8月9日～15日 **第7課** 安息日下午

生命之糧和水

閱讀本週學課經文

出15：22-16：36；創3：1-6；出17：1-7；林前10：4；出18：1-27；林前10：11。

存心節

耶和華對摩西說：「你們不肯守我的誡命和律法，要到幾時呢？你們看！耶和華既將安息日賜給你們，所以第六天他賜給你們兩天的食物，第七天各人要住在自己的地方，不許什麼人出去。於是百姓第七天安息了。」(出埃及記16：28-30)

離開埃及後，以色列踏上了未知的旅程，前往應許之地。人們面臨著艱辛而漫長的跋涉，他們需要學習大量的新功課。上帝會帶領、看顧他們；是的，祂希望幫助他們成長，但他們必須學習紀律、自制、犧牲、無私、信靠上帝，尤其是順服。

摩西是一位住在他們中間的領袖，人民如果想要取得勝利就必須跟隨他和他的領導。對他們來說，作為一個團體團結一心、彼此合作並互助至關重要。前方還有許多障礙和挑戰。他們的靈性成長在很大程度上取決於他們如何應對這些挑戰，以及他們如何回應摩西，尤其是當挑戰變得巨大時。

中國人耳熟能詳的諺語「千里之行，始於足下」，對他們的處境而言是恰如其分的描述，他們需要在每一步路上都信靠上帝的指示。可悲的是，正如我們將看到的，他們要學會這些功課並不容易。

但話說回來，又有誰可以輕易就習得這些功課呢？

■研究本週學課，為8月16日安息日預備。

苦水

在聖經故事中，不同的角色由不同的人物扮演，當中有善人也有惡人，我們需要密切注意情節、地點、時間點和反派人物。然而，故事情節中最重要的通常是問題的解決方式和學到的教訓。這些故事在這一點上並沒有什麼不同。

如上述所示，上帝是解決問題並締造和平的那一位。然而，祂的工作因人們的不信而變得曲折。由於希伯來人不斷發怨言和悖逆，他們經歷了嚴重的困境，甚至悲劇。由於他們的懷疑和不悔改，他們給自己無端造成了許多困難。

閱讀出15：22-27。過紅海後，第一個神蹟的背景是什麼？

以色列人信心的第一個考驗與水的需求有關，考量到惡劣、炎熱和乾燥的沙漠環境，這並不意外。經過三天的路程，人們終於找到了水，但卻無法飲用。瑪拉的意思是「苦」，由於水很苦，以色列人對他們慈愛之主的信心很快就陷入了困境。然而，上帝憐憫地做出了回應，第一個奇蹟是用一塊木頭來成就的。當然，讓水變得甘甜可飲用的並不是木頭，而是上帝。人們必須學習重要的功課：❶耐心等待主的時間，❷上帝會與世人合作成事。

然而，以色列人卻把許多事情視為理所當然，很快就忘記了上帝為他們所行的偉大神蹟——他們曾為這些神蹟如此熱情地歌頌上帝，宣稱：「耶和華啊，眾神之中，誰能像你？誰能像你至聖至榮，可頌可畏，施行奇事？」(出15：11)

然而，即使在他們發怨言之後，上帝仍應許祂不會將所加與埃及人的「疾病」加在他們身上(出15：26)。祂將保護他們，他們只有忠於祂，才能經歷這個應許。

你為自己帶來了哪些試驗和挑戰？我們若與上帝合作，祂仍會為我們工作——知道這個真理能使我們獲得什麼安慰？

鵪鶉和嗎哪

不幸的是，在這些朝應許之地前進的故事中存在著重複的叛逆模式。眾所周知，以色列人出了名的一再忘記上帝大能的手在過去如何幫助他們，並為他們的問題提供解決之道。他們讓當前的問題蒙蔽了雙眼，看不到自己的最終目標和應許的美好未來。即使在今天，這仍是上帝的子民常見的問題。

閱讀出16：1-36。以色列人發怨言的原因是什麼？

值得注意的是，聖經中的試探經常與食物有關。在伊甸園中，犯罪與吃了分別善惡樹的果子有關（創2：16、17；3：1-6）。耶穌在曠野所受的試探中，撒但向祂展開的第一個攻勢就是透過食物（太4：3）。以掃因為食慾而失去了長子的名分（創25：29-34）。以色列人的悖逆經常與食物和水有關！難怪摩西提醒後人：

「人活著不是單靠食物，乃是靠耶和華口裡所出的一切話。」（申8：3）

嗎哪是上帝在以色列人漂流於曠野四十年間所供給他們的天上之糧。透過這份禮物，祂教導他們，祂是萬物的創造者和供應者。此外，上帝也用祂超自然的嗎哪供應來教導他們如何遵守第七日安息日。

每週都會發生四個奇蹟：❶一週中有六天，上帝每日賜下足量的嗎哪；❷每週五（編註：即第六日；出16：5，22），賜下雙份的嗎哪；❸從星期五到安息日，嗎哪不會變壞；❹安息日沒有降下嗎哪。上帝不斷地行使這些神蹟，好讓以色列人記得安息日，並在這一天紀念上帝的良善。上帝說：「耶和華既將安息日賜給你們。」（出16：29）

人們都有口腹之慾，這是我們與生俱來的本能。地裡長出來的豐富食物（我們最初的飲食）不僅表明上帝希望我們吃，也表明我們應該享受我們所吃的。然而，食物（以及我們對吃的喜好）這美妙的禮物如何可能被濫用呢？

磐石出水

在曠野中，人需要充足的水。上帝解決了這個問題，儘管以色列人發怨言，不信靠祂，甚至試探祂賜下水的能力和意願。在他們的不信中，他們轉頭眺望埃及。

閱讀出17：1-7。以色列人應該從這次事件中學到什麼教訓？

摩西稱這個地方為「瑪撒」，意思是「試探」，也稱這個地方為「米利巴」，意思是「爭鬧」。儘管以色列人不信，上帝仍賜給他們水喝。這兩個名字應該提醒以色列人不要試探上帝，也不要與上帝爭鬧 **(來3：7、8，15)**。他們嚴重質疑上帝是否在他們中間，儘管他們已經看到了許多真憑實據，這些事不僅證明祂的同在，也證明了祂的能力和權威。

「擊打磐石的固然是摩西的手，但那使賜生命之水湧流出來的，卻是那隱藏在雲柱裡，站在摩西旁邊的上帝之子。這時，不但摩西和長老，連站在遠處的全會眾，也看見了耶和華的榮光。但假使雲彩消散，他們就要被那隱在雲中之主可怕的榮光所殺滅了。」——懷愛倫，《先祖與先知》，原文第298頁。

水是生命的象徵，因為若沒有水就沒有生命。我們身體的每個細胞都需要水。我們全身也有60%是水。甚至我們的骨骼也由部分的水所組成。因此，在曠野為以色列人提供水對他們來說是一個記號，表明上帝關心他們的需要，而他們可以信靠祂。只是，他們需要順從。

許多世紀後，保羅在林前10：4中提醒信徒，以色列人在曠野的經歷是獨一無二的。基督不僅引導他們，也為他們提供水喝 **(詩78：15、16)**，並滿足其屬靈和身體的需要。保羅宣稱：「那磐石就是基督。」對他們來說，基督是生命的源頭和永生的賜予者。正如磐石是堅固的，上帝也堅定地帶領祂的子民。人們可以信靠祂，因為祂必會履行祂的應許。

現在有哪些事情是你需要信靠上帝的？你如何才能學會順服祂的旨意並等待祂在祂的時間表內採取行動？為什麼這不見得能輕易做到？

葉忒羅

摩西的岳父葉忒羅，又名流珥（出2：18）來拜訪他。葉忒羅帶來了摩西的妻子西坡拉和他們的兩個兒子——革舜和以利以謝。摩西聽說他們來了，就出去迎接。

閱讀出18：1-27。這個國家歷史上的哪些重大事件在這裡發生？

葉忒羅的到來是因為聽說了上帝為以色列所做的驚人拯救。摩西向葉忒羅詳述了「耶和華為以色列的緣故向法老和埃及人所行的一切事，以及路上所遭遇的一切艱難，並耶和華怎樣搭救他們」（出18：8）。

葉忒羅稱頌上帝的恩慈以及為百姓所做的非凡干預，他宣稱：「耶和華是應當稱頌的；他救了你們脫離埃及人和法老的手，將這百姓從埃及人的手下救出來。我現今在埃及人向這百姓發狂傲的事上得知，耶和華比萬神都大。」（出18：10、11）

我們在這裡看見的是一實例，展現上帝如何在祂的子民中動工，並向世界見證誰是真神上帝，以及祂能為祂的子民做何等大的事。

在葉忒羅認識了真神上帝的同時，他也向上帝的子民提供了明智而有益的建議。摩西需要以公正公平的原則來建立制度。他還需要盡責、忠誠和正直的審判官。葉忒羅明智地列舉了條件：❶敬畏上帝的人；❷誠實無妄；❸恨不義之財的人。要揀選有才能的人，派他們作千夫長、百夫長、五十夫長、十夫長，管理百姓。這樣，摩西的行政負擔就會減輕，他可以專注於重大問題。如此，人民就能得到更好的服務。

摩西接受了葉忒羅明智的建議（出18：24），並任命領袖擔任不同的行政職務（另見申1：9-18）。

摩西原本可以不理會這個老人，叫他管好自己的事；然而他沒有這樣做。我們可以從他願意聽從這位非希伯來裔長者的事上學到什麼重要教訓？

生命的糧和水

閱讀林前10：11。為何這些事件被記錄下來，保羅給出了什麼原因？

保羅解釋說，發生在以色列人身上的所有事情，都是對跟隨基督之人的榜樣和警告，要幫助他們避免重蹈覆轍；也就是說，他們將從這些例子中學習。對我們這些生活在「末世」的人來說這是中肯的教導。上帝將聖靈賜給祂的子民，並以「剛強、仁愛、謹守的心」來堅固信徒（提後1：6、7），使他們能夠做出正確的決定並遵循祂的教導。耶穌基督是新生命的源頭（約14：6），只有祂才能讓我們成為「活祭，是聖潔的，是上帝所喜悅的……不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意」（羅12：1、2）。

後來，耶穌以這些記述中的教訓，特別是舊約中關於嗎哪和水的記述，來教導有關祂自己的真理，祂就是帶領以色列人穿越曠野的那一位。

閱讀約4：7-15和6：31-51。這些經文向身為基督徒的我們揭示了哪些真理？

撒馬利亞婦人發現基督提供了她在其他地方所無法得到的。人的內心對平安、喜樂和幸福的渴望來自上帝，因此只有上帝才能滿足（詩42：1、2）。

之後，在論到嗎哪時，耶穌解釋說，將嗎哪賜給以色列人的是上帝，不是摩西。耶穌接著宣告：「我就是生命的糧。到我這裡來的，必定不餓。」（約6：35）耶穌兩次重述祂就是生命的糧（約6：35，48）。

正如曠野中的嗎哪是「從天上來的糧」（約6：31、32）一樣，從磐石而出的水也是基督為了解他們的渴而賜的恩典。除了肉體的實際需要之外，糧和水也具有屬靈意義，因為耶穌基督是「生命的糧」（約6：35，48）和「活水」（約4：10、11，14；7：37、38）。因此，只有在祂裡面，我們靈性的乾渴和飢餓才能真正得到滿足。

進修資料

閱讀懷愛倫《先祖與先知》，〈從紅海到西乃山〉，原文第291-302頁。

飲水危機事件發生後不久，這個民族就面臨新的危險（**見出17：8-16**）——兇猛好戰的亞瑪力人襲擊了他們。「亞瑪力人並不是不知道上帝的品德，或祂的主權。但是他們非但不敬畏上帝，反而膽敢公然反抗祂的權能。摩西在埃及人面前所行的神蹟，被亞瑪力人當作譏誚的話柄。四圍列國的懼怕也被他們嘲笑。他們曾憑他們的諸神起誓，決意要殺滅希伯來人，不讓一人逃脫。他們又誇口說：以色列的上帝必無力抵抗他們。以色列人並沒有傷害或威嚇他們，他們的襲擊是完全沒有理由的。他們之所以要殺滅上帝的子民，乃是要表示他們的憎恨和公然反抗上帝的心。多年以來，亞瑪力人就是橫行無忌的罪徒，他們的罪惡滔天，早該報應，然而上帝的慈愛仍呼召他們悔改；但當亞瑪力人擊殺以色列隊伍中疲乏而毫無抵抗之人時，他們就確定了自己國家的厄運。」——懷愛倫，《先祖與先知》，原文第300頁。

討論問題

❶深入思考葉忒羅如何從上帝為祂子民所做的事中認識真神（**見出18：8-10**）。為什麼這個原則在今天仍然適用？問自己和學員：我們的教會向世界呈現了什麼樣的見證？關於上帝的本質和品格，我們應該向世界說些什麼？

❷再次閱讀林前10：4。關於今天有些人仍舊相信的古代異端邪說——即與我們在耶穌身上所看到的相反，聲稱舊約的上帝是喜好報復、嗜恨、不饒恕人的——這節經文應該教導我們什麼？這節經文如何顯示為何相信這種說法是錯誤的？

❸再次閱讀懷愛倫所寫關於亞瑪力人如何有機會認識真神的引文。將他們的態度與葉忒羅的態度作一比較。我們可以從中學到什麼教訓？即為何上帝不僅對他們施行審判，也對以色列所接觸過的許多古代部族施行審判？