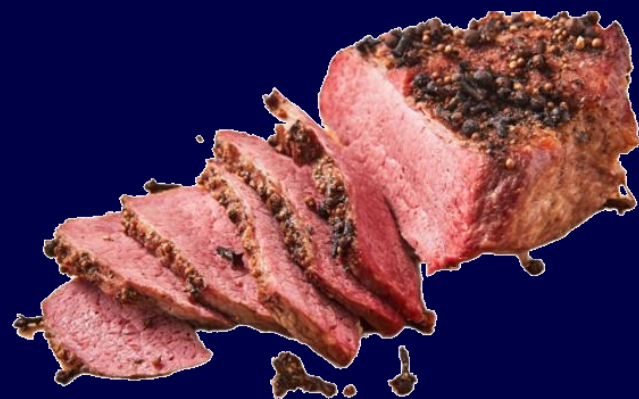


Spiritual Diet and Maturity

屬靈飲食與成長



Hebrews 希伯來書 5:11 – 6:3

Maryland Gospel Church 馬利蘭福音教會 7-31-22



2022年7月31日 講道信息:

屬靈飲食與成長

希伯來書 5:11-6:3

講員: 李嘉維 長老

翻譯: 鄧芳艷 姊妹

7-31-2022 Sunday Message:

Spiritual Diet and Maturity

Hebrews 5:11-6:3

Preacher: Elder David Lee

Interpreter: Sister Fangyan Liu

烹飪和飲食是重要的中華文化。我們大家都太清楚這一點了，不用我詳細說明。

吃喝也是聖經中的一個重要概念。從聖經第一章（創世記 1:29）到最後一章（啟示錄 22:17）它一共被提及了 1,207 次。

吃喝在聖經中有重要的屬靈意義。耶穌說：“人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話。”

有一次，耶穌行了一個大神蹟，用五個餅和兩條小魚餵飽了 5000 名飢餓的人。

耶穌抓住這個機會，宣告自己是從天上來的糧，並說除非人吃祂的肉，喝祂的血，否則他們不會有永生。

這個聖經概念，結合我們的中華文化，在華人教會，聚餐成為不可或缺的活動

曾經有一位華人牧師開玩笑說，許多教會團契都變成了飲食專家，
(團契變專喫)

你餓嗎？ 這些食物對你有吸引力嗎？



耶穌為你擺設了筵席 來吃吧！ Come and Dine (詩歌)



https://www.youtube.com/watch?v=fgnb3O2I_es

食物是生命成長和維持所必需的

既然人的受造是由肉體和靈性組成的，我們必須在肉體和靈性上得到滋養。

然而，我們必須小心我們在吃什麼。

亞當和夏娃因為吃錯了食物，給整個人類帶來了毀滅性的打擊。

有句諺語：“吃什麼是什麼”

因此，我們必須吃得正確，吃得健康，吃得足夠。

今天的聖經經文，希伯來書 5:11 – 6:3 告訴我們，教會中的一些人在屬靈出生之後很長時間，仍然是屬靈的嬰兒。

這段經文告訴我們，這種不健康的現象和屬靈的飲食有關。

今天我們將深入探討這段經文，並找出導致此健康問題的罪魁禍首。

應該提到的是，今天的部分信息來自我 8 年半前，在 GCAC 的粵語和英語崇拜中的講道。我相信大概沒有人記得那篇信息。

我感到今天有重複這篇信息的需要，因為我們這裡的大多數人都是說國語的。

並且，今天這篇講章是一個更新和擴張了的版本。

寶貝，長大吧！

粵語崇拜



蓋城華人宣道會

2014年 2月 23日

希伯來書 5: 11 - 6: 12

Grow Up, Baby!

Hebrews 5:11 - 6:12



GCAC

March 9, 2014

Scriptures (part 1) Hebrews 5: 11-14

¹¹ We have much to say about Melchizedek, but it is hard to explain because you are slow to learn.

¹² In fact, though by this time you ought to be teachers, you need someone to teach you the elementary truths of God's word all over again. You need milk, not solid food!

¹³ Anyone who lives on milk, being still an infant, is not acquainted with the teaching about righteousness.

¹⁴ But solid food is for the mature, who by constant use have trained themselves to distinguish good from evil.



經文 (1) 希伯來書 5:11-14

¹¹ 論到麥基洗德、我們有好些話、並且難以解明、因為你們聽不進去。

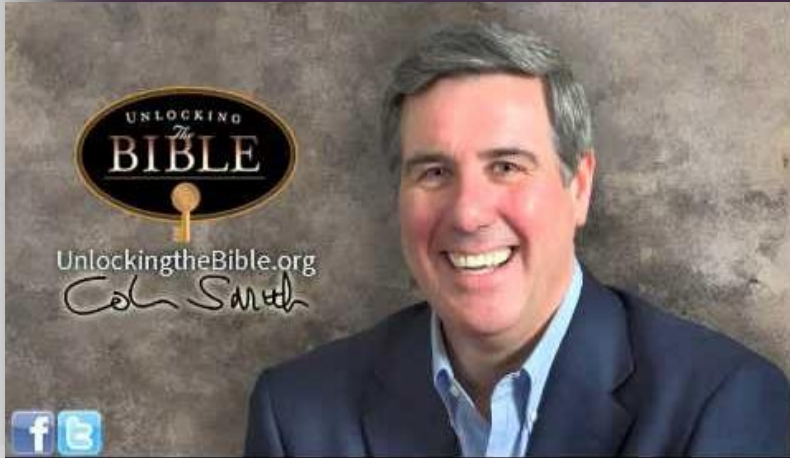
¹² 看你們學習的工夫、本該作師傅、誰知還得有人將 神聖言小學的開端、另教導你們、並且成了那必須喫奶、不能喫乾糧的人。

¹³ 凡只能喫奶的、都不熟練仁義的道理、因為他是嬰孩。

¹⁴ 惟獨長大成人的、纔能喫乾糧、他們的心竅、習練得通達、就能分辨好歹了。

Regeneration is a Prerequisite to Growth

重生是成長的先決條件



Colin Smith, Senior Pastor
Evangelical Free Church
in Arlington Heights, Chicago

史密斯牧師
芝加哥亞靈頓崗 播道會
主任牧師

If you want growth, you have to start with life
成長始於生命的開始

Because dead things just don't grow
因為死物是不會長大的

Where does the Christian life come from?
And why do I sometimes feel more dead than alive?

Regeneration is a Prerequisite to Growth

重生是成長的先決條件

基督徒的生命從那裏來呢？

為什麼我有時覺得自己沒有生命，像死的一般呢？

Regeneration is the root from which your Christian life grows

“重生”就是基督徒生命成長的根源

Regeneration is the life that flourishes in sanctification.

“重生”就是那催使人成聖的萌芽生命

It is the engine that drives your progress in holiness.

就是那推動人，邁向成聖之路的發動機

希伯來書的作者試圖將基督的大祭司事工與麥基洗德聯繫起來

但他意識到他的讀者無法理解這個更深層次的真理。所以他停下來，先處理他們靈命中的問題，然後才繼續這個話題。他指出讀者有三個問題：

問題 # 1: Learning disability (學習障礙)

問題 # 2: Immaturity (幼稚不成熟)

問題 # 3: Degeneration (退化)

這些問題可以追溯到兩個原因：

1) Eating problems (進食問題)

2) Feeding problems (餵養問題)

今天我們將在一个(分兩部的)短講系列中探索第一個原因。

Problem # 1 Learning disability 第一個問題：學習障礙

希伯來書 5:11 告訴我們，會眾中有學習障礙的人。

不同的經文翻譯為我們提供了不同的見解：

You are slow to learn. (NIV) 你學得太慢

You become dull of hearing. (KJV & ESV) 你聽覺變得遲鈍

You have been lazy and you haven't been listening. (CEB) (i.e. you don't want to listen) 你懶得留心聽。(你不想聽)

中文翻譯：聽不進去 / 聽不入耳 / 聽覺遲鈍 / 理解力遲鈍

聽覺遲鈍其實是一個心靈的問題，而不是聽力的問題。

變得遲鈍 指 失去興趣和胃口，導致對所聽到的內容麻木。

遲鈍和麻木是一個屬靈健康的嚴重警告信號

是什麼導致屬靈遲鈍以及它是如何發展的呢？

作者在前兩章經文中給了一些線索，他兩次警告讀者不要硬著心：

“今天，你若聽到祂對你說話，就不要硬著心” (來 3:7-8; 4:7)

硬著心 會導致 → 遲鈍，失去興趣 再導致 → 轉離

不成熟的四種表現

1. 他們的屬靈成熟程度 與 信主年日長久不吻合
2. 他們不能教導別人。每個基督徒都應該是可以教導他人的老師

主耶穌在大使命中吩咐我們 (Mat. 太 28: 20) “你們要去，使萬民作我的門徒... 凡我所吩咐你們的，都教訓 (教導 teach) 他們遵守”

“看你們學習的工夫、本該作師傅、誰知還得有人將神聖言小學的開端、另教導你們。並且成了那必須喫奶、不能喫乾糧的人。”
(Heb. 來 5:12-14)

我們真的只有在能夠有效地教導別人時才能掌握一些東西。
教導是學習的最後一步。

3. 他們無法達到更深更高的層次，只能不斷地重複學習聖經的基本真理
4. 儘管他們不停地重複學習，他們仍然不能掌握聖經真理，並且缺乏屬靈分辨力

Problem # 3 Degeneration

第三個問題：退化

你們**變得**只能喝奶，不能吃韌肉 (5:12 英文欽定本 KJV 翻譯)

你們**變得**像嬰兒一樣需要喝奶，而不能吃固體食物。
(5:12 英文 BBE 譯本)

“**變得**” 是說他們以前不是這樣的，現在卻退化變成像嬰兒，只能吃奶了

奶水指聖經的基本教義/原則。奶水對嬰兒來說是必不可少的，但對成年人來說是遠遠不足夠的

固體食物是指“更豐富、更深奧”的真理，例如了解耶穌和麥基洗德之間的關聯，又例如保羅書信中的教義



Which Food Group Do You Like ?

你喜歡那一類食物？

水菓蔬菜
Fruits and
Vegetables



嫩肉 Tender / Soft Meat



韌肉 Strong / Tough Meat



Is it Solid Food or Strong Meat in Hebrews 5:12, 14 ?

來 5:12, 14 是指飯、乾糧抑或韌肉？

大多數英文翻譯，例如 NIV，在希伯來書 5:12,14 中使用 固體食物 這個詞。 但是有其他幾個翻譯 (KJV 英文欽定本、Wycliffe 威克里夫、Tyndale 天道、RHE 及 TMB 等) 和相當多的聖經注釋家都使用 Strong Meat (韌肉) 這個詞。 至於一些中文翻譯中使用 “飯” 這個詞則是完全不符合作者的本意。

我們將會指出韌肉 (strong meat , tough meat) 這個詞比固體食物具有更深的含義。

韌肉就是聖經中難明白的教義和真理，就如希伯來書 5-8 章中 基督 好比 麥基洗德的真理，以及兩個月前我們講及到的揀選教義

使徒彼得在彼得後書第三章稱使徒保羅的書信為 “困難課題” 。 他說：

“我們所親愛的兄弟保羅、照著所賜給他的智慧、寫了信給你們。
信中有些難明白的、那無學問不堅固的人強解.....”
(2 Peter 彼得後書 3:15-16)

Milk & Strong Meat Comparisons

靈奶與韌肉的比較

Milk 靈奶

Milk is given to the child by the mother (church)
靈奶是母親(教會)給孩子的食物

Milk is a predigested food. No chewing (thinking & exploration) is needed 奶是預先消化了的食物，不需要咀嚼(反思與探討)

Milk builds up the bones (for the frameworks of spiritual life)
奶用是為建立骨骼(屬靈生命的框架)

Milk is the truth of what Jesus did (redemption & justification) 靈奶是基督完成了的救贖和稱義真理

Nothing has to die to produce milk
奶的產生不需要有任何的死亡

Strong Meat 韌肉

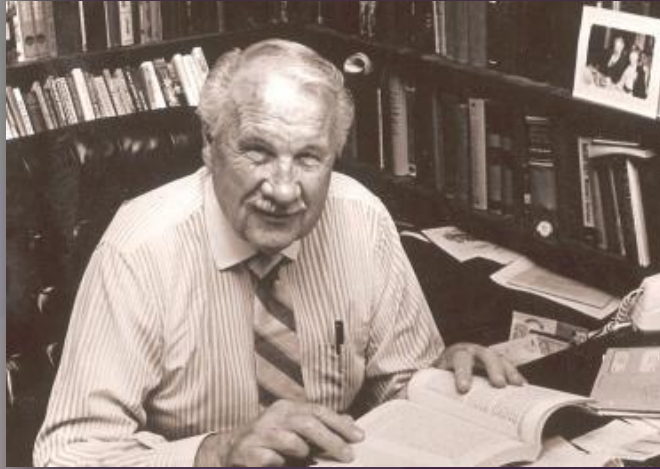
Meat has to be hunted and the meal has to be prepared by oneself
韌肉是要自獵和自煮的

Strong meat requires a lot of chewing and digestion by the individual. 韌肉需要很多咀嚼工夫才能消化

Meat builds up the muscles (for the activities of spiritual life)
韌肉是為增強肌肉(用於屬靈生命的活動)

Meat is the truth of what the Spirit is doing (sanctification) 韌肉是聖靈現今使人逐步成聖的真理

Something (the flesh) has to die to produce meat 某些東西(屬肉體的生命)必須死亡才可有肉吃



Ray C. Stedman (1917-1992)
long time pastor, Peninsular Bible Church,
Palo Alto, California

加利福尼亞州帕洛阿爾托市
半島聖經教會長期牧師，

“Is it not rather startling that often the sole topics of many ministers dwell on the “simple gospel” ?
They preach them over and over again.

“許多傳道人的唯一話題常常停留在“簡單的福音”上，
這不是很令人吃驚嗎？
他們一次又一次的重覆講同樣的信息。

Because this simple gospel is preached unendingly
in our churches, we have Christians who are weak,
childish and immature.

因為這個“簡單的福音”在教會中不斷地重講，所以我們有軟弱、幼稚和不成熟的基督徒。

I have long been convinced that the greatest cause of the weak state of evangelical Christendom today is preachers who never realize that, in preaching what they call the “simple gospel”, they are feeding their people upon milk. They never get beyond the foundation.”

我一直堅信，當今福音派基督教界軟弱無力的最大原因是傳道人沒有意識到，在他們傳講所謂“簡單的福音”時，他們正在用靈奶餵養他們的羊群。於是他們便滯留在基礎水平上”

Ray C. Stedman,
Peninsular Bible Church,
Palo Alto, California

Reflections on “Milk” and “Meat” 對“奶”和“肉”的反思



Bob Deffinbaugh, founding pastor,
Community Bible Chapel
Richardson, Texas

德克薩斯州理查森市
社區聖經教會 創會牧師，

One very successful mega church conducted a study which produced some very unexpected results. 一個非常成功的大型教會進行了一項研究，產生了一些非常出乎意料的結果。

They learned that while they did a good job of attracting “seekers” and of evangelizing many, they had done far too little to instruct and challenge those who were more mature believers.

他們了解到，雖然他們在吸引“尋道者”和傳福音方面做得很好，但在指導和挑戰那些較成熟的信徒方面做得太少了。

Reflections on “Milk” and “Meat” 對 “奶” 和 “肉” 的反思

They were a “Dairy Queen” church,
but not a “Steak and Ale” church.

他們是 “乳品皇后 Dairy Queen” 般的教會，
但不是 “牛排和啤酒 Steak and Ale” 般的教會。

The fact is that we must be both.

We must nurture new believers by feeding them
with “milk” and we must challenge those older
in the faith with “meat”.

事實上我們必須兩者兼而有之。

我們必須透過餵 “靈奶” 來培養新信徒，
同時我們要用 “肉食” 挑戰在信仰上年長的一輩。



Maryland Gospel Church
馬利蘭福音教會

所以 MGC 必須
既是奶品屋
又得是牛排店



The Significance of Weaning a Child in the Bible

孩子斷奶在聖經中的重要性

根據猶太人的習俗，孩子斷奶是值得慶祝的大事。斷奶的孩子現在可以吃固體食物，而不再用母乳喂養。

聖經提到三個偉人的童年斷奶

- 1) Isaac 以撒 Gen. 創 21: 8-10
- 2) Moses 摩西 Ex. 出 2: 1-10
- 3) Samuel 撒母耳 1 Sam. 撒 上 1: 20-28

[聖經上三個偉人斷奶之後](#)



相關文章連結

聖經記載，(創 21) 亞伯拉罕在以撒斷奶的那天非常高興，他設擺了一個豐盛的筵席

但就在同一天，亞伯拉罕從夏甲生的另一個兒子以實瑪利嘲笑以撒，使撒拉大怒，要求將以實瑪利和他的母親夏甲逐出家門。

這件事讓亞伯拉罕非常憂傷。他可以反對撒拉的要求，但上帝告訴他只管照撒拉說的去做，亞伯拉罕就順服了上帝。

The Significance of Weaning a Child in the Bible

孩子斷奶在聖經中的重要性

這個故事有一個重要的含義

以撒代表一個應許的孩子，一個屬靈的生命，從上帝旨意產生的重生生命。

以實瑪利則代表從人的意念生出的孩子，一個來自血肉之軀的肉體生命。(創世記 16)

加拉太書5:16-17告訴我們，聖靈（以撒）不斷地與情慾（以實瑪利）相爭

即使在今天，我們仍然看到以撒的後裔（以色列人）與以實瑪利的後裔（阿拉伯人）爭戰

此外，加拉太書 4:20-31 告訴我們驅逐以實瑪利有屬靈的意義。

當以撒斷奶（足夠成熟和強壯）時，以實瑪利（屬血氣和肉體的生命）必須被拋棄。言下之意是，只要基督徒還處在吃奶的階段，他就沒有足夠的力量擺脫肉體的本性。

What Is a Weaned Child Like ?

斷奶的孩子是什麼樣的？

大衛王在詩篇131:2 中將自己描述為 “在母親懷中斷奶的孩子”

他說：“我的心平穩安靜、好像斷過奶的孩子在他母親的懷中。我的心在我裡面真像斷過奶的孩子。”

斷奶後的孩子不再熱衷於滿足自己，而是能夠安靜地躺在母親的懷裡，他能感激母親，不再是因為母親是他食物的供應者，而是因為知道她是母親。

斷奶的孩子學習使用叉子、勺子和餐具來餵養自己。他發現並開始享受其他食物。

斷奶的孩子會擺脫自我意志和自我追求，脫離那些為滿足自己所依賴的事物。

斷奶的孩子開始自己走路並開始自己做事

一個從靈奶中斷奶的基督徒是熟悉聖經上仁義的教導，並有經驗分別善惡 (來 5: 13,14; 弗 4:13-14)

Laying a Good Foundation and Moving Towards Maturity

立好根基、邁向成熟

第二段經文：Hebrews 希伯來書 6: 1-3

- 1 Therefore let us **leave the elementary teachings** about Christ and **go on to maturity**, not laying again the foundation of repentance from acts that lead to death, and of faith in God,
- 2 instruction about baptisms, the laying on of hands, the resurrection of the dead, and eternal judgment.
- 3 And **God permitting, we will do so.**



- 1 所以我們應當**離開基督道理的開端、竭力進到完全的地步。不必再立根基、就如那懊悔死行、信靠神、**
- 2 **各樣洗禮、按手之禮、死人復活、以及永遠審判、各等教訓。**
- 3 **神若許我們、我們必如此行。**

希伯來書 6:1 中的“**基督道理的開端**”就是指上一章中提到的“**靈奶**”，就是基督徒信仰的基石。

Laying a Good Foundation and Moving Towards Maturity

立好根基、邁向成熟

雖然根基對於建立基督徒的生活是必不可少的，但一遍又一遍地重複奠定根基是沒有意義的。根基只需要正確地立定一次。

有些基督徒的問題是，他們的根基一直沒有完成，所以無法在其上建立自己的基督徒生命，無法繼續成熟

在責備他的讀者不成熟之後，希伯來書的作者挑戰他們，如果他們已經奠定了堅實的屬靈根基，就應該繼續向上建造，邁向成熟。

現在讓我們觀看一個6分鐘長度的視頻，講解希伯來書6章1-3節的真理。這個講解可以稱為「立好根基、邁向成熟」

這視頻有中英文版本，我們先看中文版本。之後我會續看英文版本。

這視頻也是今天講道的結束。

立好根基、邁向成熟

GO

我們繼續來講建立根基系列

視頻摘錄：
0:30-6:20

[【高畫質 修復版】悔改帶來真信仰（上）| 葉光明講座](#)

[← 視頻連結](#)

Lay the Foundation and Move Towards Maturity

GO

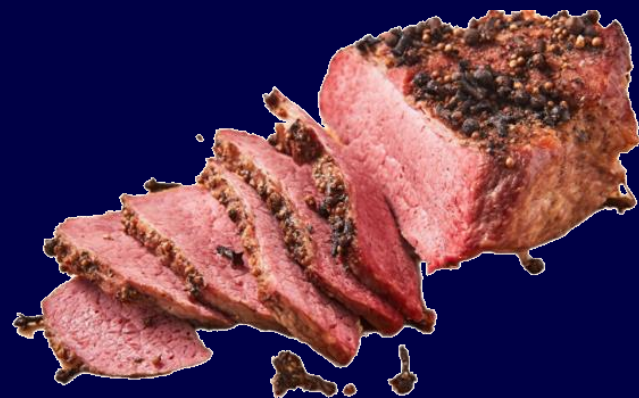
我們繼續來講建立根基系列

Excerpt :
0:44-6:35

[Through Repentance to Faith - Part 1 by Derek Prince](#) ← Video Link

Spiritual Diet and Maturity

屬靈飲食與成長



Hebrews 希伯來書 5:11 – 6:3

Maryland Gospel Church 馬利蘭福音教會 7-31-22