

# 2024年7月半年度训练

## 经历、享受并彰显基督(一)

### 第七篇 生命的粮

读经：约六 22~71

- 约 6:22 第二日，站在海那边的群众，看见那里除了一只小船以外，没有别的船，又知道耶稣没有同祂的门徒上船，乃是门徒自己去的。
- 约 6:23 另有几只小船从提比哩亚来，靠近主祝谢后，众人吃饼的地方。
- 约 6:24 群众见耶稣和祂的门徒都不在那里，就上了小船，往迦百农去找耶稣。
- 约 6:25 他们既在海那边找着了，就对祂说，拉比，你是几时到这里来的？
- 约 6:26 耶稣回答说，我实实在在地告诉你们，你们找我，并不是因看见神迹，乃是因吃饼得饱。
- 约 6:27 不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永远生命的食物劳力，就是人子要赐给你们的，因为祂是父神所印证的。
- 约 6:28 他们问祂说，我们当怎样行，才算作神的工？
- 约 6:29 耶稣回答说，信入神所差来的，这就是作神的工。
- 约 6:30 他们就说，这样，你行什么神迹，叫我们看见就信你？你到底作什么工？
- 约 6:31 我们的祖宗在旷野吃过吗哪，如经上所记：“祂把那从天上来的粮赐给他们吃。”
- 约 6:32 耶稣说，我实实在在地告诉你们，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。
- 约 6:33 因为神的粮，就是那从天上降下来赐生命给世人的。
- 约 6:34 他们对祂说，主啊，常将这粮赐给我们。
- 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；信入我的，必永远不渴。
- 约 6:36 只是我对你们说过，你们已经看见我，还是不信。
- 约 6:37 凡父所赐给我的人，必到我这里来；到我这里来的，我绝不把他丢在外面。
- 约 6:38 因为我从天上降下来，不是要行我自己的意思，乃是要行那差我来者的意思。
- 约 6:39 那差我来者的意思，就是凡祂所赐给我的，叫我一个也不失落，在末日却叫他复活。
- 约 6:40 因为我父的意思，是叫一切看见子而信入祂的人，得着永远的生命，并且在末日我要叫他复活。
- 约 6:41 犹太人因为耶稣说，我是从天上降下来的粮，就唧咕议论祂。
- 约 6:42 他们说，这不是约瑟的儿子耶稣么？祂的父母我们岂不认得么？祂如今怎么说，我是从天上降下来的？
- 约 6:43 耶稣回答说，你们不要彼此唧咕议论。
- 约 6:44 若不是差我来的父吸引人，就没有人能到我这里来；到我这里来的，在末日我要叫他复活。
- 约 6:45 申言者书上记着，“他们都要蒙神的教导。”凡从父听见又学习的，就到我这里来。
- 约 6:46 这不是说，有人看见过父，唯独从神来的，祂看见过父。
- 约 6:47 我实实在在地告诉你们，信的人有永远的生命。
- 约 6:48 我就是生命的粮。
- 约 6:49 你们的祖宗在旷野吃过吗哪，还是死了。
- 约 6:50 这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。
- 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。我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的。
- 约 6:52 于是犹太人彼此争论说，这个人怎能把祂的肉给我们吃？
- 约 6:53 耶稣说，我实实在在地告诉你们，你们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有生命在你们里面。
- 约 6:54 吃我肉喝我血的人，就有永远的生命，在末日我要叫他复活。
- 约 6:55 我的肉是真正的食物，我的血是真正的饮料。
- 约 6:56 吃我肉喝我血的人，就住在我里面，我也住在他里面。
- 约 6:57 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。
- 约 6:58 这就是从天上降下来的粮，吃这粮的人，就永远活着，不像你们的祖宗吃过吗哪，还是死了。
- 约 6:59 这些话是耶稣在迦百农施教的时候，在会堂里说的。
- 约 6:60 祂的门徒中有好些人听见了，就说，这话甚难，谁能听呢？
- 约 6:61 耶稣心里知道门徒为这话唧咕议论，就对他们说，这话是叫你们绊跌么？
- 约 6:62 若是你们看见人子升到祂先前所在的地方，怎么样呢？
- 约 6:63 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 6:64 只是你们中间有不信的人。原来耶稣从起头就知道谁是不信的，谁要出卖祂。

约 6:65 耶稣又说，所以我对你们说过，若不是蒙父所赐，没有人能到我这里来。  
约 6:66 从此祂门徒中有许多退去的，不再与祂同行。  
约 6:67 耶稣就对那十二个门徒说，你们也想离去么？  
约 6:68 西门彼得回答祂说，主啊，你有永远生命的话，我们还归从谁？  
约 6:69 我们已经信了，又知道你是神的圣者。  
约 6:70 耶稣回答说，我不是拣选了你们十二个么？但你们中间有一个是魔鬼。  
约 6:71 耶稣是指着加略人西门的儿子犹大说的；他本是十二门徒中的一个，后来要出卖耶稣的。

## 壹 我们若仔细读过约翰六章，应该对这章有深刻的印象，也该注意七个重点的次序：

约 6 从略。

### 一 主是生命的粮——35、48 节。

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；信入我的，必永远不渴。  
约 6:48 我就是生命的粮。

### 二 主把祂生命的粮赐给我们吃——51 节。

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。我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的。

### 三 主还把祂的血给我们喝——53 节。

约 6:53 耶稣说，我实实在在地告诉你们，你们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有生命在你们里面。

### 四 主不仅死了，也复活了——56 节。

约 6:56 吃我肉喝我血的人，就住在我里面，我也住在他里面。

### 五 因着基督活在我们里面，我们就因祂活着，并且活在神面前——57 节。

约 6:57 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。

### 六 不是祂物质的肉，乃是祂的灵，赐我们生命和生命的供应——63 节上。

约 6:63 上赐人生命的乃是灵，肉是无益的；.....

七 那灵乃是在主所说的话里面；祂的话就是灵，就是生命——63 节下。

约 6:63 下.....我对你们所说的话，就是灵，就是生命。

贰 主耶稣从天上降到地上来，最主要的目的是要成就一件中心的事，就是把祂自己当作食物（生命的粮）赐给我们，好使我们能吃祂作属灵的养分，并消化祂而使祂成为我们的构成——50~51 节。

约 6:50 这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。

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。我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的。

叁 约翰六章详论主耶稣作生命的粮；祂宣告说，“我就是生命的粮”——48 节：

约 6 从略。

一 在六章，有许多经节启示基督是生命的粮，为要给我们经历并享受——27、32~35、47~58、63 节上，68 节：

约 6 从略。

约 6:27 不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永远生命的食物劳力，就是人子要赐给你们的，因为祂是父神所印证的。

约 6:32 耶稣说，我实实在在地告诉你们，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。

约 6:33 因为神的粮，就是那从天上降下来赐生命给世人的。

约 6:34 他们对祂说，主啊，常将这粮赐给我们。

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；信入我的，必永远不渴。

约 6:47 我实实在在地告诉你们，信的人有永远的生命。

约 6:48 我就是生命的粮。

约 6:49 你们的祖宗在旷野吃过吗哪，还是死了。

约 6:50 这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。

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。我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的。

约 6:52 于是犹太人彼此争论说，这个人怎能将祂的肉给我们吃？

约 6:53 耶稣说，我实实在在地告诉你们，你们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有生命在你们里面。

约 6:54 吃我肉喝我血的人，就有永远的生命，在末日我要叫他复活。

约 6:55 我的肉是真正的食物，我的血是真正的饮料。  
约 6:56 吃我肉喝我血的人，就住在我里面，我也住在他里面。  
约 6:57 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。  
约 6:58 这就是从天上降下来的粮，吃这粮的人，就永远活着，不像你们的祖宗吃过吗哪，还是死了。  
约 6:63 上赐人生命的乃是灵，肉是无益的；.....  
约 6:68 西门彼得回答他说，主啊，你有永远生命的话，我们还归从谁？

## 1 约翰六章整章最重要的点乃是，基督是我们的食物，是生命的粮——35、48 节。

约 6 从略。  
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；信入我的，必永远不渴。  
约 6:48 我就是生命的粮。

## 2 吃主不是一次永远的事；反之，我们每日都需要接触主并吃主，因为祂是可吃的——50 节。

约 6:50 这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。

## 3 我们需要操练我们的灵，从祂得喂养，接受祂，消化祂，经历祂，享受祂，并且每时每刻应用祂——56~57 节。

约 6:56 吃我肉喝我血的人，就住在我里面，我也住在他里面。  
约 6:57 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。

## 4 我们都该专注于一件事—吃基督，然后凭着我们所吃的基督而活——54 节。

约 6:54 吃我肉喝我血的人，就有永远的生命，在末日我要叫他复活。

## 二“不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永远生命的食物劳力，就是人子要赐给你们的”——27 节：

### 1 永远的生命就是神的生命，神非受造的生命，不仅在时间上是永久的，在性质上也是永远、神圣的——三 15。

约 3:15 叫一切信入祂的都得永远的生命。

### 2 那存到永远生命的食物能供应我们，并将我们带进永远的生命——六 27。

约 6:27 不要为那必坏的食物劳力，要为那存到永远生命的食物劳力，就是人子要赐给你们的，因为祂是父神所印证的。

三“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”——32~33 节：

1 只有属灵的事才是真实的；“那灵就是实际”——约壹五 6 下。

2 基督作为真粮，乃是真理、实际的粮；基督是真实、实际的。

3 我们都需要对这事实有深刻的印象：我们需要基督作生命的真粮，为神所差，将永远的生命带给我们。

4 约翰六章三十三节里“神的粮”就是三十二节里的“真粮”。

约 6:33 因为神的粮，就是那从天上降下来赐生命给世人的。

约 6:32 耶稣说，我实实在在地告诉你们，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。

5 基督作为从天上降下来的粮，乃是属天的粮；祂作为神的粮，乃是属神的，是受神差遣，也与神同在的——33 节。

约 6:33 因为神的粮，就是那从天上降下来赐生命给世人的。

6 我们吃了这粮并加以消化，这粮就成为我们的构成，我们也与主联结并调和为一——林前六 17。

林前 6:17 但与主联合的，便是与主成为一灵。

7 人若吃这从天上降下来的活粮，就必永远活着——约六 50~51 上。

约 6:50 这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。

约 6:51 上我是从天上降下来的活粮，人若吃这粮，就必永远活着。.....

四 在五十一节下半主耶稣说，“我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的”：

1 到了这里，粮变成了肉。

2 主舍了祂的身体，就是祂的肉，为我们死，好叫我们得着生命。

五“我实实在在地告诉你们，你们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有生命在你们里面”——53 节：

1 血和肉分开是指明死。

2 主在这里清楚指明祂的死，也就是祂的被杀。

3 祂为我们舍了身体，流了血，使我们得着永远的生命：

*a 吃祂的肉，就是凭信接受祂为我们舍了身体所作成的一切。*

*b 喝祂的血，就是凭信接受祂为我们流血所完成的一切。*

4 这样吃祂的肉喝祂的血，就是借相信祂在十字架上为我们所作成的，好在祂的救赎里，接受祂作生命和生命的供应。

5 我们把五十三节与四十七节相比，就能看见，吃主的肉，喝主的血，等于相信祂，因为信或信入，就是接受——12。

约 6:53 耶稣说，我实实在在地告诉你们，你们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有生命在你们里面。

约 6:47 我实实在在地告诉你们，信的人有永远的生命。

约 1:12 凡接受祂的，就是信入祂名的人，祂就赐他们权柄，成为神的儿女。

六“我的肉是真正的食物，我的血是真正的饮料”——六 55：

1 我们若不吃人子的肉，不喝人子的血，就没有永远的生命在我们里面。

2 我们若吃祂并喝祂，就要因祂得着生命。

七 约翰六章五十七节是整本圣经中最强烈、最奇特的一句话：“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”：

1 吃就是把食物接受到我们里面，并生机地吸收到我们体内。

2 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收：

*a 然后，我们就凭着所接受的主而活。*

*b 借此，祂这位复活者就活在我们里面——十四 19~20。*

约 14:19 还有不多的时候，世人不再看见我，你们却看见我，因为我活着，你们也要活着。

约 14:20 到那日，你们就知道我在我父里面，你们在我里面，我也在你们里面。

## 肆 “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”——六 63：

一 约翰六章的末了一段论到基督成为赐生命的灵与话。

约 6 从略。

二 因着基督是那灵，我们能在里面接触祂这灵——林前十五 45。

林前 15:45 经上也是这样记着：“首先的人亚当成了活的魂；”末后的亚当成了赐生命的灵。

三 因着祂是赐生命的灵，我们就能从祂得喂养，并吸收祂作为我们的食物。

四 我们要接受主耶稣作生命的粮，作生命的供应，以滋养我们，就需要看见祂是赐生命的灵，并且这灵具体化在话里——约六 63。

约 6:63 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。

五 主所赐给我们的，乃是赐人生命的灵；这灵就是复活里的主自己——林前十五 45。

林前 15:45 经上也是这样记着：“首先的人亚当成了活的魂；”末后的亚当成了赐生命的灵。

六 在约翰六章六十三节，“话”是在灵之后提到的：

约 6:63 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。

1 主指明为着赐人生命，祂要成为那灵。

2 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——63 节。

约 6:63 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。

3 我们若没有摸着话中的灵，就无法得着生命。

4 我们天天都需要来到主面前，摸着祂作话中的灵；我们若这么作，就会从基督这生命的粮得喂养——35 节。

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；信入我的，必永远不渴。

七 约翰六章结束于生命的话，就是我们接受主这生命之粮的凭借——63 节：

约 6 从略。

约 6:63 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。

1 我们接受了话，就有了那灵；我们里面有了那灵，就有基督作内里的生命供应。

2 盼望我们都领悟我们需要基督作生命的供应，然后天天接触祂这具体化于话里的赐生命之灵。