

## 第8天 —— 嗎哪

「我是從天上降下來生命的糧；人若吃這糧，就必永遠活著。我所要賜的糧就是我的肉，為世人之生命所賜的。」約6:51

### 推薦模式

#### 頌讚 (大約10分鐘)

- 在祈禱時刻的開始，要稱頌上帝的品格。
- 感謝上帝，耶穌就是從天上降下來的嗎哪。
- 感謝上帝使我們可以將祂的話當作食物吃了。

#### 認罪並宣告得勝罪惡 (大約5分鐘)

- 祈求上帝向你顯明有哪些需要私下承認的罪。宣告上帝已經勝過了這些罪。
- 祈求上帝饒恕你不願意領受自天而來之嗎哪的罪。
- 祈求上帝饒恕你選擇用暫時的事物填補饑餓的罪。
- 根據〈約翰一書〉1:9，感謝上帝赦免你的罪。

#### 祈求與代禱 (大約35分鐘)

- 祈求上帝使我們能像以色列人一樣，每日清晨去收集嗎哪，我們各人也要每日尋求與上帝有新的經歷，要藉著順從完全降服於祂，從而領受祂的肉和祂的血。
- 懇求上帝使每一位信徒能意識到我們正處在恩典時期即將結束之際。願我們每一位能讓聖靈隨己意在我們心中動工，培養我們的品格。
- 懇求上帝教導你如何領受自天而來的嗎哪。
- 懇求上帝賜給你聖靈，以便能明白祂的聖言，領悟真理。
- 當你研讀上帝的聖言並默想耶穌基督以及祂的生平之時，懇求上帝賜給你全新的生命。
- 懇求上帝幫助你唯獨默想那些建立靈性的事情。
- 祈求上帝使教會的領袖（你們當地的牧師、區會、聯合會、分會，以及全球總會的領袖）以及他們的家人能每日領受自天而來的嗎哪，就是上帝的聖言。
- 為成千上萬的全球佈道先鋒祈禱，他們正在建立教會，還有很多人的處境十分危險。為他們的安全祈禱，求上帝賜予他們智慧和成功。
- 祈求上帝使我們能忠於上帝，忠於祂的聖言，忠於復臨信息，並忠於上帝托付於我們的使命。祈求上帝使我們願意在凡事上跟從主，並要祈求上帝在我們的生活中彰顯祂的大能大力。
- 祈求上帝使參加安息日學的人數能有所增多，使眾位信徒和受邀來參加禮拜

之人能專注於我們的團契、使命、研經，以及當地的對外佈道。

- 祈求上帝的教會能在末後掀起巨大的復興和起初的虔誠。祈求上帝使我們即使天塌下來也能持守真理。
- 祈求上帝興起青年人在南太平洋分會的20個國家，1,459個團體中廣傳福音，引人歸主。
- 祈求上帝使你為之代禱的七個人（或更多）能看到自己的需要，並領受自天而來的嗎哪。
- 為你個人的需要祈禱。

### **感恩 (大約10分鐘)**

- 感謝上帝，當你領受上帝的食物時，你便永遠不餓。
- 感謝上帝，耶穌向我們顯明如何領受天上的嗎哪。
- 感謝上帝，祂的話語有力量。

### **推薦頌讚詩歌**

《分賜生命之糧》(SDA 英文頌讚詩歌 #271)；《賜我聖經》(SDA 英文頌讚詩歌 #272)；《我寧願要耶穌》(SDA 英文頌讚詩歌 #327)；《開我眼睛》(SDA 英文頌讚詩歌 #326)；《放棄世界得我耶穌》(SDA 英文頌讚詩歌 #329)

### **嗎哪**

「我是從天上降下來生命的糧；人若吃這糧，就必永遠活著。我所要賜的糧就是我的肉，為世人之生命所賜的。」約6:51

在收取嗎哪的時候，有人收的比規定的數量多，有人收的少；但及至用俄梅珥一量，「多收的也沒有餘，少收的也沒有缺。」(出16:18) 使徒保羅在寫給哥林多人的第二封書信中解釋了這段《聖經》，並從其中發揮了實際上的教訓。他說：「我原不是要別人輕省，你們受累，乃要均平；就是要你們的富餘，現在可以補他們的不足，使他們的富餘，將來也可以補你們的不足，這就均平了。如經上所記，『多收的也沒有餘，少收的也沒有缺。』」(林後8:13-15) 第六日百姓每人收取了兩俄梅珥。官長們趕緊把這事告訴摩西。他回答說：「耶和華這樣說：明天是聖安息日，是向耶和華守的聖安息日，你們要烤的就烤了，要煮的就煮了，所剩下的都留到早晨。」（《先祖與先知》295, 296頁）

那從天上降下供養以色列人的嗎哪，乃是預表從上帝那裏來的賜生命給世人的救主。耶穌曾經說過：「我就是生命的糧。你們的祖宗在曠野吃過嗎哪，還是死了。這是從天上降下來的糧，……人若吃這糧，就必永遠活著；我所要賜的糧就是我的肉，為世人之生命所賜的。」(約6:48-51) 在上帝應許祂子民來生的福分之中，經上這樣說：「得勝的，我必將那隱藏的嗎哪賜給他。」(啓2:17)（《先祖與先知》297頁）

我們的救主是生命的糧。我們仰望祂的愛，把祂的愛接到心中，才算是領受了天上降下來的糧食。我們接受基督，乃是藉著祂的聖言。聖靈的賜予，乃要向我們的悟性啓迪上帝的聖言，使其中的真理進入我們的心中。我們要天天祈禱，求上帝在我們閱讀祂聖言的時候，能差遣祂的靈，向我們啓示真理，以增強我們的靈性，應付當日的需要。（《論祈禱》297 頁）

我們若用信心的眼睛不住地仰望耶穌，就必得著能力，上帝必將最寶貴的啓示賜給祂饑渴慕義的子民。他們將體會到基督是自己的救主。當他們把基督的話當作食物吃的時候，就會體驗祂的話就是靈，就是生命；這話能消滅自然、屬世的本性，並在基督耶穌裏又授予新生命。於是聖靈就要來到人心中，作他的保惠師。由於基督恩典改變人心的能力，上帝的形象就在門徒身上得以恢復，他就成了一個新造的人。於是愛代替了恨，人心裏也領受了上帝的榮耀。這就是所謂「靠上帝口裏所出的一切話」活著的意義。這就是吃那從天上降下來的糧的意思。（《歷代願望》391頁）

要讓上帝的話充滿你的心。祂的話是解你乾渴的生命水，是從天降下的生命糧。耶穌宣布：「你們若不吃人子的肉，不喝人子的血，就沒有生命在你們裏面」（約6:53）。祂又親自解釋說：「我對你們所說的話就是靈，就是生命。」（約6:63）我們身體的成長有賴於飲食。屬靈的原理與自然的原理是一樣的。我們所深思默想的，會給我們帶來屬靈的健康與力量。（《基督化的教育》57頁）

你們已有永生上帝的道，你們若尋求，就可有聖靈的恩賜，使那道在信從之人的身上成為一種能力。聖靈的工作就是領人進入一切的真理。何時你們若盡心盡性盡意倚賴永生上帝的道，那與上帝交通的渠道就不至於閉塞。在聖靈的領導之下深切誠懇地研究這道，就可使你們得到新鮮的嗎哪，這同一的聖靈也可使其功效昭著。青年人若盡力訓練腦筋傾向高尚及聖潔的渴望，就必得著賞賜。凡在這方面恒切努力，用心研究明白上帝聖言的人，就是預備好能與上帝同工的人。（《證言卷六》163, 164 頁）

凡與基督有交往的人，有權利明白基督徒所得到的一切真理。基督徒應當言傳身教宣揚真理。他應傳播救恩的好消息，不厭其煩地述說上帝的恩慈。他要不斷地親近基督，也不斷地從祂領受，吃人子的肉，喝人子的血，就是祂的話，也就是靈和生命。這樣，他會不斷得到天上嗎哪新的供應。每一個基督徒，不論高低貧富，有無學問，都應向處在無知罪孽中的人述說上帝的國，述說基督和祂釘十字架。你們要對罪人講話。因為你知道不只上帝在感動他們的心，不要忘記你在他們面前所講的每一句話都有很大的影響。（《論出版事工》285 頁）