

## 第七篇

### 生命的粮

为着这训练赞美主！这是何等的特权和福分，我们能在这训练中听见关于经历、享受并彰显基督的话。乃是主的怜悯，使我们能在这里。这些日子，主对我们的负担乃是要我们进入《经历、享受并彰显基督》这事的实际。为此，我们要考量自己进入这事的实际有多少。在第一篇信息中，弟兄说到这次训练总题的内在负担时，提到李弟兄于一九七八年所说的一句话，深深地摸着我：“我多少担心你们对基督的享受可能不是那么多。”（经历基督，三〇页）

第五篇信息说到禧年是狂喜的年代。然而，我们对基督到底有多少这样的享受？若是我们从来没有在神面前狂喜过，就表明我们对神的享受不足。“禧年”的意思就是无忧无虑、无牵无挂、无缺无乏、无病无灾，什么难处都没有，什么都是好处；因此，一切应心，万事如意，逍遥自在，狂喜欢腾。这就是经历基督作禧年。只要有主的恩言，我们无论在哪里都能享受禧年。如路加四章所记载，主在会堂宣读了关于禧年的话，就说，“今天这经应验在你们耳中了。”主指明禧年当时就在会众中间，于是“众人都称赞祂，并希奇祂口中所出的恩言”（16~22）

对于我们在训练中所听到的，我们都必须做醒思考：我们真正的光景究竟如何？就着对基督的经历、享受和彰显，我们是如何？我们经历并享受基督的目标，乃是要让祂在地上得着一个彰显，就是国度。基督要得着国度，就需要在我们里面，借着我们得着彰显。今天的召会生活就是国度的生活。愿主在这事上摸着我们，甚至叫我们受责备，蒙光照，被照透。

## 主是生命的粮，含示吃、消化与吸收

本篇信息要来看“生命的粮”。我们不该以为这题目很简单，认为自己早就知道什么是生命的粮。我们要看见，主耶稣在约翰六章两次说，“我就是生命的粮。”（35、48）这含示吃。因为粮不是为着给我们观看或欣赏，乃是为着给我们吃进去。主介绍自己是生命的粮，我们该如何对待祂？传统的宗教教导我们要效法基督，就是外在的、在行为上效法祂，思考祂的生平，并行善拒恶；这就是我们对基督徒生活普遍的观念。然而，主是“生命的粮”，表明主要我们对祂有主观的经历，与祂有一种完全不一样的关系；因为粮是为着吃，是为着经历的。

主在约翰六章宣告：“我就是生命的粮。”听见这样的话，我们里面应当喜乐，因为祂这粮是为着吃的，是要让我们有分，让我们享受的。今天，这粮没有问题，吃的方面也没有问题，问题在于：我们的口味如何？我们的胃口如何？我们是否饥渴？我们是否吃得充足？我们是否充分地享受基督？在本篇信息，我们要注意自己是否充分地吃生命的粮。“吃”牵涉到消化和吸收。说基督是生命的粮，含示我们要吃这粮，并且要有正确的消化和吸收。

## 圣经乃是一本吃的书

要知道吃的意义，就必须认识圣经乃是一本吃的书；无论旧约或新约，都是以吃为中心。我们若要了解吃的历史，可以读启示录二章七节恢复本的注解，其中详细论述了圣经中吃的事。主对以弗所召会的得胜者说，“那灵向众召会所说的话，凡有耳的，就应当听。得胜的，我必将神乐园中生命树的果子赐给他吃。”第六注里对吃生命树的解释，把我们带回创世记

二章。在那里我们看见，神把人摆在园子里，“耶和华神使各样的树从地里长出来，可以悦人的眼目，也好作食物。”（9上）神在起初创造时，就向人指明祂要人来吃。同时有一个警告：“只是善恶知识树上的果子，你不可吃，因为你吃的日子必定死。”（17）善恶知识树带来死亡，而与此相对的乃是生命树。创世记有生命树（二9下），启示录也有生命树（二7，二二2）。这清楚说出，神渴望人吃祂，享受祂作生命。

## 圣经中吃的历史

关于圣经中吃的历史，在创世记有生命树；到了出埃及记，首先，以色列人蒙拯救脱离埃及，是靠着羊羔的血，并借着吃羊羔的肉（十二1~14）。其次，他们出了埃及，到了旷野就面对饥饿的问题，以色列全会众向摩西、亚伦发怨言说，“你们将我们领出来，到这旷野，是要叫这全会众都饿死啊！”（十六3下）于是耶和华对摩西说，“我要将粮食从天降给你们。”

（4）他们就开始吃吗哪。十六章四节第一注说，“神的心意是要改变他们的性情，……以基督重新构成他们。”神赐下吗哪不只是为着满足神百姓的饥饿，更是为着重新构成百姓。这说出神的子民有一个极大的需要：信徒必须被基督重新构成，好使他们成为神的居所，让基督得着彰显。构成乃是联于彰显。

然而，后来百姓厌恶吗哪，因他们想念埃及的食物（民二一5，十一5~6）。但愿我们对吗哪永不感厌倦，但愿我们不贪恋埃及的食物。我们要受警告，注意食物的性质，注意我们每天花时间吃的是什么。以色列人进入美地后，“他们吃了那地的出产，当日吗哪就止住了，以色列人也不再有什么了；那一年，他们却吃迦南地的出产。”（书五12）

关于吃，在旧约有生命树，有吗哪，也有筵席一吃美地的出产。到了新约，主对得胜者的呼召也包含这三种的吃。在启示录二章七节，给以弗所召会中得胜者的应许，乃是要吃生命树；十七节对别迦摩召会中得胜者的应许是联于隐藏的吗哪；在三章二十节论到老底嘉召会的得胜者，主在门外叩门，说，“若有听见我声音就开门的，我要进到他那里，我与他，他与我要一同坐席。”在启示录中，得胜者要吃生命树、吗哪和筵席，正与以色列人在旧约的经历相符。

所以，“吃”是首要的事。圣经中一再地说到吃。诗篇三十四篇八节说，“你们要尝尝，便知道耶和华是美善的。”补充本诗歌二百一十首第一节说，“我们尝过就作见证，神是我们食物！”然而我们在召会生活中是否来在一起尝祂，或只是维持一种社交？我们是否运用我们的灵来尝主？在本篇论到“生命的粮”的信息中，我们首先要着重地指出，我们的吃、我们的饮食以及我们的口味是极其紧要的。盼望我们能认真对待这事。

## 读约翰第六章，该注意七个重点的次序

我们若仔细读过约翰第六章，应该对这章有深刻的印象，也该注意七个重点的次序。圣经恢复本不仅有注解，也有纲目；借着进入纲目，会帮助我们认识每一卷书的架构。约翰福音的纲目非常美妙。约翰第六章三十二至七十一节的标题是“存到永远生命的食物”，其下的第一个小标题是“成为肉体”。这说出主经过过程，好使祂成为微小的，可以给我们吃。五十一节说，祂“是从天上降下来的”，这是指祂的成为肉体。

### 主是生命的粮

第一，主是生命的粮（35、48）。主以食物的方式陈明祂自己，不是为着道理的研究；然而，有许多人以研究的态度，探讨基督的神性、人性、神圣的三一，而没有吃主。今天在主的恢复里，我们都转过来了。我们从主的话看见，祂的愿望就是要我们“吃”祂。吃是一件享受的事，我们享受祂作从天上降下来的活粮（51）。

### 主把祂生命的粮赐给我们吃

第二，主把祂生命的粮赐给我们吃（51）。生命的粮是指着主的肉；祂把祂的肉给我们吃，但这个肉又是活的粮。当时，听见主这样说的人，包括门徒们，都很受搅扰，甚至有人决定要离开主。但是主说，“肉是无益的；我对你们所说的话，就是灵，就是生命。”（63）主在这里指明一种属灵的关系、属灵的经历；我们对主属灵的经历就是吃祂。

### 主还把祂的血给我们喝

第三，主还把祂的血给我们喝（53）。主把祂的肉作为生命的粮给我们吃，把祂的血给我们喝，指明肉和血分开了；这说出祂被钉死，被杀。五十一至五十五节这段纲目的标题是“被杀”。主在五十一节下半说，“我所要赐的粮，就是我的肉，为世人的生命所赐的。”这指明主为我们的缘故被杀。到了五十六至五十九节，就说到祂的“复活以内住”。

### 主不仅死了，也复活了

第四，主不仅死了，也复活了（56）。死亡不能拘禁祂，祂从死里复活了。主渴望住在我们里面，好使我们能住在祂里面。五十六节说，“吃我肉喝我血的人，就住在我里面，我也

住在他里面。”吃就是把身外的东西，接受到我们里面。因为祂已经复活了，所以我们能这样接受祂。

### 因基督活在我们里面，我们就因祂活着

第五，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）。因为祂复活且成了赐生命的灵，现今祂可以住在我们里面。因为祂活在我们里面，我们也就因祂活着。五十七节说，“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。”要过基督徒生活，就必须吃主。这不是外在的行为，也不是自我改正或改良的问题，乃是完全在于吃主耶稣。

乃是祂的灵，赐我们生命和生命的供应；  
祂的话就是灵，就是生命

第六，不是祂物质的肉，乃是祂的灵，赐我们生命和生命的供应（63 上）。第七，那灵是在主所说的话里面；祂的话就是灵，就是生命（63 下）。六十二节含示主经过了成为肉体、死、复活的过程，甚至也提到祂的升天；这说出救赎的工作已经完成。主救赎工作的目的，是要使祂成为赐生命的灵（63），好使我们能真正地吃祂并享受祂。许多基督徒不相信主是赐生命的灵，所以他们在“吃主”的事上很短缺。在主的恢复里，李弟兄为着“主就是那灵”（林后三 17），以及“末后的亚当成了赐生命的灵”（林前十五 45）的真理争战，为使我们能进入吃祂作生命的粮的实际。我们吃祂作生命的粮，至终就会因祂活着（约六 57），也就是过祂所过的生活。

我们要对“吃主”这件事有深刻的印象。我们所交通的都是为帮助我们能真正享受祂，而这个享受就是吃。诗篇二十三篇五节说，“在我敌人面前，你为我摆设筵席。”筵席乃是为

着吃。申言者耶利米说，“我得着你的言语，就当食物吃了。”

（耶十五 16）这说出耶利米对神的话有一种渴慕。他不只得着了神的话，更是将这话当作食物吃了，把这话接受到他的里面，使他被这话构成。我们对神的话有否像耶利米一样渴慕呢？在每次的训练中，借着一篇篇的信息，我们得着了神的话。神在祂的话里前所未有地将祂自己向我们开启，但我们需要问自己吃得如何。

### 主从天上降到地上来， 是要把祂自己当作食物（生命的粮）赐给我们

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（约六 50~51）。我们不只要“吃”，还要“消化”，好使我们被祂构成。我们需要对主这生命的粮有好的消化。

圣经里满了吃，职事的话也一再提醒我们要吃。李弟兄的职事是要把寻求的信徒带到主的恢复里，并把主的话向他们开启；为此他讲了很多关于“吃”的信息。在李常受文集一九七二年第一册我们看见，李弟兄在一次特会里专讲“吃主”；另一次特会里，说到“主的恢复—吃”；在加州洛杉矶特会，说到“享受基督活而实际的路”，就是吃；在旧金山特会说到“预备主的回来”，也与吃有关。

“吃主”这系列信息里说到，神在创世以前就定规了我们的命运，我们的前途，就是吃主；我们要天天吃主这生命树。在启示录末了，二十二章十四节说，“那些洗净自己袍子的有福了，可得权柄到生命树那里。”意即到永世，我们仍是一直吃主，有分于生命树。所以吃主乃是我们的前途，我们的定命。

李弟兄说，“若是有人问你说，基督徒该作什么？吃主！你们这班人是什么基督徒？吃主的基督徒！你们是什么召会？吃主的召会！基督徒就是一班吃主的人。这就是主的恢复。主恢复什么？主就是恢复吃祂。”（李常受文集一九七二年第一册，三二页）

我们需要领悟，我们在吃的事上需要竭力往前。不要把吃这件事视为理所当然，不要肤浅地对待这件事。我们也许听了有关“禧年”的信息，觉得很兴奋，说，“主啊，我们在禧年里了。”但你里面有没有吃主的话？你有没有被主的话构成？你有没有真正享受主的话？或只是肤浅地反应说“阿利路亚，我们有禧年”？几年前美国的大专特会里，青年人呼喊“禧年”，然而现今还有多少青年人继续享受禧年？要知道，真正的试验是在我们的日常生活中。真正享受禧年实际的人，乃是吃主的人。吃主是一件每日的事，正如我们的肉身，不吃食物就没有健康。即使你参加过全时间训练，也可能只是在表面上滑过去。不要以为参加过训练，就成就了什么事；经过训练，你的基督徒生活才正要开始。

我们现今是在启示录的时代，就是在加强的时期。你是不是得加强的人？我们要怎么得加强？乃是借着吃主。然而，我们不只要吃，更要消化、吸收。我们要对消化、吸收有经历，就需要劳苦，需要在主面前有对付。我们的吃，不该是轻率、漫不经心的；我们要真正被构成。

请注意“构成”这个辞。你要得着一种不一样的构成，不仅需要吃主，更要消化祂。主是生命的粮，但祂需要被消化而成为我们的构成。否则，我们参加这个训练，就只是一种团体活动。我们很珍赏青年人上大学，在某个关口被主摸着。我们也很宝贝他们奉献两年，参加全时间训练，进入主的话，受



成全，并且愿意服从训练中心一切的规定。他们的确付了代价，但两年过后，他们的基督徒生活才真正开始。

我们在训练里需要发展的，不只是吃主，更是要消化祂。这种操练是需要花时间的。然而，我们要问：你花了时间，但在那个时间里真正得着了多少益处？或者只是在那里胡思乱想？日复一日，年复一年，我们要发展这项操练，就是花时间在主面前，好正确地消化我们所听见的话。在训练里，主向我们说了那么多的话；我们需要把这些话接受到里面，在主面前有对付，有消化。

第五篇关于禧年的信息，说到新约时代就是狂喜年代。若是我们从来没有在主面前狂喜过，就表明我们对神的享受不够。请问：你上一次经历基督到狂喜的地步，是什么时候？恐怕我们有些人从来都没有经历过。也许你只是过一种所谓的“召会生活”，一种团体的社交生活，却没有信息里所说的那些经历。主说，“求，就给你们。”（太七7）我们不仅要听主的话，还要向主求经历。我们要对主说，“主啊，把我带到对你更高的享受里。主啊，我的享受并没有够上我所听见的。主啊，赦免我，把我带到对你的经历和享受里。”我们要向主求，使我们能够被构成，能真正地经历、享受并彰显基督。

## 约翰六章详论主耶稣作生命的粮

### 基督是生命的粮，为要给我们经历并享受

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）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上、68）。这整章圣经最重要的点乃是，基督是我们的食物，是生命的粮（35、48）。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）。在这末了的时代，我们跟随主，追求主，必须认真地思想，我们的饮食到底包含什么？我们的口味是什么？口味是很重要的。我们需要求主赦免我们浪费了许多时间。保罗在以弗所五章十六节说，“要赎回光阴，因为日子邪恶。”我们要如何赎回光阴？就是要吃主作生命的粮，吃主作为从天降下来的粮。我们需要花时间，使我们能真正消化并吸收主这粮。但愿我们顾到这种每日的习惯。

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（约六 56~57）。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）。当我们操练我们的灵来读主话时，我们要在话里向主敞开。第六篇信息说到基督作为神的话，成为施膏的灵。虽然那灵是抽象、难以领悟的，但是那灵有一个实质，就是话；那灵与话一同运行，使我们能够接触主，享受主。如今，主那一面已经作成了一切，使我们可以吃祂，享受祂；我们这一面，就需要操练我们的灵。我们不该只把这些信息当作道理来读，乃是要享受基督作我们的食物。我们对主有充分的吃，就会影响我们的生活，使我们在生活中彰显基督。

### “要为那存到永远生命的食物劳力”

“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）我们花很多时间为那必坏的食物劳力；我们所从事那些物质的事，甚至是属灵的事，都可能只属于必坏的食物。我们固然需要花时间在我们的职业里，但我们也需要看见，主已呼召我们进到祂神圣的事业里，就是要我们成为基督的身体，成为祂在地上团体的彰显。为使主能得着这样的彰显，我们需要成为一班吃祂、消化祂的人。

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）。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）。

“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”

“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）我喜欢“真粮”这个发表，因为这辞提醒我们：有很多东西可以吃，却是不健康，甚至可能是有毒的，会伤害我们。这话是对我们所有人，特别是对在网路时代长大的青年人说的。撒但利用网路，有意破坏我们的饮食；他给我们一种口味，叫我们喜欢那些消极，甚至是邪恶的事物。你若花很多时间在其中，就会发展出一种口味，喜欢那些邪恶的事物。在这些日子，撒但最狡猾的诡计就是影响我们的口味。

在主的恢复里有一个管治的因素，就是对生命的口味。我们在意生命，不在意行为或规条；我们要吃生命树，要得着生命。我们在主的恢复里发展了对生命的口味，但仇敌知道此事的严重性，就很狡猾地影响我们的口味。我们的口味会驱使我们去吃某些东西。好比小孩子不需要训练，就喜欢吃糖果。口味会影响我们的饮食，我们的饮食又会影响我们身体的成长。因此我们要注意，我们所吃的乃是受口味所影响。今天仇敌非常狡猾，他借着网路上各种社交媒体来影响我们的口味，使我们对其他许多东西有胃口，却对属天的事没有胃口。但愿我们的口味能够改变，但愿我们爱生命的粮，爱属天的事，爱福音，爱神的话。

只有属灵的事才是真实的；基督是真实、实际的；

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

只有属灵的事才是真实的；“那灵就是实际”（约壹五 6 下）。基督作为真粮，乃是真理、实际的粮；基督是真实、实际的。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。我们必须在主面前有所对付，问问自己到底对这些点有没有深刻的印象。我们要祷告：“主啊，把这点深深地刻在我里面。我承认我对这一点不是那么迫切。主啊，使我对这事实有深刻的印象。我何等需要你作生命的真粮，我迫切地需要你作生命的真粮！”在现今这个时代，网路带给我们很多的东西，影响我们的口味，叫我们吃那些东西。那样，主怎能在人中间得着彰显？如果没有一班人吃祂，祂怎么能得着彰显？

“神的粮”就是“真粮”；基督乃是属天的粮；

祂作为神的粮，乃是属神的，是受神差遣，也与神同在的

约翰六章三十三节里“神的粮”就是三十二节里的“真粮”。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）。在六章，关于主是粮，有五种说法：祂是生命的粮（35、48），神的粮（33），真粮（32），属天的粮（从天上降下来的粮）（32~33、50~51），也是活粮（51）。盼望我们都能听见这里所传达的信息，就是主要我们来吃祂。

我们吃了这粮，就与主联结并调和为一；就必永远活着

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）。人若吃这从天上降下来

的活粮，就必永远活着（约六 50~51 上）。以上乃是约翰六章一些重要的点，也是这篇信息主要的负担。

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”

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。”主在约翰六章的话，其背景是逾越节。这里说到粮、肉、血，乃是指主为我们受死，但主所成就的，需要我们接受并享受。

到了这里，粮变成了肉。主舍了祂的身体，就是祂的肉，为我们死，好叫我们得着生命。“粮”（原文与“饼”同字）属于植物生命，乃是为着滋养我们。“肉”是指动物生命，就是救赎的生命。由此我们看见，主救赎我们，也滋养我们。

“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”

“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）血和肉分开是指明死。主在这里清楚指明祂的死，也就是祂的被杀。祂为我们舍了身体，流了血，使我们得着永远的生命。吃祂的肉，就是凭信接受祂为我们舍了身体所作成的一切。喝祂的血，就是凭信接受祂为我们流血所完成的一切。但愿我们赴主的筵席时，对主有更多的珍赏。擘饼聚会不是仅仅一种外在的仪式，更是让我们从主为我们所作的得着益处。祂为我们舍了身体，流了血，叫我们可以吃祂、喝祂。

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制成的，好在祂的救赎里，接受祂作生命和生命的供应。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（一 12）。这里的关键辞乃是“接受”。信和接受是并行的。

**“我的肉是真正的食物，我的血是真正的饮料”**

“我的肉是真正的食物，我的血是真正的饮料。”（六 55）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。我们若吃祂并喝祂，就要因祂得着生命。我们吃什么，就成为什么。

**“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。”我们要活基督，过真正的基督徒生活，必须吃祂。在马太四章，撒但试诱主耶稣，对祂说，“你若是神的儿子，就叫这些石头变成饼吧。”（3）但主对他说，“人活着不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。”（4）对仇敌每一次的试诱，主的回答总是：“经上记着。”（4、7、10）主站在神话语的基础上来对付仇敌；祂是因祂所吃的话而活，这使祂有立场对付撒但。盼望我们也进入这样的经历，运用主的话来对付仇敌。

吃就是把食物接受到我们里面，并生机地吸收到我们体内。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。然后，我们就凭着所接受的主而活。借此，祂这位复活者就活在我们里面（约十四 19~20）。

我们不只要吃主，还要吸收祂。“吸收”指明把一样东西接受到我们里面，使其与我们调和、合并，并在我们里面将我们重新构成。我们需要如此吸收基督这生命的粮。

李弟兄曾释放一篇信息，名为“吃与消化”（见“李常受文集一九七二年第一册”，享受基督活而实际的路，第六章）。我们吃主作生命的粮，关键在于我们的消化。单单把主吃进来只是第一步；在经历上，我们还需要有消化和吸收。我们常在消化的事上有难处；我们没有好的消化，反而消化不良。以下是李弟兄信息的话：

借着消化，我们所吃的就吸收到我们这人里面。因此，吃了以后，我们需要消化并吸收。借着消化并吸收我们所吃喝的，我们就将所有的养分吸取到我们的血液里。这养分进入我们血液以后，就成为我们的细胞。一段时间以后，所有的细胞就成为我们生机的组织，就是我们这个人。……吃而没有好的消化，会引起难处。我们吃基督，也需要在属灵上正确地消化祂。你若有正确的消化，你所吃的食物，就会进入你身体的每一部分。

主耶稣是真实的、活的并实际的。你呼喊“主耶稣”，祂就进入你里面，并将你充满。你呼喊“主耶稣”的时候，这位实际的、活的耶稣就要摸着天然的人。但你们许多人会说，“不，主，不要摸我这里。留在你所在的地方；你是我的客人，你必须留在客厅里。不要进入我私人的卧室；那是为着我的，不是为着你的。”这就是消化不良。主这属灵的食物无法在你里面通过。食物没有通畅的管道进入你内里的部分，所以你消化不良。

借着吃，我们有消化；借着消化，我们有吸收；借着这吸收，我们使耶稣丰富的实际养分进入我们这人里面。基督一切的丰富至终要长到我们生机的组织里。然后我们就成为基督。……呼求主以后，吃喝祂以后，你必须说，“主，怜悯我。使我这人的每一部分向你敞开，使你在我们全人里面得着通路。”

（二六四至二七〇页）

“吃”不仅是吞咽，更包括消化和吸收。我们里面必须彻底地向主敞开，主才有路进到我们这人的每一部分，把我们作成与祂一样，成为祂的彰显。主渴望得着一班人，如此吃祂并经历祂。

“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”

基督成为赐生命的灵与话；  
因着基督是那灵，我们能在里面接触祂这灵；  
我们从祂得喂养，并吸收祂作为我们的食物

“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。”（约六 63）约翰六章的末了一段论到基督成为赐生命的灵与话。因着基督是那灵，我们能在里面接触祂这灵（林前十五 45）。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。祂对我们是便利的。

我们需要看见祂是赐生命的灵，  
并且这灵具体化在话里

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）。话与灵并行；我们不该以道理或外在肤浅的方式接触主的话，乃要进入话的深处来碰着那具体化在话里的灵。

赐人生命的灵就是复活里的主自己；  
在约翰六章六十三节，“话”是在灵之后提到的

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）。在约翰六章六十三节，“话”是在灵之后提到的。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（63）。我们若没有摸着话中的灵，就无法得着生命。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）。

### 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

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）。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。接受话，包含吃和消化。我们接受话，就是把基督接受进来，并让那灵在我们里面运行；这是在于我们的消化和吸收。

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。我们可能说我们吃了主的话，事实上并没有真正地吃；真正地吃在于消化。当我们在职事的聚会中听见了主的话，就要到主面前有对付，把我们心的每一部分都向主敞开，让祂进到我们里面。仇敌一直攻击我们，用许多事物打岔我们，使我们不能有好的消化和吸收。今天主要得着祂的身体，并借祂的身体得彰显；这完全在于我们与祂合作，吃祂并消化、吸收祂。唯有如此，我们才能被基督重新构成，使祂得着彰显。

阿摩司八章十一节：“主耶和华说，日子将到，我必打发饥荒临到地；人饥饿非因无饼，干渴非因无水，乃因听不见耶和华的话。”因着以色列民的罪，耶和华不再向他们说话。我们要给主最好的配合，使祂能持续对我们说话。我们经过一次又一次的特会和训练，不该把主的说话视为理所当然。我们是否毫无保留地把自己交给主，让祂完全得着我们，在我们里

面将我们重新构成？为使主得着祂的身体、新妇，祂必须要得着一班人，不仅吃祂作生命的粮，更消化祂、吸收祂；这就是经历并享受基督，使祂得着彰显。（R. M.）