

学习目的 ★ 耶稣是生命的粮。

第一单元  
我主耶稣

# 1 生命的粮

## 圣经金句

[以弗所书]2章4-7节

神既有丰富的怜悯，因他爱我们的大爱，当我们死在过犯中的时候，便叫我们与基督一同活过来（你们得救是本乎恩）。他又叫我们与基督耶稣一同复活，一同坐在天上，要将他极丰富的恩典，就是他在基督耶稣里向我们所施的恩慈，显明给后来的世代看。

## 圣经主题

[约翰福音]6章1-15节和28-35节讲述的是：主耶稣用五个饼、两条鱼喂饱了五千人；并让人们明白他就是生命的粮。

## 教师默想

上帝创造人的时候，做了一件非常特殊的事：“将生气吹在他鼻孔里”，使他成了有灵的活人。（[创世记]2章7节）从被创造的那一刻起，人就拥有了“肉体的生命”和“灵性的生命”（我们通常称为“属灵生命”）。上帝借着伊甸园中各种各样的果子喂养人肉体的生命，又借着设立秩序、建立与人之间亲密的关系喂养人属灵的生命。

上帝曾告诫亚当：“分别善恶树上的果子，你不可吃，因为你吃的日子必定死。”可是，我们看到在始祖犯罪后，人肉体的生命并没有立刻死去，那么什么死了呢？是人属灵的生命，就是人与造物主之间有秩序的、亲密的关系被破坏了。主耶稣在世上的时候，曾一再提醒人要“得生命”（[约翰福音]5章4节，10章10节），这让我们明白：人曾经失去了这个宝贵的“生命”。

人们常常在为肉体的饥渴而奔忙、忧虑，就像当年的人，“因为吃饼得饱”而四处寻找主耶稣（[约翰福音]6章26节）。的确，肉体生命的需要是真实的，全能、慈爱的造物主自己也曾亲历饥饿和干渴，并因着怜悯喂饱了需要食物的众人。



在喂养了人“肉体的生命”后，主耶稣期望的是什么呢？他从至高的天上降卑为人，破碎身体、流出血水，为的是让人得到什么呢？主耶稣非常清楚：人属灵的生命不靠物质的食物，而是依靠“那存到永生的食物”（[约翰福音]6章27节）。因此，他期望人们能够因信他而与上帝建立亲密的关系，使人的“灵性生命”得到喂养。他就是“生命的粮”供养每一个来到他面前、信靠他的人。

靠着主耶稣一次的献祭，我们的灵性从罪中得生，从死中得释放。让我们用心体会这次珍贵的“生命”吧！让我们的“生命”在主的滋养下不断成长吧！

### 教学点滴

这个年龄段的孩子开始思考一些抽象的概念。随着思考能力的提高，他们会重新审视自己的信仰。作为老师，您要认真倾听孩子的话语，体会和理解他们的担心、疑惑，帮助他们认识主耶稣赐给每个人的“新生命”。

# 课堂前奏

## ★ 目标:

思考：你愿意和什么样的人成为好朋友

**材料：**空纸袋、废纸

**准备：**在纸袋里放一些废纸，扎紧口。

**过程：**

1. 学生围成一圈。您（或者一位志愿者）背对学生，说“开始”，学生开始在圈里抛接纸袋，接到纸袋的人把纸袋迅速抛给一个与他不相邻的人。过几分钟后，您（或志愿者）说“停”，停止抛接。

2. 接着拿着纸袋的学生说出“人为了维持生命所需要的一种物质”。（例如血液、空气、食物等等。）

3. 继续开始“抛绣球”。在游戏后，您提出下面的问题请学生讨论。

- 如果缺少这种物质（利用学生说出的物质），人会怎么样？
- 这些物品中，你认为哪些是最重要的？

人要想维持生命，食物和水是不可缺少的。想一想，我们真的每天都离不开这两种物质！

在今天的故事中，主耶稣说自己是“生命的粮”（[约翰福音]6章35节、48节）。这是一个重要的真理，今天我们就来认识这个真理吧！



1. 抛接的纸袋可以用其他物品代替，例如塑料袋、气球或玩具球等。
2. 可以先大组一起游戏，然后分小组对您提出的问题进行讨论。

# 互动查经

**目标：**明白：主耶稣是供养我们属灵生命的粮

**经文：**[约翰福音]6章1-13节，28-35节，49-50节；[创世记]2章7节，15-22节

**材料：**圣经、十个煎饼、四条油炸小鱼

## 引言

拿出一块饼干。这是什么？我们什么时候会需要它？我们每个人都有个身体，为了维持肉体的生命，我们每天都需要食物和水。信主之后我们又得到一个属灵的生命（或叫作属神的生命、灵性的生命），我们的属灵生命同样也需要养分，也需要得到喂养。在今天的经文中，耶稣供应了人们身体的需要，他也希望我们明白：只有他能够喂养我们的心灵，让我们的心灵得到满足。

## 查考

学生分成两组，把准备的烧饼和小鱼分给各组。每组按照[约翰福音]6章1-13节的内容，排演一个小短剧。（所需角色有耶稣、腓力、安德烈、小男孩、众人。）鼓励学生在经文的基础上进行合理的发挥和想象，把他们自己对故事中每个人物角色的理解表现出来。

### 一

#### [约翰福音]6章1-13节

排演短剧之前，每组选出一个“导演”，您提出下面的问题，以帮助丰富表演内容。

- 你们表演的众人中，有些什么样的人？
- 这些人为什么要来跟着耶稣？
- 耶稣对腓力说话时，心里会怎么想？

- 腓力听到耶稣说的话时，心里会怎么想？
- 安德烈可能是怎样找到带食物的小男孩的？
- 小男孩把自己的食物拿出来时，会说些什么？
- 当门徒让众人一排一排坐下时，众人会有什么反应？
- 当众人都吃饱了，又看见剩余的食物装满了十二个篮子时，他们会怎么想？怎么说？

两组表演结束后，提出下面的问题，拓展讨论。

- 如果你是当时现场中的一个人，你会怎样用一句话向别人描述你对这件事的想法？
- 通过这件事，你认为耶稣是怎样的人？

## 二

[创世记]2章7节、15-22节

请学生对照上帝创造日夜、天地、日月星辰、水中生物和地上活物的过程，找出上帝造人时，做了什么特殊的事情。

自从上帝把生气吹进人的鼻孔，人就具有了属灵的生命。这种生命不是靠树上的果子和地上的食物来喂养，而是靠着人与上帝之间亲密的关系。根据圣经内容举例说明上帝怎样喂养人属灵的生命呢？（给人设立秩序；与人建立亲密的关系；关心人内心的需要。）

## 三

[创世记]2章17节；[约翰福音]6章49-50节

学生分成两组。第一组查考[约翰福音]6章49-50节；第二组查考[创世记]2章17节。

**问题：**

- 请想一想这两处经文中的“死”各指的是什么？（[创世记]2章17节指的是“肉身

的死亡”，[约翰福音]6章49-50节指的是“灵性的死亡，与上帝隔绝”。)

- 为什么会出现这样的事？
- 约翰福音]6章50节中“人吃了不死”指的是什么样的状态？（指免于属灵的死亡。）



### [约翰福音]6章28-35节

#### 问题：

- 耶稣告诉人们，怎样是“作神的工”？
- “神所差来的”指的是谁？
- “天上的真粮”指的是什么？
- “天上的真粮”可以起什么作用？（赐给我们生命。）
- 根据你的理解说一说：耶稣这个“生命的粮”怎样喂养我们的生命？（耶稣透过与人的相交，赐下安慰、鼓励、劝勉，教导我们，以上帝的话语喂养我们的属灵生命。）

#### ★ 参考资料

“吗哪”是以色列人在离开埃及及去迦南的途中，上帝从天上降下的粮食。那时，每天早晨在以色列人的营地周围会有像白霜的小圆饼，味道好像掺了蜜的薄饼。以色列人不知道是什么，就互相问“这是什么？”他们就称这种食物为“吗哪”，意思是“这是什么”。整整四十年，上帝一直都为以色列人降下吗哪，直到以色列人进入迦南地的境界。（参考[出埃及记]16章13-15节，31节，35节）

#### 总结：

我们每个人的生命从被造的那一刻起就包括了身体和灵性。在“五饼二鱼”的故事中，主耶稣让我们看见，他的大能可以满足人的饥渴，喂养人的身体；他更希望我们明白：他的爱是喂养我们属灵生命的粮食，只有靠着祂，我们的属灵生命才能不断成长。我们时刻要做的就是来到耶稣的面前，祈求祂的帮助和带领。带领学生祷告，祈求耶稣喂养他们的属灵生命。

# 讨论天地

★目标：

明白：主耶稣喂养我们的新生命。

## 准备：

1.将下面的句子分别写在小纸条上：①赦免我们的罪。②让我们成为他的儿女。③与我们建立关系。④喂养我们的属灵生命。⑤垂听我们的祷告。把写好的纸条放在一个盒子里。

2.将下面的句子分别写在小纸条上：①听从上帝的话语。②查考圣经。③知道上帝的命令。④信靠上帝。把写好的四张小纸条放在另一个盒子里。

## 过程：

1.您在黑板或大纸上写“主耶稣赐给我们哪些恩慈？”。请学生自由回答。学生回答完后，请一位志愿者从第一个盒子里抽出一张小纸条，并读出上面的内容。您向志愿者提问“你有过这样的体会吗？”。如果有，请志愿者与大家分享他的体会，然后把句子写在黑板上；如果没有，就直接把句子写在黑板上。

2.再请其他的志愿者抽取其他的小纸条。五个句子都写在黑板上后，请学生分享：主耶稣赐给我们的这些恩慈中，哪一项你体会最深刻？（请一两位学生分享。）

3.您在黑板或大纸上写“我们如何从主耶稣赐哪里得到‘生命的粮’？”。请学生轮流抽取第二个盒子里的纸条，按照刚才的方式进行回答和分享。

## 生活应用挑战：

我们的灵性生命需要不断地喂养才能成长，变得刚强有力量。主耶稣喂养我们灵性生命的一个好方法就是和他说话！请学生说出他们的祷告事项，包括祈求上帝帮助信靠耶稣、爱上帝、顺服上帝等。带领学生祷告。这一周你可以常常操练依靠耶稣，靠着耶稣所赐的“生命的粮”喂养自己的新生命。

# 游戏时光：绕面包行走



**材料：**圣经、可封口的塑料袋、油性笔、面包

**准备：**用水彩笔在每个塑料袋上写一个1-5的数字，数字可以重复，保证每个学生至少有一个塑料袋。

把面包片放进塑料袋里。把塑料袋放在地上围成一个大圈。

## 过程：

1.学生围着塑料袋站成一圈，您带领学生一起唱一首赞美诗，学生边唱边绕着圈走。

2.赞美诗结束，学生都站着不动。您说出一个数字。谁身边的塑料袋上有这个数字，他要具体说出一个耶稣喂养他的新生命的方式/耶稣帮助他成为基督徒的方式。

（例如，耶稣提醒我，要关心身边有需要的人；当别人做不好的事情时，耶稣帮助我明白为什么不好，我应该怎么做等等。）

3.如果时间允许，继续游戏。

1.在不同的纸片上写出下面的词语：勇气、饶恕、祷告、爱、顺服、帮助、关心、分享。每次赞美诗结束后抽出一张纸条。请大家讨论：这个词告诉我们，耶稣怎样喂养我们的新生命。

2.有时候，学生会故意做一些可笑的事情，打乱游戏的进程。这时候，您不必太严肃地对待这种现象，以免气氛变得紧张，让学生感觉不安或不自在。您不妨与学生一起轻松地笑一笑，然后再引导学生回到原有的课程计划当中。



# 手工制作：新生命面塑

**材料：**圣经、面粉、较大的塑料盆、食用色素、水彩笔

**过程：**

1.请学生利用所提供的材料和出不同颜色的面。

2.鼓励学生用彩色的面捏出一个拥有新生命的自己，并用水彩笔添加细节。如果条件允许，您可以在学生捏出形状后，把面块蒸5-10分钟，拿出来放凉后再请学生用水彩笔添加更多的细节。

3.请学生把“新生命面塑”带回家，与家人分享自己的新生命，并放在身边常常提醒自己：我的新生命需要长大。

如果没有食用色素，您也可以准备几种不同颜色的面粉，例如，玉米面粉、荞麦面粉、莜面面粉等；或者用打汁机，加一些水打出菠菜汁、紫甘蓝汁、胡萝卜汁、西红柿汁等各种颜色的汁水用来和面。

