8月9日～15日 **第7课** 安息日下午

生命之粮和水

阅读本周学课经文

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

存心节

耶和华对摩西说：“你们不肯守我的诫命和律法，要到几时呢？你们看！耶和华既将安息日赐给你们，所以第六天他赐给你们两天的食物，第七天各人要住在自己的地方，不许什么人出去。于是百姓第七天安息了。”（出埃及记16：28-30）

离开埃及后，以色列踏上了未知的旅程，前往应许之地。人们面临着艰辛而漫长的跋涉，他们需要学习大量的新功课。上帝会带领、看顾他们；是的，祂希望帮助他们成长，但他们必须学习纪律、自制、牺牲、无私、信靠上帝，尤其是顺服。

摩西是一位住在他们中间的领袖，人民如果想要取得胜利就必须跟随他和他的领导。对他们来说，作为一个团体团结一心、彼此合作并互助至关重要。前方还有许多障碍和挑战。他们的灵性成长在很大程度上取决于他们如何应对这些挑战，以及他们如何回应摩西，尤其是当挑战变得巨大时。

中国人耳熟能详的谚语“千里之行，始于足下”，对他们的处境而言是恰如其分的描述，他们需要在每一步路上都信靠上帝的指示。可悲的是，正如我们将看到的，他们要学会这些功课并不容易。

但话说回来，又有谁可以轻易就习得这些功课呢？

■研究本周学课，为8月16日安息日预备。

苦水

在圣经故事中，不同的角色由不同的人物扮演，当中有善人也有恶人，我们需要密切注意情节、地点、时间点和反派人物。然而，故事情节中最重要的通常是问题的解决方式和学到的教训。这些故事在这一点上并没有什么不同。

如上述所示，上帝是解决问题并缔造和平的那一位。然而，祂的工作因人们的不信而变得曲折。由于希伯来人不断发怨言和悖逆，他们经历了严重的困境，甚至悲剧。由于他们的怀疑和不悔改，他们给自己无端造成了许多困难。

阅读出15：22-27。过红海后，第一个神迹的背景是什么？

以色列人信心的第一个考验与水的需求有关，考量到恶劣、炎热和干燥的沙漠环境，这并不意外。经过三天的路程，人们终于找到了水，但却无法饮用。玛拉的意思是“苦”，由于水很苦，以色列人对他们慈爱之主的信心很快就陷入了困境。然而，上帝怜悯地做出了回应，第一个奇迹是用一块木头来成就的。当然，让水变得甘甜可饮用的并不是木头，而是上帝。人们必须学习重要的功课：❶耐心等待主的时间，❷上帝会与世人合作成事。

然而，以色列人却把许多事情视为理所当然，很快就忘记了上帝为他们所行的伟大神迹——他们曾为这些神迹如此热情地歌颂上帝，宣称：“耶和华啊，众神之中，谁能像你？谁能像你至圣至荣，可颂可畏，施行奇事？”（出15：11）

然而，即使在他们发怨言之后，上帝仍应许祂不会将所加与埃及人的“疾病”加在他们身上（出15：26）。祂将保护他们，他们只有忠于祂，才能经历这个应许。

你为自己带来了哪些试验和挑战？我们若与上帝合作，祂仍会为我们工作——知道这个真理能使我们获得什么安慰？

鹌鹑和吗哪

不幸的是，在这些朝应许之地前进的故事中存在着重复的叛逆模式。众所周知，以色列人出了名的一再忘记上帝大能的手在过去如何帮助他们，并为他们的问题提供解决之道。他们让当前的问题蒙蔽了双眼，看不到自己的最终目标和应许的美好未来。即使在今天，这仍是上帝的子民常见的问题。

阅读出16：1-36。以色列人发怨言的原因是什么？

值得注意的是，圣经中的试探经常与食物有关。在伊甸园中，犯罪与吃了分别善恶树的果子有关（创2：16、17；3：1-6）。耶稣在旷野所受的试探中，撒但向祂展开的第一个攻势就是透过食物（太4：3）。以扫因为食欲而失去了长子的名分（创25：29-34）。以色列人的悖逆经常与食物和水有关！难怪摩西提醒后人：

“人活着不是单靠食物，乃是靠耶和华口里所出的一切话。”（申8：3）

吗哪是上帝在以色列人漂流于旷野四十年间所供给他们的天上之粮。透过这份礼物，祂教导他们，祂是万物的创造者和供应者。此外，上帝也用祂超自然的吗哪供应来教导他们如何遵守第七日安息日。

每周都会发生四个奇迹：❶一周中有六天，上帝每日赐下足量的吗哪；❷每周五（编注：即第六日；出16：5，22），赐下双份的吗哪；❸从星期五到安息日，吗哪不会变坏；❹安息日没有降下吗哪。上帝不断地行使这些神迹，好让以色列人记得安息日，并在这一天纪念上帝的良善。上帝说：“耶和华既将安息日赐给你们。”（出16：29）

人们都有口腹之欲，这是我们与生俱来的本能。地里长出来的丰富食物（我们最初的饮食）不仅表明上帝希望我们吃，也表明我们应该享受我们所吃的。然而，食物（以及我们对吃的喜好）这美妙的礼物如何可能被滥用呢？

磐石出水

在旷野中，人需要充足的水。上帝解决了这个问题，尽管以色列人发怨言，不信靠祂，甚至试探祂赐下水的能力和意愿。在他们的不信中，他们转头眺望埃及。

阅读出17：1-7。以色列人应该从这次事件中学到什么教训？

摩西称这个地方为“玛撒”，意思是“试探”，也称这个地方为“米利巴”，意思是“争闹”。尽管以色列人不信，上帝仍赐给他们水喝。这两个名字应该提醒以色列人不要试探上帝，也不要与上帝争闹（来3：7、8，15）。他们严重质疑上帝是否在他们中间，尽管他们已经看到了许多真凭实据，这些事不仅证明祂的同在，也证明了祂的能力和权威。

“击打磐石的固然是摩西的手，但那使赐生命之水涌流出来的，却是那隐藏在云柱里，站在摩西旁边的上帝之子。这时，不但摩西和长老，连站在远处的全会众，也看见了耶和华的荣光。但假使云彩消散，他们就要被那隐在云中之主可怕的荣光所杀灭了。”——怀爱伦，《先祖与先知》，原文第298页。

水是生命的象征，因为若没有水就没有生命。我们身体的每个细胞都需要水。我们全身也有60%是水。甚至我们的骨骼也由部分的水所组成。因此，在旷野为以色列人提供水对他们来说是一个记号，表明上帝关心他们的需要，而他们可以信靠祂。只是，他们需要顺从。

许多世纪后，保罗在林前10：4中提醒信徒，以色列人在旷野的经历是独一无二的。基督不仅引导他们，也为他们提供水喝（诗78：15、16），并满足其属灵和身体的需要。保罗宣称：“那磐石就是基督。”对他们来说，基督是生命的源头和永生的赐予者。正如磐石是坚固的，上帝也坚定地带领祂的子民。人们可以信靠祂，因为祂必会履行祂的应许。

现在有哪些事情是你需要信靠上帝的？你如何才能学会顺服祂的旨意并等待祂在祂的时间表内采取行动？为什么这不见得能轻易做到？

叶忒罗

摩西的岳父叶忒罗，又名流珥 (出2：18) 来拜访他。叶忒罗带来了摩西的妻子西坡拉和他们的两个儿子——革舜和以利以谢。摩西听说他们来了，就出去迎接。

阅读出18：1-27。这个国家历史上的哪些重大事件在这里发生？

叶忒罗的到来是因为听说了上帝为以色列所做的惊人拯救。摩西向叶忒罗详述了“耶和华为以色列的缘故向法老和埃及人所行的一切事，以及路上所遭遇的一切艰难，并耶和华怎样搭救他们” (出18：8)。

叶忒罗称颂上帝的恩慈以及为百姓所做的非凡干预，他宣称：“耶和华是应当称颂的；他救了你们脱离埃及人和法老的手，将这百姓从埃及人的手下救出来。我现今在埃及人向这百姓发狂傲的事上得知，耶和华比万神都大。” (出18：10、11)

我们在这里看见的是一实例，展现上帝如何在祂的子民中动工，并向世界见证谁是真神上帝，以及祂能为祂的子民做何等大的事。

在叶忒罗认识了真神上帝的同时，他也向上帝的子民提供了明智而有益的建议。摩西需要以公正公平的原则来建立制度。他还需要尽责、忠诚和正直的审判官。叶忒罗明智地列举了条件：❶敬畏上帝的人；❷诚实无妄；❸恨不义之财的人。要拣选有才能的人，派他们作千夫长、百夫长、五十夫长、十夫长，管理百姓。这样，摩西的行政负担就会减轻，他可以专注于重大问题。如此，人民就能得到更好的服务。

摩西接受了叶忒罗明智的建议 (出18：24)，并任命领袖担任不同的行政职务 (另见申1：9-18)。

摩西原本可以不理会这个老人，叫他管好自己的事；然而他没有这样做。我们可以从他愿意听从这位非希伯来裔长者的事上学到什么重要教训？

生命的粮和水

阅读林前10：11。为何这些事件被记录下来，保罗给出了什么原因？

保罗解释说，发生在以色列人身上的所有事情，都是对跟随基督之人的榜样和警告，要帮助他们避免重蹈覆辙；也就是说，他们将从这些例子中学习。对我们这些生活在“末世”的人来说这是中肯的教导。上帝将圣灵赐给祂的子民，并以“刚强、仁爱、谨守的心”来坚固信徒（提后1：6、7），使他们能够做出正确的决定并遵循祂的教导。耶稣基督是新生命的源头（约14：6），只有祂才能让我们成为“活祭，是圣洁的，是上帝所喜悦的……不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为上帝的善良、纯全、可喜悦的旨意”（罗12：1、2）。

后来，耶稣以这些记述中的教训，特别是旧约中关于吗哪和水的记述，来教导有关祂自己的真理，祂就是带领以色列人穿越旷野的那一位。

阅读约4：7-15和6：31-51。这些经文向身为基督徒的我们揭示了哪些真理？

撒马利亚妇人发现基督提供了她在其他地方所无法得到的。人的内心对平安、喜乐和幸福的渴望来自上帝，因此只有上帝才能满足（诗42：1、2）。

之后，在论到吗哪时，耶稣解释说，将吗哪赐给以色列人的是上帝，不是摩西。耶稣接着宣告：“我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿。”（约6：35）耶稣两次重述祂就是生命的粮（约6：35，48）。

正如旷野中的吗哪是“从天上来的粮”（约6：31、32）一样，从磐石而出的水也是基督为了解他们的渴而赐的恩典。除了肉体的实际需要之外，粮和水也具有属灵意义，因为耶稣基督是“生命的粮”（约6：35，48）和“活水”（约4：10、11，14；7：37、38）。因此，只有在祂里面，我们灵性的干渴和饥饿才能真正得到满足。

进修资料

阅读怀爱伦《先祖与先知》，〈从红海到西乃山〉，原文第291-302页。

饮水危机事件发生后不久，这个民族就面临新的危险（见出17：8-16）——凶猛好战的亚玛力人袭击了他们。“亚玛力人并不是不知道上帝的品德，或祂的主权。但是他们非但不敬畏上帝，反而胆敢公然反抗祂的权能。摩西在埃及人面前所行的神迹，被亚玛力人当作讥诮的话柄。四围列国的惧怕也被他们嘲笑。他们曾凭他们的诸神起誓，决意要杀灭希伯来人，不让一人逃脱。他们又夸口说：以色列的上帝必无力抵抗他们。以色列人并没有伤害或威吓他们，他们的袭击是完全没有理由的。他们之所以要杀灭上帝的子民，乃是要表示他们的憎恨和公然反抗上帝的心。多年以来，亚玛力人就是横行无忌的罪徒，他们的罪恶滔天，早该报应，然而上帝的慈爱仍呼召他们悔改；但当亚玛力人击杀以色列队伍中疲乏而毫无抵抗之人时，他们就确定了自己国家的厄运。”——怀爱伦，《先祖与先知》，原文第300页。

讨论问题

❶深入思考叶忒罗如何从上帝为祂子民所做的事中认识真神（见出18：8-10）。为什么这个原则在今天仍然适用？问自己和学员：我们的教会向世界呈现了什么样的见证？关于上帝的本质和品格，我们应该向世界说些什么？

❷再次阅读林前10：4。关于今天有些人仍旧相信的古代异端邪说——即与我们在耶稣身上所看到的相反，声称旧约的上帝是喜好报复、嗜恨、不饶恕人的——这节经文应该教导我们什么？这节经文如何显示为何相信这种说法是错误的？

❸再次阅读怀爱伦所写关于亚玛力人如何有机会认识真神的引文。将他们的态度与叶忒罗的态度作一比较。我们可以从中学到什么教训？即为何上帝不仅对他们施行审判，也对以色列所接触过的许多古代部族施行审判？