

信徒吃喝的自由是要神得榮耀

(哥林多前書 10:23-33，11:1)

張國基區長

2026.08.02

引言

使徒保羅在《哥林多前書》第 8 章已談及吃祭偶像之物，當中他曾說偶像算不得什麼，因為它們沒有能力。只是有些信心軟弱的弟兄姊妹看見信主的人吃祭偶像的肉，他們內心有疑惑，甚至走回頭路，以為拜偶像沒有問題，這樣他們有可能離棄拜獨一的真神。保羅立志說，為了這些軟弱的弟兄姊妹，他寧可以後不吃肉，也不要見有弟兄姊妹因此跌倒 (林前 8:13)。在林前 11 章，保羅在講完主的筵席時，他再提及吃祭偶像之物，何解呢？因為林前 11:14-22 節所記述是主的聖餐，叫各人要懷感恩的心去領受。當中也提及吃祭偶像之物，但重點是有關祭祀，並不是一般從市集買回來吃的肉，可能是保羅知道哥林多信徒當中，仍然基督徒繼續出入外邦人的神廟，並與他們在廟裏一起吃飯。對此保羅以基督的聖餐為比喻；指出參加外邦神的祭禮是拜偶像的行為。所以保羅說一個基督徒若領聖餐，又在廟宇吃祭偶像的肉，應怎樣處理呢？。因此保羅在林前 10:19 再說：「我是怎麼說呢？豈是說祭偶像之物算得甚麼呢？或說偶像算得甚麼呢？」所以保羅在 (林前 10:23-33) 作出對吃祭偶像之物作一個總結，也是我今天分享的主題。在這幾節經文，保羅提出如下的原則：(1) 不可妄用自由，乃要求別人得益處；(2) 基督徒的自由不要被論斷；及 (3) 基督徒吃喝，要神得榮耀，並效法基督的愛。今天我從這三個向度分享信息，主題：「信徒吃喝的自由要神得榮耀」。經文：林前 10:23-33、11:1

(1) 不可妄用自由，自由是求別人得益處

經文 (林前 10:23-24)

「23 凡事都可行，但不都有益處。凡事都可行，但不都造就人。24 無論何人，不要求自己的益處，乃要求別人的益處。」



『凡事都可行』這句話是重複上面的話：「凡事我都可行，但不都有益處；凡事我都可行，但無論哪一件，我總不受它的轄制。」(林前 6:12)，這節經文是對自己所做事的原則，就是不要被任何事物所轄制成為一種枷鎖或者是誘惑。而林 10:23，保羅在重複的時候，加上一句『但不都造就人』(“造就”一詞，見林前 8:1，「論到祭偶像之物，我們曉得我們都有知識。但知識是叫人自高自大，惟有愛心能造就人」。)都是講有關吃祭偶像之物，只是在這裏，意思是別人要被建立，並且要得着好處。

保羅先講**信徒的自由**，我們明白信了主耶穌，不再受俗世的事所轄制，當中充滿自由，而信徒的自由固然重要。但有些事做出來，因為以為可以自由去做，結果只顯得沒有智慧，對信徒的信心無益處，對其他人也無好處 (見 24 節)。與其堅持自己的權利，不如避免不做更佳。所以『凡事都可行，但不都有益處；凡事都可行，但不都造就人。』(林前 10:23) 是說對別人的原則。所以做任何事，乃要求別人的益處：是體現基督徒真正的自由和實踐愛的原則。求別人的益處的人生 (24 節下)，只有在信基督的信仰裏才有可能實現，並且能夠排斥一切來「利己主義」的野心，是完成賦予信徒之救恩的道路。

1.1 可以與不可以 vs 有益處與無益處

- 可以未必有益處
- 不可以未必無益處
- 大多數問可以、不可以
- 很少問這對別人有益處、沒有益處
- 神卻經常叫我們反思做這事要對別人有益處

1.2 自由的準則，不僅是 “可行”，更是 “有益”

- 可以未必有益處
- 不可以未必無益處
- 自由不單是可行
- 更重要是否對別人有益



1.3 凡事要求別人有益處，不求自己的益處

- 基督徒做事要別人得益處
- 益處是叫別人得造就
- 在靈命上有益
- 不要只求自己的益處
- 若只求自己得益，何以榮神益人呢？

(2) 信徒的自由不要被論斷，乃要叫人得益處

經文 (林前 10:25-30)

「25 凡市上所賣的，你們只管吃，不要為良心的緣故問甚麼話， 26 因為地和其中所充滿的都屬乎主。27 倘有一個不信的人請你們赴席，你們若願意去，凡擺在你們面前的，只管吃，不要為良心的緣故問甚麼話。 28 若有人對你們說「這是獻過祭的物」，就要為那告訴你們的人，並為良心的緣故不吃。 29 我說的良心不是你的，乃是他的。我這自由為甚麼被別人的良心論斷呢？ 30 我若謝恩而吃，為甚麼因我謝恩的物被人毀謗呢？」

信主的猶太人有部分仍然堅守律法習俗，或遵守習俗，在市場上買肉的時候，為了怕買到祭過偶像的食物，往往會問：「**是不是祭過偶像的？**」保羅教導信徒，不必主動去查問肉的來源，因為在市場上買的肉或出席宴會上吃的肉，不要為良心的緣故去問，只管吃。因為在這情況下，就算吃了祭偶像的肉，並不等於參與對偶像的敬拜，吃的人也不會因此受到影響。但若有人對你說：「**這些肉是拜祭過偶像**」，你為那告訴你的人，及為良心的緣故不吃。這不吃並不是為了自己，乃是為告訴你的人。這人告訴你這肉是拜過偶像，顯示他沒有信心吃。雖然你是信心剛強的人，相信吃祭過偶像的肉算不得什麼，但為不使那軟弱的弟兄絆倒，不吃為宜 (28-29 節)。這是為了別人的益處，而放棄個人的自由和權利 (23 節)。

2.1 吃什麼沒有關係，最緊要不叫別人跌倒



- 有些人堅持那些食物不能吃
- 食物本身是中性
- 食物是否適合吃是因人而異
- 若有人質疑是否要吃這些食物，不要因吃而叫軟弱的弟兄姊妹跌倒
- 若因吃這肉而叫人絆倒，寧可不吃

2.2 吃有無益，不吃也無損

- 切勿因為吃偶像之物被人論斷
- 因為有軟弱的弟兄或姊妹看到，產生誤會
- 偶像算不得什麼
- 凡主潔淨的，以感謝的心接受
- 若有不信，吃後心感不安會自責，產生罪疚感，於己及別人都沒有益處

2.3 主耶穌對吃食物的教導

主耶穌在世時，有法利賽人問耶穌為什麼祂的門徒不按照當時的傳統吃飯前洗手，(現今我們知道洗手很重要)。耶穌的回答，但祂不是說洗手不重要，只是針對他們問這事的目的，乃是叫門徒按照俗世的習慣或如經文所說「傳統」去做。所以耶穌說出一個道理，就是食物不能使人污穢，原因是食物經消化後，不潔的或不能消化的殘留食物會排泄出來。惟有人從口裡所說的惡念、從邪惡的心發出來的話，反而叫聽的人受污穢，意思是叫聽的人得不到益處，也不被造就。如經上說：「**16 耶穌說：「你們到如今還不明白嗎？ 17 豈不知凡入口的，是運到肚子裏，又落在茅廁裏嗎？ 18 惟獨出口的，是從心裏發出來的，這才污穢人。」**」(太 15:16-18)

另外，耶穌受洗後，禁食禱告 40 天，祂被聖靈帶到曠野受魔鬼的試探。當時肉體肚餓，魔鬼問耶穌，若你是神的兒子，可以吩咐石頭變成食物。耶穌用《申命記》8:3 回答魔鬼：「耶穌回答說：「經上記着說：『人活着不是單靠食物，乃是靠神口裏所出的一切話。』」(路 4:4) 所以，從主耶穌的教導，知道食物不

能叫人敗壞，惟有人心所想污穢的事才對別人產生敗壞。因此，我們要知道偶像算不得什麼，就算吃祭過偶像之物也不會使我們污穢。

2.4 不憑信心吃，就必有罪

基督徒吃食物有一個基本的原則，就是凡吃要憑信心去做吃，並在吃之前，要感謝神。因為我們吃喝是憑神賜信心，感恩後，知道凡物已被神潔淨，不會污穢。若我們心裡有疑惑，包括有疑問這食物是否祭過偶像，內心因吃了產生罪疚感而自責，這就成為罪。因此，無論吃什麼，不用問是否祭物，只要憑信心吃。如經上說：「22 你有信心，就當在神面前守着。人在自己以為可行的事上能不自責，就有福了。23 若有疑心而吃的，就必有罪，因為他吃，不是出於信心。凡不出於信心的都是罪。」(羅 14:22-23)

現今我們的生活很豐盛，尤其是在香港，充滿各國不同的美食。所以，人為自己身體的緣故，也要知道吃什麼對自己有益處。「美國農業部」(USDA, United States of America Agriculture Department)，早在 1992 年發出「食物金字塔」(Food Pyramid)，建議將穀物、麵包、米飯等碳水化合物置於最底層，建議每日攝取 6-11 份，而油脂類，包括肉類置於塔尖，建議少吃，以免影響身體的健康。

今年 (2026)，美國出新「真實食物」(Eat Real Food) 指南，將傳統食物金字塔倒轉過來，將肉類、蛋白質、水果、全脂乳製品及健康食油放在塔頂，建議優先吃，而穀類食物、麵包、白飯、人工添加糖糖、代糖飲品放在塔底，成為倒「轉金字塔」。這大轉變，真叫人無所適從。

從前所建議的「食物金字塔」到今天的「真實食物」指南，好像是相反的，真叫人不知吃什麼？人怎樣決定什麼是對自己有益的食物呢？應該怎樣做才好呢？

我認為不用太緊張吃什麼，只要均衡飲食，不要偏食。上年紀的人，要防止吃多油、多鹽、或者醃製食物，多吃蔬菜、水果、魚、肉、蛋白質食物、少油少鹽。但不健康的食物卻有它的吸引力，要有定力才可拒絕，這跟昔日基督徒對決定什麼可以吃，什麼不可以吃，所面對的困難差不多。如何決定呢？



(3) 基督徒吃喝，要神得榮耀，效法基督的愛

經文 (林前 10:31-33)

「31 所以，你們或吃或喝，無論做甚麼，都要為榮耀神而行。 32 不拘是猶太人，是希臘人，是神的教會，你們都不要使他跌倒； 33 就好像我凡事都叫眾人喜歡，不求自己的益處，只求眾人的益處，叫他們得救。」

使徒保羅指出基督徒吃喝有另一個重要的原則：吃喝都要為神得榮耀而行。從林前 8:1 節「論到祭偶像之物，我們曉得我們都有知識。但知識是叫人自高自大，惟有愛心能造就人」開始，而林前 10:31-33 是對有關吃祭偶像之物作結論：在飲食上，為弟兄姊妹的益處而作出的努力是為彰顯神的義，信徒所作的一切都應當為榮耀神而行。這不僅局限於吃祭過偶像之物上，也涉及到基督徒的所有生活領域的行動綱領。基督徒的行動乃是：(1)『凡事...不求自己的益處』，這就是耶穌基督在十字架的死剪除一切利己的益處；(2)『只求眾人的益處，叫他們得救』，這就是人得救是得着基督豐滿的救恩。所以耶穌基督藉在十字架上死，成就了救恩。因此信徒要效法基督犧牲的愛，祂被父神差派到世人，是



承擔人一切的罪，都是為人的益處，叫信的人被造就並得永生。經文: (林前 11:1)
「你們該效法我，像我效法基督一樣。」

3.1 無論吃喝都要為神的榮耀

- 吃喝什麼不重要
- 重要是追求與眾人和睦
- 合一的心吃喝，為要榮耀神
- 切勿因吃喝什麼起紛爭
- 因為食物算不得什麼
- 祭過偶像之物，吃了也無妨

3.2 保羅以耶穌基督為榜樣

- 耶穌為眾人的罪死了
- 祂犧牲生命作人的贖價，放棄自己的權利
- 切勿因我們在吃喝上的軟弱，使神失去榮耀

神的國不在乎吃喝，我們就不必因吃喝什麼批評別人。如經上記着說：「17 因為神的國不在乎吃喝，只在乎公義、和平並聖靈中的喜樂。18 在這幾樣上服事基督的，就為神所喜悅，又為人所稱許。」(羅 14:17-18) 神的國既在乎公義、和平並聖靈中的喜樂，就讓我們彼此接納，彼此交通，以增進聖靈中的喜樂吧！「公義」是對自己；「和平」是對別人；「聖靈中的喜樂」是對神。信徒對自己要行公義；對別人要寬恕；對神要在聖靈中喜樂。我們何時順從聖靈，活在聖靈裏，何時在神面前就有喜樂。有喜樂，就證明在神面前的生活是對的。飲食(吃喝)是十分瑣碎，基督徒若只注重枝節，忽略大體(公義、和平、聖靈中的喜樂)，那便是本末倒置。我們要知道神的國真正關心的並不是飲食，乃是賦予人生命的意義和目的，使基督徒過以神為中心的生活。神國的子民甘願犧牲自己對飲食的自由，都是為要神得榮耀，這才是合宜的。

結論

- 信徒已從罪中得釋放
- 偶像之物不能成為信徒的轄制
- 但為別人的緣故，切勿妄用吃喝的自由
- 為作好見證，不被人論斷，寧可放棄自由
- 凡事要為神的榮耀
- 要效法耶穌基督犧牲的愛，叫別人得益處