

#15 更换饮食，吃属天的基督这属天吗哪的实际，使我们由基督重新构成，成为神的居所

(民数记结晶读经) 2019/8/26-9/1

I. 属天的基督是属天吗哪的实际，为神所差，作神选民日常生命的供应：约6:32-33 耶稣说，我实实在在的告诉你们，不是摩西把那从天上来的粮赐给你们，乃是我父把那从天上来的真粮赐给你们。因为神的粮，就是那从天上降下来赐生命给世人的。**48 我就是生命的粮。57 活的父怎样差我来，我又因父活着，照样，那吃我的人，也要因我活着。**

A. 祂是属天的粮，是从天上降下来的粮。

B. 祂是神的粮，是属于神的，是神所差来，且有神同在的。

C. 基督是生命的粮，带着永远的生命（奏厄）；生命的粮，指粮的性质是生命；生命的粮就像生命树一样“好作食物”，作人生命的供应。

D. 祂是活粮；这是指粮的情形是活的。

E. 祂是真粮，是真实的食物，其他各种食物不过是祂这真食物的影儿；我们每日所吃之食物的实际，乃是耶稣基督。

II. “活的父怎样差我来，我又因父活着，照样，那吃我的人，也要因我活着。……赐人生命的乃是灵，肉是无益的；我对你们所说的话，就是灵，就是生命”（约6:57, 63）：

A. 吃就是把食物接受到我们里面，并生机地吸收到我们体内；因此，吃主耶稣就是将祂接受到我们里面，为重生的新人以生命的方式所吸。

B. 我们不是仅仅凭基督活着，乃是因基督活着，以基督为我们加力的元素和供应的因素；我们在基督的复活里活基督，我们也因着吃基督而活基督。

C. 我们吃主耶稣作我们属灵的食物，接受祂这赐人生命的灵，是借着吃祂是灵和生命的话，借着各样的祷告接受祂的话：**1.** 祂所说的话，乃是生命之灵的具体化；现今祂在复活里是赐生命的灵，而这灵又具体化于祂的话。**2.** 我们运用灵接受祂的话，就借着那赐人生命的灵（参诗歌451首）。**周一**

III. 神要更换我们的饮食，要我们吃基督作为父神所差来的真吗哪，使神所拣选的人得以由基督重新构成，并因基督活着，成为神的居：

A. 尽管神的百姓已从埃及被领到分别的旷野里，但他们仍然是由表征世界之埃及的成分所构成；神的心意是要借着更换他们的饮食来改变他们的成分，好改变祂子民的性质；祂要改变他们的所是，他们的构成，用属天的基督将他们构成并变化，使他们成为属天的子民。**B.** 四十年之久，神只给以色列人吗哪吃；这表明神在祂救恩里的心意，乃是要将祂自己作到基督的信徒里面，并借着以基督作他们唯一的属天食物喂养他们，改变他们的构成，因而使他们够资格建造召会作神的居所；事实上，信徒由基督重新构成之后，他们自己就成了神的居所。

出16:35 以色列人吃吗哪共四十年，直到进了有人居住之地，就是迦南地的境界。

民11:6 现在我们的胃口都没有了，我们眼前除了这吗哪以外，什么也没有。

约6:51 我是从天上降下来的活粮，人若吃这粮，就必永远活着。

林前3:16 岂不知你们是神的殿，神的灵住在你们里面么？

C. 神对付祂子民肉体的路乃是弃绝肉体，不喂养它；因这缘故，神改变祂百姓的饮食，并赐给他们肉体所不喜欢的食物；闲杂人与以色列人都厌恶并厌烦吗哪属天的口味，对埃及食物属世的味道起了贪欲。

D. 埃及的饮食指我们为得满足所渴望获取的一切事物；就着埃及的饮食（即属世的娱乐）而言，美国是领头的国家；凡我们所爱好、巴望、渴求的事物，就是我们全人据以构成的饮食。

E. 一面，属天的吗哪滋养并医治我们；另一面，属天的吗哪除去我们里面消极的东西。

F. 何等希奇！除了吗哪以外，神什么也没有给百姓；这指明除了基督以外，神什么也没有给他们；愿主除去我们对基督以外之事物的爱好与渴望！

G. 借着吃吗哪，至终神的百姓成了吗哪；我们的构成必须借着吃基督而重新整理，才能建造召会作神的居所；愿主改变我们的饮食，使我们由基督重新构成，而成为神的居所。

H. 随着饮食的改变，我们需要改变胃口；主耶稣说，“不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永生生命的食物劳力”（约6:27）：

1. 食物的意思是我们接受进来作我们满足的任何事物；基督自己是那独一不朽坏的食物；这食物存到永远的生命。

2. 凡是能满足、加强并支持我们的，就是我们的食物；我们所接受作我们支持、力量和满足的独一食物，必须单单是基督。

3. 所有重生的人都需要改变他们的饮食，好改变他们的胃口；神的心意是要断绝属世的饮食，并限制我们只吃属天的食物，就是基督。

4. 我们都应当能说，“主是唯一能满足我的那一位。除祂以外，我没有满足。我每日靠基督得着加强和支持。祂是我所倚靠的唯一食物。”

I. 我们所接受作我们支持、力量和满足的独一食物，必须是基督；新约里独一无二的职事只输送基督作祂子民独一的食物。**周二·三**

IV. 基督是我们独一的食物，我们每日的吗哪，使我们新陈代谢地变化；我们需要看见并经历这样一位基督的特征：

A. 吗哪是一个奥秘：

1. 希伯来文，man hu，曼胡（吗哪一辞由此而来），意思是“这是什么？”

2. 正如我们无法分析或解释吗哪，我们也无法分析或解释主耶稣；对世界的人而言，基督是真正的吗哪，是真正的“这是什么？”

B. 吗哪是一个长期的神迹；吗哪每早晨降下，必须每早晨收取；这指明我们不能贮存基督的供应；经历基督作我们生命的供应，必须是每日的、每早晨的；基督作我们的食物，要持续直到永远。

出16:21 他们每日早晨，按着各人的食量收取；日

头一发热，就融化了。

C. 吗哪从天而降；一面，主耶稣是“从天上来的粮”；另一面，祂是“神的粮”，就是那从天上降下来作我们食物的一位。

D. 吗哪随露水而降，露水表征主新鲜的怜恤所带来主复苏并滋润的恩典；恩典乃是神临及我们，使我们复苏，并滋润我们。

E. 吗哪在早晨降下，指明借着我们与主有活的接触，给我们新的开始。[雅7:12](#) 们清晨起来往葡萄园去，看看葡萄发芽开花没有，石榴放蕊没有；我在那里要将我的爱情给你。

[罗6:4](#) ……好叫我们在生命的新样中生活行动……。

周四

F. 吗哪是细小的；基督生在马槽里，长在微小、受人藐视的城里一位木匠的家中；这指明主没有显扬祂的伟大，反而宁愿在人眼中显为微小。[约6:35](#) 耶稣对他们说，我就是生命的粮，到我这里来的，必永远不饿……。

G. 吗哪是细致的，指明基督是均匀、平衡的，并且成为微小，能让我们吃。

H. 吗哪是圆的，指明作我们食物的基督是永远、完全、完满的，没有不足或缺。

[出16:14](#) 露水上升之后，不料，旷野的地面上有细小的圆物，细小如地上的霜。

I. 吗哪是白色的，表明基督清净又纯洁，没有任何搀杂。[诗119:140](#) 你的话极其精炼，为你的仆人所爱。

J. 吗哪如霜，表征基督不仅使我们清凉复苏，也杀死我们里面消极的东西。

K. 吗哪像芫荽子，指明基督满了生命，在我们里面长大并繁增。

L. 吗哪是坚实的（含示于百姓“或用磨碾，或用臼捣，在锅里煮”——民十一8），表征我们收取作吗哪的基督之后，必须在日常生活的景况和环境中，“碾、捣并煮”祂，将祂作成可吃的。

M. 吗哪的样子好像珍珠，指明基督的光亮透明。

N. 吗哪的滋味好像烤的油饼，表征基督的味道有圣灵的馨香。

O. 吗哪的滋味如同掺蜜的薄饼，表征基督甘甜的味道。

P. 吗哪适于作成饼，指明基督像细致的饼，富有营养

周五

V. 公开的吗哪是我们没有吃过的吗哪，而隐藏的吗哪是指我们所吃、所消化并吸收的吗哪：

[启2:17](#) ……得胜的，我必将那隐藏的吗哪赐给他，并赐他一块白石……。

A. “不要认为你不可能成为得胜者。借着享受基督作吗哪，你能成为得胜者。要吃公开的吗哪，基督就成为隐藏的吗哪。这隐藏的吗哪要把你构成得胜者”。

B. 我们所吃、所消化并吸收的基督，要成为永远的纪念；我们在永世里将要回想关于基督的两方面：享受基督作为将我们重新构成的成分，以及基督作为使我们成为神在宇宙中居所的供应。

[出16:32](#) ……耶和華所吩咐的是这样，要将一满俄珥吗哪留到世世代代，使后人可以看见我当日将你们领出埃及地，在旷野所给你们吃的食物。

C. 正如金罐里的吗哪是神居所的中心点，照样，基督作为我们所吃的吗哪，乃是今天神建造的中心点。

周六

Crucial Point(1):每天、吃属天的食物之基督、通过基督喂养内里、由基督重新构成、成为对神有用的人、并建造神的家

OL1: 属天的基督是属天吗哪的实际，为神所差，作神选民日常生命的供应。

OL2: “活的父怎样差我来，我又因父活着，照样，那吃我的人，也要因我活着。…赐人生命的乃是灵，肉是无益的；我对你们所说的话，就是灵，就是生命”：[\(约6:57,63\)](#)。

OL3: 神要更换我们的饮食，要我们吃基督作为父神所差来的真吗哪，使神所拣选的人得以由基督重新构成，并因基督活着，成为神的居所。

在[约翰6:63](#) 主耶稣说，“赐人生命的乃是灵，肉是无益的；我对你们所说的话，就是灵，就是生命。”……这里主解释说，祂所要赐给我们吃的，不是祂物质身体的肉；肉体的（flesh）肉（meat）是无益的。主所赐给我们的，乃是赐人生命的灵。

这里的“话”是随着上文的“灵”。灵是活的、实际的，但相当奥秘，摸不着，且很难领会。然而，主的话是具体的。首先主指明，为着赐人生命，祂要成为那灵。然后祂说，祂所说的话就是灵，就是生命。这指明祂所说的话，乃是赐生命之灵的具体化。祂现今在复活里是赐生命的灵，而这灵是具体化于祂的话。我们运用灵来接受祂的话，就接受了是生命的那灵。

你每天是靠吃什么活着呢？你每天获取什么来使你自己得到满足，支撑和增强？我们大家不得不面对这样的疑问且要做出反应（解答）。我们大家应该可以这样说（祷告）：「主，你是唯一能让我满足的那一位，除了他以外，对我来说没有什么能让我满足。我每天藉着基督加给我能力并支撑我。他是我唯一所依赖的食物。」

然而，世人凭许多不同种类的食物，……凭教育、运动和娱乐这些事物活着。正如有供应物质食品的超级市场，也有供应心理和宗教食品的心理与宗教超级市场。……我们得救以前是在埃及，与所有未得救的人一同享受埃及的饮食。但是我们已得救，也出了埃及。如今神要改变我们的饮食。然而，我们也许仍渴望坐在埃及的肉锅旁边，吃黄瓜、西瓜、葱、韭菜和蒜，或者享受尼罗河的鱼。[民11:4](#) 他们中间的闲杂人大起贪欲；以色列人又哭号说，谁给我们肉吃呢？[5](#) 我们记得，在埃及的时候不花钱就有鱼吃，还有黄瓜、西瓜、韭菜、葱、蒜。[6](#) 现在我们的胃口都没有了，我们眼前除了这吗哪以外，什么也没有。

应用：青少年·大学生篇

神用属天的吗哪之基督来喂养我们内里。就如同每天吃三餐一样，你需要每天多次祷读圣经的话语，摸着

赐生命之灵的活主，通过吃他并被喂养。日本有一个谚语写到「饿着肚子打不了仗」。这里讲到如果不吃食物我们内里没有力气，就不能打仗。如果你不吃这属天的食物之基督，不被喂养，我们会失去耐心，马上就会和别人争论，也会容易嫉妒别人的成功。如果你不吃饭，你就没有能力克服你的嫉妒，也不能长久保持耐心。这能力就是今天所吃并进入到内里的基督。

就算在被作为真食物之基督喂养的时候，你还是会爱这个世界的娱乐，教育，运动等等。但是神会改变你的口味，改变你内里的构成成分，并希望你被建造成为神的居所。或许你没有这样的愿望，但是没有人可以改变或拦阻神的心意及以这个心意为基础的行动。即使是一点点也没有关系，请你学习向神敞开你的心，把神的心意作为自己的愿望。如果这样做的话，你会得到祝福。你的学业也会被祝福，并加力给你让你前进。

因为你越吃基督，就越会被基督构成，所以你会成为在教会生活中尽功用的肢体，也会成为在学校生活中的领导。

祷告：「哦，主耶稣，你是从天上降下来的吗哪，生命的粮。每天，就如吃物质的食物一样，每天吃你。为了经历基督作我的忍耐力，理解力，前进的力量，我一定要成为吃基督的人。操练自己的灵来祷读你的话语时，这话语便成为灵，成为生命。从年轻的时候就开始操练只吃基督，为了能让这个世界的食物一点点的被丢掉。在主的名里面求。阿门！」

Crucial Point(2): 晨晨复兴，每天都有新开始

OL 1: 吗哪是一个长期的神迹；吗哪每早晨降下，必须每早晨收取；这指明我们不能贮存基督的供应；经历基督作我们生命的供应，必须是每日的、每早晨的；基督作我们的食物，要持续直到永远。

出16:21 他们每日早晨，按着各人的食量收取；日头一发热，就融化了。

OL2: 吗哪从天而降；一面，主耶稣是“从天上来的粮”；另一面，祂是“神的粮”，就是那从天上降下来作我们食物的一位。**OL3:** 吗哪随露水而降，露水表征主新鲜的怜恤所带来主复苏并滋润的恩典；恩典乃是神临及我们，使我们复苏，并滋润我们。

OL4: 吗哪在早晨降下，指明借着我们与主有活的接触，给我们新的开始。**约 6:35** 耶稣对他们说，我就是生命的粮，到我这里来的，必永远不饿…。

我能从经历中向你保证，每当你愿意有一个新的开始时，吗哪就来到。早晨让我们来到主面前说，“主，我要有一个新开始。我不要和昨天一样。主，我感谢你，在你的主宰权柄并在你的经纶里，一年中的每一天，你都给我们新的开始。”你若这样向主祷告，切望一个新开始，吗哪就会在早晨随露水而来。

我们需要天天随主往前。我们不仅该读圣经，也该与住在我们里面的基督这活的人位有往来。我们读圣经的话时，必须接触这活的人位。不要被道

理或方法所占有，反之，我们该迫切寻求主自己。我们若这样追求主，每天早晨就会和祂有新的开始。…但我们也许每天早晨都读主的话，却没有收取吗哪，因为我们与主并没有活的接触。圣经印出来的话不会赐给我们生命。在**约五 39~40**，主耶稣对热心宗教的人说，“你们查考圣经，因你们以为其中有永远的生命，为我作见证的就是这经。然而你们不肯到我这里来得生命。”我们若要得生命，就必须到主这里来。我们要得生命，就必须得着祂。

当我们为着新的开始和吗哪的供应而寻求主时，我们需要转向我们的灵。然而，我们很容易运用心思而不运用灵。因着这是我们的倾向，所以在我们被一天的事务霸占之前就在主的话中接触主，乃是一个好习惯。

应用：新人篇

你信入主名，灵里重生而得救。但在得救前，你的灵是死的，每天照着魂生活，所以你的魂非常强。得救之后，你应该每天操练灵。然后，灵应该成为你灵，魂，体三部分里最强的部分。

具体来说，每天早上在接触人，事，物之前，请先呼求主名一分钟。呼求主名时，什么都不要想，只要操练灵，持续呼求。这样的话，你的灵就会被主充满和加强。一边呼求主名，一边准备之后，请和弟兄姊妹一起祷读“晨兴圣言”或“初信喂养”上的圣经节。不只是圣经节，稍微读一点纲要和信息的话，请马上使用这些话祷告。为了使你的灵比你的魂更强，请必须实行晨兴（呼求主名，祷读主话接触主，被喂养复兴）。开始工作后，或者去学校后，即使想要操练灵，因为你有用魂生活的习惯，所以也无法用灵。但是，如果你被复兴，去工作或学校的话，因为你的灵被加强了，所以你可以在实际的事上将心思置于灵，工作和学习。

祷告：“哦，主耶稣，哦，主耶稣，你的名是美妙的。我爱你。你的名可以拯救我，并供应我神圣的丰富。主啊，赞美你的名。也赞美你的话。当我祷读主话时，你对我说话。这应时的话就是我每日的供应。每天早晨，和弟兄姊妹一同吃喝享受你的话语。借着每天实行晨晨复兴，每天在主里能够有新的开始。主啊，感谢你！”

Crucial Point(3): 每天早晨吃吗哪得着喂养，达到建造，成为永远的纪念

OL 1: 吗哪是白色的，表明基督纯净又纯洁，没有任何掺杂。**出 16:31** 这食物，以色列家起名叫吗哪，就像…是白色的、

OL2: 吗哪如霜，表征基督不仅使我们清凉复苏，也杀死我们里面消极的东西。

出 16:14 正如金罐里的吗哪是神居所的中心点，照样，基督作为我们所吃的吗哪，乃是今天神建造的中心点。

OL3: 我们所吃、所消化并吸收的基督，要成为永远的纪念；我们在永世里将要回想关于基督的两方面：享受基督作为将我们重新构成的成分，以及基督作为使我们成为

神在宇宙中居所的供应。出 16:32 摩西说，耶和華所吩咐的是这样，要将一满俄梅珥吗哪留到世世代代，使后人可以看见我当日将你们领出埃及地，在旷野所给你们吃的食物。

OL4: 正如金罐里的吗哪是神居所的中心点，照样，基督作为我们所吃的吗哪，乃是今天神建造的中心点。启 2:17 那灵向众召会所说的话，凡有耳的，就当听。得胜的，我必将那隐藏的吗哪赐给他，并赐他一块白石。

我们若天天到主耶稣这里来，接受祂到我们里面，并吃祂的话，就会经历洁净的过程，使我们越过越纯洁。凡吃基督的人最后会变得简单且纯洁。大多数的人都很复杂，……要变为简单，唯一的路就是吃主耶稣。我们越吃祂并接受祂的话，就越简单。。

我们有分于基督作我们的吗哪时，不但被洁净，成为简单，并且也变为白的。白色的意思就是没有玷污。……尽管我们在某些方面也许很好，但我们可能不是白的。譬如，我们的爱和谦卑就可能有些天然的色彩。事实上，我们人性的美德没有一样是白的。但我们越接受基督作我们生命的供应，我们天然的色彩就越被消除，我们也变得越白。

吗哪也如霜。霜是介于露水和雪之间的东西。露水和霜都是使人复苏的。露水虽能使人复苏，却不能杀死病菌；然而霜能杀死病菌。基督作为吗哪，不仅使我们复苏，也杀死我们里面消极的东西。

只有我们所吃、所经历的基督才值得纪念。我们所享受的基督要成为永远的纪念，因为我们所经历、所享受的基督成了我们的构成。事实上祂成为神百姓重新构成的成分，就是使他们被重新构成的成分。我们所是、所有或所能的，都不值得纪念。只有成为我们构成的基督才值得永远纪念。我们在永世里所纪念的，除了基督以外，没有别的。基督将成为我们的纪念，直到世世代代。

我们在永世里将要回想关于基督的两方面：享受基督作为将我们重新构成的成分，以及基督作为使我们成为神在宇宙中居所的供应。这两方面都清楚地与我们今天在主恢复中的经历有关。借着接受基督作我们生命的供应，我们一次又一次的聚会享受基督作我们的构成成分，并且我们正在建造神的居所。我们经历基督的这些方面，在永世里要成为纪念。不要以为我们到了永世就不纪念今天的经历。反之，我们要纪念我们曾如何享受基督，并如何接受祂作我们的供应，而成为神的居所。这就是在神面前保存作为纪念的吗哪。

不要认为你不可能成为得胜者。借着享受基督作吗哪，你能成为得胜者。要吃公开的吗哪，基督就成为隐藏的吗哪。这隐藏的吗哪要把你构成得胜者，也要满足里面生命律法的要求，把你带进平安里。结果，按照启示录二章十七节，你就是得胜者。

应用：在职青年·大学院生篇

当你在职场处理复杂的项目时，你会感觉你自己需要被主简单化。特别是要统筹项目的项目经理，要求要有将复杂的事简单化的能力。就算有几百个项目，如果你没有

提炼重点 1, 2, 3 的能力，那么你的项目就会陷入混乱，触上暗礁。吗哪是白色的，表明清净又纯洁，没有任何掺杂。如果你每天都有分于吗哪，复杂的你就会变得简单。人通常都很复杂，想这想那，想太多就会被消耗。但重要的事并没有那么多，单纯地前行的人蒙祝福。

并且吗哪是白色的表征没有玷污。你天然的美德并不是纯白的。越吃吗哪，你天然的色彩被去除，你会变得越来越白。你变白了，就能够正确看到事物的色彩。你如果不是纯白的，你就会透过你天然的色彩看待事物，因此你就不能正确看到事物正确的色彩。那样，你就很难正确的判断事物。

比如说，当你必须要判断在工作上信赖某个人是好，还是坏（或者该信赖到某种程度）时，如果你很复杂，你天然的色彩很浓时，你就无法正确判断。赞美吗哪是白色的。你越吃白色的吗哪，你就会变得越来越单纯，成为没有玷污的人，有洞察力，成为对公司有用的人才。

祷告：“哦主耶稣，让我成为对神对人是有用的人。为此，我需要吃吗哪，变得单纯，天然的色彩被去除，细菌被杀死。吗哪有喂养我的内里，变化我的能力。这样的吗哪经历会达到建造，成为永远的纪念。阿门！”