

#### 第4天 —— 陈设饼的桌子

「耶稣说：『我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。』」  
约6:35

#### 推荐模式

##### 颂赞 (大约10分钟)

- 在祈祷开始时要称颂上帝。
- 赞美上帝，因为耶稣乃是生命的粮。
- 赞美上帝，祂正在邀请你领受自天而来的生命之粮。

##### 认罪并宣告得胜罪恶 (大约5分钟)

- 祈求上帝向你显明有哪些方面没有降服于祂。私下向上帝承认。宣告上帝已经胜过了这些罪。
- 祈求上帝饶恕你没有选择领受生命之粮的行为。
- 根据〈约翰一书〉1:9，感谢上帝赦免你的罪。

##### 祈求与代祷 (大约35分钟)

- 正如陈设饼的桌子要用油膏抹一样 (出40:9)，当你研读《圣经》之时，祈求上帝赐下圣灵指引并教导你。
- 祈求上帝帮助你每日领受生命的粮，并花时间研究上帝的圣言。
- 为教会领袖 (你们当地的牧师、区会、联合会、分会，以及总会的领袖) 祈祷，愿他们每日能花费更多的时间研究上帝的圣言。
- 祈求上帝教导你如何与他人分享生命的粮。
- 祈求上帝使大家重新关注并研究〈但以理书〉和〈启示录〉，并且要着重强调圣所崇祀的种种福惠。
- 祈求上帝使我们每日都要因着「信他的先知」而研读《圣经》，这样的信念强调了研读《圣经》和预言之灵。
- 在你的朋友和熟人中，是否有人没有领受生命之粮，反而用世界所提供的暂时之事来喂养自己？为这些人祈祷。祈求上帝向你显明该如何帮助他们理解花时间领受属天之粮食的重要性。
- 为亚洲人祈祷，其中包括佛教徒和印度教徒，很多亚洲人还从未听到过耶稣，也不晓得耶稣的作为。祈求上帝赐给我们特别的智慧，晓得如何接触这些人的内心。
- 祈求上帝兴起大队的工人，在中美分会的38个国家，948个团体中建立教会。
- 祈求上帝兴起不惜性命的工人，在中东北非联合会的20个国家，746个团体中

建立教会。

- 为生活在10/40窗口的居民祈祷，那里的居民几乎对基督教文化一无所知。祈求上帝打开人们的心门，接受耶稣基督的福音。
- 祈求上帝使复临信徒研读预言之灵著作的兴趣高涨，并且视这些内容为适时的信息。祈求上帝使教会的领袖和信徒定期阅读预言之灵中的指导、劝勉，以及鼓励。
- 祈求上帝使你为之代祷的七个人（或更多）能理解自己需要研读上帝的圣言，领受生命的粮。
- 为你个人的需要祈祷。

### **感恩 (大约10分钟)**

- 感谢上帝借着耶稣为我们树立榜样，使我们晓得如何每日与天父交通。
- 提前感谢上帝即将成就之工，以及祂对你祈祷的回应。
- 感谢上帝，当我们领受生命之粮时，我们便可拥有基督的品格。

### **推荐颂赞诗歌**

《我愿自幼寻求主》(SDA 英文颂赞诗歌 #539)；《主啊，注满我的杯》(SDA 英文颂赞诗歌 #493)；《学像耶稣》(SDA 英文颂赞诗歌 #492)；《时刻蒙恩》(SDA 英文颂赞诗歌 #507)；《仰望耶稣》(SDA 英文颂赞诗歌 #290)；《放弃世界得我耶稣》(SDA 英文颂赞诗歌 #329)；《唯有耶稣》(SDA 英文颂赞诗歌 #570)

### **陈设饼的桌子**

「耶稣说：『我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。』」约6:35

陈设饼要常摆在耶和華面前作不间断的奉献，所以它也是每日献祭的一部份。这饼名为「陈设饼」，或称「常设饼」，因为这饼是常摆在耶和華面前的。(出25:30) 这表明人类肉身和灵性的粮食都须仰赖上帝，而且惟有借着基督作中保的工作，人才能得到这粮食。上帝曾在旷野用天上的粮食养活以色列人，如今他们在肉体的粮食和属灵的福惠上，仍然仰赖祂丰富的供应。吗哪和陈设饼都预表那生命之粮基督，祂为我们的缘故永远常在上帝面前。祂自己曾说：「我是从天上降下来生命的粮。」约6: 48-51 (《先祖与先知》，354页)

上帝的圣言是我们的灵粮。「耶稣说，我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴」(约6:35)。世界正因缺乏纯净的真理而灭亡。基督就是真理。祂的话是真理，且有比表面上看来更大的价值和更深邃的意义。……为圣灵所苏醒的心必能辨别这些话的价值。……(《高举主基督》，106页)

浮光掠影地阅读圣经是没有益处的。一个人可以通读全部圣经而看不出它的美妙，不领会它深奥的隐含的意义。阅读一段，直到明白其意义以及它与救恩计划的关系，这样做的价值远胜过毫无目的地阅读多章，而没有获得积极的教训。要随身携带圣经，一有机会就读，用心记忆其中的经文。当你在街上行走的时候，也可以读它一段，加以思索，这样就能牢记在心。

那赐人生命的是基督的生命。基督的生命在祂的话里。耶稣治病赶鬼乃是借着祂的话。祂用一句话平静海浪，使死人复活。众人也见证祂的话是带着能力的。祂说的是上帝的话，正如祂在旧约时代借着众先知和教师说话一样。全部圣经都是基督的显示。这是我们能力的源头。

我们肉体的生命怎样靠食物维持，我们属灵的生命也怎样靠上帝的话维持。而且各人必须亲自从上帝的話中领受生命。我们要得营养，必须自己吃喝，照样，我们也必须自己领受上帝的话。我们不可单靠别人的思想为媒介，把上帝的话传给我们。

上帝的圣言乃是生命之粮。凡是吃了又消化了这圣言，使它成为每一行动和每一品性一部分的人，都会靠着上帝的大能强壮起来。它赋予你不朽的活力，能完善你的经验，并给你带来永久相伴的快乐。（《高举主基督》，261 页）

我实实在在地告诉你们，信的人有永生。我就是生命的粮。你们的祖宗在旷野吃过吗哪，还是死了。这是从天上降下来的粮，叫人吃了就不死。（约 6:47-50）

有许多人饥饿无力，皆因他们不吃用自天而降的粮食，乃以无足轻重的繁琐事物充满自己的心意。然而罪人若吃用生命之粮，就必蒙革面洗心而苏生康复，成为有灵的活人。那自天而降的粮必赋予他衰弱的精力以新的生命。圣灵必将属上帝的事物启示与他，而且他若接受这些，他的品格就必洁除一切的自私自利，得以文雅清洁，合于天国的条件。（《使我认识祂》106 页）

我们明白和尊敬圣经的话语还是不够的。我们必须深入理解，认真学习，……基督徒必须表显他们属灵品格健康的程度，必须把圣经的话语应用到我们建造品格的实际中去。我们都应成为圣殿，让上帝在其中居住，行走与工作。我们绝不可抬举自己高过上帝所拣选做祂工作，尊荣祂圣名的仆人。「你们都是弟兄」（太 23:8）。让我们把这句话用在自己身上，以圣经对照圣经。

在日常生活中，我们应当在弟兄和世人面前为圣经作活的解释者，并借着表显基督心里的柔和谦卑而荣耀祂。我们食用消化生命之粮，就会表显出匀称的品格。借着我们的团结，借着看别人比自己强，我们就能在世人面前为真理的能力作活的见证……（《高举主基督》105 页）

圣灵会降在一切恳求生命之粮并与邻舍分享之人的身上。（《信仰的基础》，334 页）