

# 牧者心聲 禁食祈禱

林永強 牧師

禁食祈禱的意義：「禁食」是指為了某一屬靈的目的而有意的不進食……依著聖經的教導，如此的禁食指不花時間進食，把個人肉體上的需要暫時擱置在一旁，全心花在禱告和默想中。（引自「禱告手冊」）可見禁食禱告的意義在於「克己、懇求聖靈的能力進入我們內心，放棄自己的意見，願順服在神的旨意中。」

從舊約至新約看禁食祈禱的發展：

**贖罪日禁食：**每逢七月初十日，你們要刻苦己心，無論是本地人，是寄居在你們中間的外人，甚麼工都不可做；這要作你們永遠的定例。因在這日要為你們贖罪，使你們潔淨（利 16:29-30）「耶和華曉諭摩西說“七月初十是贖罪日，你們要守為聖會，並要刻苦己心，也要將火祭獻給耶和華。”（利 23:26-27）

**舊約時代：禁食祈禱的反省：**在舊約時代，有些人禁食並非是真誠地自責和向神順服的表現，只是虛有其表，以求為自己建立敬虔的形像。因此多次呼喊責備以色列人只有外表禁食，卻沒有真誠的內心。

「他們說：‘我們禁食，你為何不看見呢？我們刻苦己心，你為何不理會呢？’看哪！你們禁食的日子仍求利益，勒逼人為你們做苦工……。你這可稱為禁食、為耶和華所悅納的日子嗎？我所揀選的禁食，不是要鬆開兇惡的繩，解下軛上的索，使被欺壓的得自由，折斷一切的軛嗎？不是要把你的餅分給飢餓的人，將飄流的窮人接到你家中，……那時，你求告，耶和華必應允；你呼求，他必說：我在這裡。你若從你中間除掉重軛和指摘人的指頭，並發惡言的事。（賽 58:3-9）

**法利賽人的禁食：**禁食發展成為是否敬虔的記號，甚至視為一種功德，有些嚴謹的法利賽人，每逢星期一、星期四都禁食。「法利賽人站著，自言自語地禱告說：‘神啊，我感謝你，我不像別人勒索、不義、姦淫，也不像這個稅吏。我一個禮拜禁食兩次……（路 18:11-14）

**主耶穌教導禁食：**「你們禁食的時候，不可像那假冒為善的人，臉上帶著愁容，因為他們把臉弄得難看，故意叫人看出他們是禁食。我實在告訴你們：他們已經得了他們的賞賜。你禁食的時候，要梳頭洗臉，不叫人看出你禁食來，只叫你暗中的父看見。你父在暗中察看，必然報答你。」（太 6:16-18）

「那時，約翰的門徒來見耶穌，說：“我們和法利賽人常常禁食，你的門徒倒不禁食，這是為甚麼呢？”耶穌對他們說：“新郎和陪伴之人同在的時候，陪伴之人豈能哀慟呢？但日子將到，新郎要離開他們，那時候他們就要禁食。（太 9:14-15）

a. 不要表演自己在禁食，叫人認為你敬虔，這樣的禁食，只能得著人的稱讚，卻不蒙神悅納。

b. 在禁食的時候，像平常一般生活就可以，但假若因為所祈禱的事，實令自己心裏愁煩，這樣「真情的流露」是可以的。

c. 從約翰的門徒來見耶穌說，我們和法利賽人常常禁食，顯明在當時代，禁食祈禱是他們經常進行的，甚至成為追求敬虔的習慣。如路 18 章法利賽人每星期禁食兩次，然而他們禁食的時候，並不是為很哀慟的事情祈禱，因此，主耶穌矯正他們禁食的錯誤觀念，應在有困難時才禁食祈禱；在歡樂的時間，就如新郎和陪伴的人在一起慶祝婚宴的時候，就不需要禁食祈禱，相反「但日子將到，新郎要離開他們」是指主耶穌將要面對十架死亡，在這痛苦困難的時候「那時候他們就要禁食」。

**真正蒙神悅納的禁食祈禱**

a. 需要在神面前刻苦己心 b. 需要認真對付罪，不可仍求個人利益。

c. 需要按真理行道，幫助有需要的人 d. 這樣禁食態度，神必幫助施恩。

