我们可以把它比作思乡之情。我相信你小时候肯定有过这样的经历：你被送到祖父母家、表亲家或朋友家。你起初很开心，但随着时间的推移，家庭和文化差异开始让你感到不适。眼前的景象、耳边的声响、空气中的气味以及各种习俗，都让你感到格格不入。你会暗自思忖：“我们家不会这样做。”“我家可不是这样的。”每当出现差异，你都会被推离那个家，推向你自己的家。

神在传道者的诗中向我们展示了人生四季——这些季节我们都亲历过：死亡、拔除、哀恸、哭泣、失去、疏离、仇恨和战争。这些消极或痛苦的季节，在某种意义上，是为了让你对世上的事物感到不满，从而产生思乡之情。我们的问题在于，在经历这些时，我们往往会加倍努力地在世上攀取。我们会更加努力地让神的恩赐发挥它们本身无法发挥的作用。然而，这些经历本应教我们反其道而行之。每一次与死亡的相遇，每一次背井离乡，每一次哀悼和哭泣，每一次被疏离或憎恨——目的都是为了让你的心远离这个地方：“这并非我家乡的样子。”而生命中的美好时节——不息的生命、欢笑、起舞、相爱、建造、拥抱与和平——则提醒你的心：“这感觉就像家一样。”

这种既感受到某些事情不对劲、又感受到某些事情本该如此，却始终无法触及的双重感受，常被基督教和非基督教思想家比作乡愁。也就是说，那

## 实践指南

种“我们本该拥有更多”的感觉，那种“我们几乎记得，却不知何故无法触及”的体验，是如此普遍，以至于有一个专门的术语来描述它。

C.S. 路易斯如此描述这种乡愁：

显然，我们终生的乡愁——渴望与宇宙中被割离的某物重新合一，渴望进入那扇我们始终只能从外凝望的门——并非神经质的幻想，而是我们真实处境最真切的写照。而最终被呼唤入内，既是远超我们所应得的荣耀与尊荣，也是那由来已久之痛的医治。<sup>5</sup>

你生来就该幸福，你心里知道，几乎还能想起。问题在于你找错了方向。

因此，我们需要的不是环境的改变（至少通常不是），而是视角的转变。神所赐的暂时之物，无法提供你内心渴望的永恒平安。它们本意只是让你在归家途中享受其美好，仅此而已。

所以，获得满足的第一步，就是降低你对世界所能给予的期望。

想象一下，两个人都在堆沙堡。一个人认为沙堡会成为他真正的家。你可以想见他的决心，他满头是汗，时而焦虑，时而愤怒。每当风吹、浪打或蹒跚孩童将沙堡推倒，他都会暴跳如雷。

若目睹此景，你可能会发笑或皱眉。你会用智慧分析这种情况。他选择了愚蠢的方式（堆沙堡）去追求美好的目标（一个家）。

另一个人也面临着同样的情况。同样的沙子、水、风和浪。但他却有不同的视角。他明白沙堡是暂时的，自己并不需要它来维持生活。所以，他一手拿着铲子，另一手端着美酒（传 9:7）。他和孩子们一起堆沙堡，自知沙堡不会长久，却依然尽享当下的美好。

耶稣再次教导我们：

*“不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。只要积攒财宝在天上；天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里。”*——马太福音 6:19-21

然后，主又补充道：

*一个人不能侍奉两个主；不是恶这个爱那个，就是重这个轻那个。你们不能又侍奉神，又侍奉玛门。——马太福音 6:24*

## 远离贪心： 物质世界中的满足

我们的不满往往根植于贪爱金钱，因为我们指望金钱能为我们成就唯有神才能成就的事。基督警告我们，你们不能同时侍奉两者。我认为，传道者通过关于财富的教导，想要表明的一点是，二者不能同时为你效力。唯有其一为你提供保护、安全、平安、生命和喜乐：是金钱，还是神？一个是虚假的金子，另一个是永恒的财富。

### **问题反思：**

1. 在时间方面，人类与世间万物有何不同？
2. 我们的渴望告诉我们，我们是为何/为谁而被造的？
3. 对这个世界抱有过高的期望，会如何导致我们走向失败？

# 3

## 欲望的膨胀

传道者是如何积累起房产、园囿、家仆、妃嫔、名伶、名望等等的？一言以蔽之：金钱。我们许多的不满往往根植于对金钱的渴求。我们想要更多，并且认为金钱可以满足这一切。

问题在于，正如我们所见，有限之物无法填补无限的空虚。

传道者在 5 章和 6 章中正面探讨了这个问题。

*5:10 贪爱银子的，不因得银子知足；贪爱丰富的，也不因得利益知足。这也是虚空。*

*6:7 人的劳碌都为口腹，心里却不知足。*

我相信你一定体会过饥肠辘辘的感觉，以及进食后那种解脱与满足。

你的欲望是与生俱来的，不仅是对金钱的渴望（实际上是你认为金钱能够买来的东西）。更根本的是，你渴望幸福、和平、永恒和价值——简而言之：生命。

与吃饭能满足肚腹不同，指望用银子或财富来完成唯有神才能做到之事的人，永远无法得着满足。试图用收入来填满你的内心，就像逐风，然后用所抓的空气来满足自己。无论你吞下多少空气，都永远无法填饱肚子。

金钱看到了你心中的空虚，它说，只要你追逐我，我就能填补这份空虚。但金钱无法兑现自己的承诺。

我有一个四岁的女儿。她经常问三个哥哥姐姐和父母：“今天是明天吗？”我们都觉得这很有趣。孩子们特别喜欢回答她：“不是。”

我尽力向她解释，今天不是明天，这是不可能的。但我们每解释或调侃一次，她就越发生气。“不，今天就是明天？！”我理解她为什么生气。她睡前总带着某种期待——比如，我们明天要去游泳池。所以她一醒来就问：“今天是明天了吗？”意思是，是时候兑现给我的承诺了吗？当我们告诉她今天不是明天时，她觉得我们是在推迟她的承诺。

## 远离贪心： 物质世界中的满足

财富每天都给你同样的承诺——只要你追逐我，我明天就让你快乐。只是，那承诺却总是一再推延。你会发现，你还需要再加一次薪才能感到喜乐。你还需要在 401K 账户里多存点钱才能感到安全。你还需要更丰厚的应急基金才能安心。

想要通过财富获得满足，就像去散步时指望走到地平线，但地平线却不断向后退。你不断追逐，却发现自己不过是在追逐换了名字的风。这种覺悟直擊「貪婪是否為罪」的核心——這不僅是一種道德上的敗壞，更是在一個毫無生命之處，徒勞地尋找生命的本源。

年入五万还是五千万，都无关紧要。你的初始收入是多少，你的财富增长潜力如何，都无关紧要——如果金钱是你的目标，你永远不会幸福。从某种非常具体、物质的角度来看，你在试图用有限的金钱去填满无限的缺口。你永远无法积累足够的金钱来填满心中这份无限的渴望——事实上，这样做只会掏空你自己。

这就是贪婪的问题所在。金钱不仅不能让你感到满足，还会助长你的贪欲。追求金钱，以为它能让你满足，就像喝盐水一样，只会让你更加口渴，甚至脱水。或者，你可以把这种追求比作毒癮，过去一点点就能满足的需求，现在却需要更多。如果你为了奖金而活，但今年的奖金只有去年的一半，那么这份奖金反而会让你感觉像是损失。很少有人会情愿降低生活水平，贪婪会耗尽你的灵魂。

金钱及其买到的东西都不能保证幸福，因为幸福不是可以买卖的，乃是一种赏赐。

### 问题反思：

1. 金钱是如何巧妙地让你误以为，只要拥有更多，所有的问题都会迎刃而解？
2. 认识到幸福是一种赏赐而非权利，会如何改变你的视角？

## 4

# 少则不满，多亦不满

在传道书 5 章和 6 章，传道者讲述了一个拥有一切却并不幸福的人的故事（传 5:10）。他的财富吸引了不怀好意的人（传 5:11），事业给他带来了焦虑（传 5:12），他夜不能寐（传 5:12），没有朋友（传 4:7），最讽刺的是，他缺乏自己认为金钱可以买到的东西——喜乐。

但是，这个人不仅拥有金钱，还拥有旧约时代的理想生活：在财富之外，还有儿女和长寿（传 6:3）。然而，他却并不满足。

格莱美奖和奥斯卡奖得主威尔·史密斯（Will Smith）最近接受采访时，着重分享的并非跌入“谷底”，而是他称之为“悬崖之巅”的境地。

他说，那是“当你登上顶峰，你意识到……实际上，没有任何东西能让你快乐……你可以抵达物质世界的尽头。你可以走到钱财的尽头，走到情欲的尽头，走到名望的尽头。你拥有那么多……然后你就像从悬崖上坠入深渊……在那里，生活失去了所有支持你、取悦你的能力。”

拥有一切，却发现仍然不够，这是有可能的。这就是传道者的经历。听起来，威尔·史密斯也曾经或正在经历这一切。

*人……活许多岁数……心里却不得满享福乐，又不得埋葬；据我说，那不到期而落的胎比他倒好。——传道书 6:3*

这个人的生活，某种程度上比死亡还要糟糕。电影《勇敢的心》中梅尔·吉布森（Mel Gibson）饰演的威廉·华莱士说得对：人人都会死，但并非人人都真正活过。你可以活着，却并非真正地活着。这个人在世人眼中拥有活下去的一切，内心却早已死去。

拥有很多，他并不满足。后来，他在祸患中赔光了所有积蓄（传 5:14；6:2）。如今，他拥有很少，更不满足。他跌入了人生的谷底。

*他怎样从母胎赤身而来，也必照样赤身而去；他所劳碌得来的，手中分毫不能带去……并且他终身在黑暗中吃喝，多有烦恼，又有病患呕气。——传道书 5:15-17*

## 远离贪心： 物质世界中的满足

他独自在黑暗中吃饭，不愿点根蜡烛，因为要省着那仅有的一点油。你看，这画面。他虽身处日光之下，却生活在黑暗中，预见自己将前往坟墓。

传道者向我们揭示了通过财富追求幸福的双重悲剧：它让你在追求中痛苦，在失去时痛苦。追求过程中的痛苦：焦虑、失眠、孤单，永远追逐却永无止境。如今失去时更觉痛苦。讽刺的是，这个失去一切的人，在他富有的时候也没有丝毫接近幸福，因为物质财富并非快乐的必要条件。但因为他将幸福与物质财富捆绑在一起，如今他一贫如洗，反而离幸福更远了。

注意：财富不仅买不到幸福，对财富的贪恋还会夺走你原本可能拥有的那一点点快乐。

那么，解决之道是什么呢？

传道者告诉我们：

*满了一把，得享安静，强如满了两把，劳碌捕风。*

这便是传道书版的“一鸟在手，胜过双鸟在林”。与其用双手去追逐你所没有的，导致失去你真正需要的——安息，不如安于自己手中已有的。

需要明确的是，问题不在于金钱本身，而在于对金钱的贪恋。这种贪恋源于一种错觉，以为金钱能为你做到只有神才能做到的事。贪爱钱财往往是我们不满足的根源，因为金钱承诺满足你一切欲望。但承诺终究兑现不了。

满足于你所拥有的（神所赐予的）才是更好的选择，这样你才能体验到你真正渴望和需要的——喜乐。

满足的关键在于两点：一是正确看待你所拥有（和没有）的一切，二是与赐予这一切的那一位建立正确的关系。

喜乐并非靠不懈努力就能获得，而是神此刻赐予的礼物。

### **问题反思：**

1. 你在这个世界上渴望追求的“一切”是什么？你认为什么才能让你最终获得幸福？
2. 认识到世间万物都不能令人满足，如何能保证你不在虚空中寻找满足？

## 5

# 天上的预尝

与那位拥有一切（却痛苦不堪）又失去一切（依然痛苦不堪）的人形成鲜明对比的是，传道者告诉我们，神赐予一个人“资财丰富”，而且“使他能以吃用，能取自己的份，在他劳碌中喜乐”（传 5:19）。

请注意，资财丰富并不一定意味着幸福和安息（这就是为什么无论我们拥有多少，都可能感到不满或知足）。喜乐必须由神赐予。

事实上，神赐予礼物的原因，与父亲给孩子礼物是一样的，都是为了给孩子带来喜乐。并且人人吃喝，在他一切劳碌中享福，这也是神的恩赐（传 3:13）。当我们对神所赐予的感到不满时，就会出现这个问题（传 6:3, 7）。

我可能有点啰唆，但这值得反复强调：重要的不是你的境遇，而是你的视角。获得满足或幸福的关键是降低你对世界的期望，提高你对神的期望。如果你指望财富、饮食、朋友、工作，甚至美酒能为你带来只有神才能给予的东西，你注定不会幸福。如果你接受这一切本来的样子，不附加什么期待，你就能真正从中享受美好。这是圣经中关于金钱管理原则的重要一课。

我和妻子有四个孩子，所以我们大部分购物都只能去 **Costco**——如今唯一能让我们把食品柜和冰箱塞满的地方。如果你不熟悉 **Costco**，它是一家拥有众多忠实拥趸的超市，以高质量的产品、散装商品和实惠的价格而闻名。**Costco** 的一大亮点就是免费试吃。

试想一下你在 **Costco** 排队领取试吃品，你前面的人吃了一小口微波炉加热的披萨，开始对着提供试吃品的工作人员大喊大叫。

“我还是饿！”

“我还是饿，而且这块披萨太难吃了！”

这就像看着海滩上那个堆沙堡的傻瓜，你会带着智慧或超然的视角观察这一幕。你知道试吃品不是为了让你吃饱。这并非试吃品的初衷，它们只是

## 远离贪心： 物质世界中的满足

小小的馈赠。基督徒关于极简主义和简朴生活的视角，能帮助我们正如对待这些试吃品一样，去对待世俗的财富。

如果你在 **Costco** 吃了半块贝果披萨，却指望得到纽约 **Una Pizza Napoletana** 的一整个披萨的体验，你注定会失望、沮丧、不满。传道者也是这样看待我们试图从金钱、工作、名誉、粉丝、性、新技术、知识、愚行等事物中寻找安全感、价值、和平、永恒、生命和喜乐的。我们带着挫败感尝试这些样品，却不明白它们并非为了满足我们。它们只是来自天上的小礼物，供我们在归家的旅途中享用，我们只需领受就好，别无其他。

你对生活的哪些方面感到不满？这种不满源于一种观念（一种谎言），即认为获得某些物质上的赏赐，就能得到你认为神目前没有给予你的东西。难道历史和神的话语还不够明白吗？它们无法真正满足你，唯有神才能。你在哪些方面把天上的恩赐看得比它们本身更重要？

样品的意义就在于此：它们仅仅是更大更好的事物的一小部分。如果你喜欢，你可以去源头获取更多。如果一小块披萨勾起了你的食欲，你可以买上一整盒。这些礼物的意义在于，让我们享受它们本身，并让我们仰望那赐予一切的众光之父（雅 1:17）。

### **问题反思：**

1. 把幸福寄托于环境而非视角，会有什么问题？
2. 如果恩赐不能取代神，那它们有什么益处？我们应该如何看待这些恩赐？

## 6

# 放开的手， 丰满的心

传道者担负的一项使命，是给你一个全新的生命视野。令人震惊的是，这视野竟是死亡。确切地说，是死亡和神的审判（传 11:8-9）。他想要唤醒你，让你意识到：你终将一死，且来日无多。你在此世的时光，如同吹灭蜡烛后残留的青烟。

他帮助你直面死亡的一个方法，就是让你停止用各种事物转移自己的注意力（金钱、娱乐、工作等等）。他揭开我们用来隔绝死亡临近的种种幕布，让我们得以活得有智慧。

如果你熟悉智慧书（尤其是箴言）就知道，它们的目的是用神的智慧和秩序吸引你。而令传道书作者感到困扰的，正是那些例外情况。赛跑并非总是快跑者能赢，战斗并非总是善战者得胜，食物未必属于有智慧的人，晋升未必属于有功之人，死亡也未必属于恶人，等等（传 9:11）。人生不合逻辑，也并不公平。而死亡，更是人生荒谬的极致体现。无论贫富、智愚、善恶，人人都难逃一死（传 9:2-3）。死亡是最大的平等。

*因为世人遭遇的，兽也遭遇，所遭遇的都是一样：这个怎样死，那个也怎样死，气息都是一样。人不能强于兽，都是虚空。都归一处，都是出于尘土，也都归于尘土。——传道书 3:19-20*

死亡不分罪人与圣徒——它夺走，夺走，夺走。这似乎说不过去。当然，基督徒明白这是公平的。因为罪的工价乃是死（罗 6:23）。罪，是微不足道的极致之举。亚当以为自己像神一样，如今人却像狗一样死去。

福音的奇妙之处在于，神屈尊降卑为人。不仅如此，他还顺服至死，被钉在十字架上。他为他子民的罪受苦，舍命使他们得生。

## 远离贪心： 物质世界中的满足

因此，对基督徒而言，死亡不再是令人恐惧之事，而是通往更丰盛生命的大门，也因此成为我们今日的导师。死亡至少能教导我们两个重要功课，让我们学会满足。

首先，死亡会剥夺你的一切。你将一无所有地离开，如同出生时一样。他怎样从母胎赤身而来，也必照样赤身而去（传 5:15）。

传道书如此开篇：

*在耶路撒冷作王、大卫的儿子、传道者的言语。*

*传道者说：虚空的虚空，*

*虚空的虚空，凡事都是虚空。*

*人一切的劳碌，就是他在日光之下的劳碌，*

*有什么益处呢？——传道书 1:1-3*

传道者的问题是一个反问句，答案既显而易见又刺痛人心。我们在日光之下能得到什么呢？什么也得不到。

我们在此世一无所得，因为这世界满足不了我们；而死亡必使我们两手空空离去。到头来，死亡终将一切清零。我们辛苦积攒的一切，都将被夺去（传 2:21；太 21:43）。

这就是死亡给我们的第一课：若你在世上积攒的财物既无法阻止你死亡，又将在你死后被夺走，它们便无法赐予你生命。宽敞漂亮的房子、崭新的车子和高薪的工作都无法延长你的寿命（数量上），也无法保证你在死前能够真正地活着（质量上）。

基督在约翰福音 6 章阐明了这一点：

*耶稣回答说：“我实实在在地告诉你们，你们找我，并不是因见了神迹，乃是因吃饼得饱。不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永生的食物劳力，就是人子要赐给你们的”……他们说：“主啊，常将这粮赐给我们！”耶稣说：“我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴……因为我父的意思是叫一切见子而信的人得永生，并且在末日我要叫他复活。”——约翰福音 6:34-40*

## 实践指南

目睹基督用五饼二鱼使五千多人吃饱后，人群便四处找寻他。然而，他们却忽略了神迹（样品）的真正意义，只想填饱肚子。基督心中另有更美的礼物：那就是他自己——那天上的粮，使你永不再饥饿，并保证你战胜死亡。这是任何一块酸面包都无法做到的。这是任何学位、任何收入、任何假期，甚至任何一双鞋都无法做到的。基督赐予生命，永生，就是那幸福的生命，作为一份礼物。这意味着生命不是靠努力赚取或争取而来的，而是直接从他那里领受的。这也意味着，死亡无法夺走这生命。事实上，基督徒发现，死亡反而是他们真正获益的一环，因为他们将得着基督（腓 1:21）。

基督所变的饼具有双重意义。一方面，它作为食物供人享用，另一方面，也是为了让众人的目光转向天上的粮——耶稣基督。

新约的教导常常引导我们把目光从恩赐转向赐恩者：

*所以，不要忧虑说吃什么、喝什么、穿什么。这都是外邦人所求的。你们需用的一切东西，你们的天父是知道的。你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。所以，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑。一天的难处一天当就够了。*

——马太福音 6:31-34

请注意，这里会出现一种“反弹效应”。当你不再过多关注你认为自己需要的那些事物（这里指的是食物和衣服等实际需要，但我们可以根据这个原则扩展清单），而是仰望神的供应时，我们会得到更好的——神。因为神是一位慈爱的天父，我们自然也会得到所需的一切（而且往往远超所需）。

当你对神的期望日益增长，当你在基督里得着满足，当你在天上积攒财宝，你会发现自己对世上的事物很满足，因为你不再需要它们。你已经拥有了你所渴望的生命、和平、保障、永恒和喜乐。因此，你可以自由地享受神的恩赐，不再对它们有多余的期待。

### 问题反思：

1. 和你的导师分享一次你意识到唯有耶稣胜过世间上一切的经历。
2. 死亡的必然性和永生的应许如何改变你对不断积累物质财富的看法？

# 7

## 吃吃喝喝吧！ 因为我们明天要死了

一旦你对神及其恩赐的期望设定得当，你就能享受并满足于你现在的的生活状态和拥有的一切。

死亡要教给你的第二个功课，是享受当下。不是明天，而是今天。

终一生都心怀不满，只期盼着未来才能真正快乐，那该是多么遗憾。

因为你被造的意义远超你在此世所经历的（有永恒在你心中），你会想要在当下寻找伊甸园，不过不是在神里面，而是在他的恩赐中。而由于这些恩赐都无法满足你的渴望，你会误以为自己离终点只有几步之遥。因此，心怀不满的人总是为明天而活，为明天焦虑，为明天工作，却从未享受过今天（剧透一下：你期待的那个明天永远不会到来）。

帕斯卡这样写道：

“让我们每个人都审视自己的思想；他会发现，自己的思绪全然系于过去与未来。我们几乎从不思考现在，即使偶尔想到，也只是为了看看当下能为未来计划投下怎样的光。现在永远不是我们的目标。过去和现在只是我们的手段，唯有未来，才是目的。于是，我们始终没有真正地生活过，我们只是在“希冀着生活”，如果我们总在盘算如何获得幸福，那就注定永远无法真正幸福。”<sup>6</sup>

神对他的儿女如此慷慨，在基督里赐给我们所需的一切，甚至更多。他赐给我们饮食、工作和朋友，让我们享受这一切（传 3:13）。然而，就像餐桌上抱怨的孩童一样，我们却漠视他的慷慨，认为我们理应得到今天所拥有的，其实这一切我们明天未必能得到。

## 实践指南

不满足是一个恶性循环。如果我们只为明天的房子、明天的晋升、明天的学位和家庭而活，我们今天就只会充满焦虑和不安。就像5章和6章那个在成功和失败中都痛苦不堪的人一样，不满的人永远无法享受今天，也永远无法抵达“明天”。他们为明天的风而活，却永远无法抓住它。

而且，正如传道者急切要指出的，你的生命不过是一片云雾。你的明天正在迅速流逝。不要在从未享受过今天的情况下，让明天就这样溜走。

有一种更好的生活方式——把今天视作神的恩赐去接受。正如上文所述，如果你在基督里感到满足，你就不需要更多的恩赐，因此你就能自由地享受你所拥有的。

请听使徒保罗如何从死亡中汲取智慧：

*“然而，敬虔加上知足的心便是大利了；因为我们没有带什么到世上来，也不能带什么去。只要有衣有食，就当知足”——提摩太前书 6:6-8。*

请注意保罗如何从死亡中汲取同样的教训。我们赤身而来，也将赤身而去。不要把生命寄托在那些会被死亡剥夺的东西上。相反，只要衣食充足，你就可以满足。保罗的“生活水平”在某种意义上非常低。在另一种意义上，却又高得无比。他之所以知足，是因为他拥有基督。

*我并不是因缺乏说这话；我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足、或饥饿、或有余、或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。我靠着那加给我力量的，凡事都能做。——腓立比书 4:11-13*

保罗降低对世界的期望，同时提高对神的期望。

如果保罗对美好生活的描述——丢弃万事，为要得着基督（腓3:7-8）——显得有些单薄，那是因为你仍然对世界期望过高，对神的期望过低。当你在基督里得满足，他与衣食之外，你不需要更多。其他的一切，都是神赐下的极大祝福，为叫人尽情享用。

因此，尽管传道书表面上对日光之下的人生持悲观态度（人终将死去，世界充满破败，无人会纪念你），传道者还是反复强调一个道理。他七次从云端探出头来，给出来自天上的启示：

*人莫强如吃喝，且在劳碌中享福，我看这也是出于神的手。论到吃用享福，谁能胜过我呢？——传道书 2:24-25*

**远离贪心：  
物质世界中的满足**

*我就称赞快乐，原来人在日光之下，莫强如吃喝快乐；因为他在日光之下，神赐他一生的年日，要从劳碌中时常享受所得的。*

——传道书 8:15

唯有当你两只手都握住通往满足的钥匙时，才能真正理解这些经文。饮食、工作、婚姻，这一切都无法赐予你生命。神热切又慷慨地渴望赐予你生命。当你同时拥有这两者，并在基督里获得满足时，你就会体验到“反弹”效应，从而真正享受那些你曾经试图从中寻找生命的事物。你不再将它们视为通往明天幸福的途径，而是今天就享受它们。

幸福是神今天所赐的礼物。

**问题反思：**

1. 是什么阻碍你享受当下及当下的恩赐？
2. 你有哪些方面容易感到不满足？



## 结语

那么，让我再问你一次，你幸福吗？如果不幸福，为什么？我猜是因为你缺少一些你认为自己需要的东西。因为你认为你所缺少的东西可以弥补神尚未赐予你的。

解决之道是什么？降低你对世俗事物的期望，提高你对神的期望。如果你有衣有食又有神，你就足够了，甚至绰绰有余。你拥有这位无限的神，他能填补你心灵的空缺。而且，你（可能）拥有比你所需更多的世俗恩赐，他赐予你这些，是为了让你在前往与他面对面相见的旅程中享受它们。

问题是，这些对你来说够了吗？

请再次聆听保罗的话，记住，世上没有什么是有益的（物质无法满足人，而且在死亡面前都会被剥夺）：

*只是我先前以为于我有益的，我现在因基督都当作有损的。不但如此，我也将万事当作有损的，因我以认识我主基督耶稣为至宝。我为他已经丢弃万事，看作粪土，为要得着基督；并且得以在他里面，不是有自己因律法而得的义，乃是有信基督的义，就是因信神而来的义；使我认识基督，晓得他复活的大能，并且晓得和他一同受苦，效法他的死，或者我也得以从死里复活。——腓立比书 3:7-11*

唯有在基督里，才能得着益处。唯有他能使人满足。唯有他能战胜死亡。当我们不再靠着看银行账户、而是通过仰望他来用心战胜财务焦虑时，我们就能得享平安。这种基督徒关于极简主义和简朴生活的视角，核心不在于一无所有，而在于在基督里拥有一切。在他里面找到满足，你就能凡事知足。

远离贪心：  
物质世界中的满足



## 尾注

1. 鲍比·杰米森，《永无餍足》(Everything Is Never Enough) (纽约：沃特布鲁克出版社，2025年)，第 x 页。
2. 如果你对剧情不太了解，不妨读读 J·R·托尔金的《指环王》!
3. 布莱兹·帕斯卡，《思想录》(Pensees)，第 425 段。  
<https://www.ccel.org/ccel/pascal/pensees.viii.html>。
4. 帕斯卡，《思想录》(Pensees)，第 425 段，  
<https://www.ccel.org/ccel/pascal/pensees.viii.html>。
5. C.S. 路易斯，《荣耀之重》(The Weight of Glory)，邓军海译 (上海：华东师范大学出版社，2015年)，(英文原版第 41-45 页)。
6. 帕斯卡，《思想录》(Pensees)，第 172 段，  
<https://www.ccel.org/ccel/pascal/pensees/pensees.iii.html>。



约翰·萨弗（**John Sarver**）是田纳西州孟菲斯市中城浸信会（**Midtown Baptist Church**）的牧师。他与妻子杰西卡（**Jessica**）育有四个子女。

