

# 禁食禱告（一）

## 小引：

過去幾年，教會都會在每年最後的週三晚上舉行禁食禱告會，或許有人會問究竟禁食禱告會與每週之公禱會有何分別？甚麼是禁食禱告？為甚為要禁食禱告？應如何實踐禁食禱告？禁食禱告的價值如何？我會嘗試用一連幾星期的主日程序表，少許篇幅來講解有關禁食禱告的事情。禁食（Fasting）並不是時下為了纖體而作的節食，或是為了抗議某事件而進行的絕食，禁食是爲了宗教的原因而部份或全部停止進食，可以由群體（教會、國家）或個人進行的。自古至今，世界各大的宗教都有其禁食的習慣。

## 舊約的禁食傳統：

在舊約聖經中，禁食通常是指在一個時期內不飲不食。希伯來文「禁食」一詞直譯是「使自己的靈魂謙卑下來」，意思是「刻苦己心」。以色列人在七月十日之贖罪日一年一次全體禁食，「刻苦己心」守節，當日大祭司爲全會眾和自己贖罪（參利 16:29-31，民 29:7-11）。後來國家破亡，另立了新例，在四、五月有禁食的日子（參亞 8:19）以記念耶路撒冷與聖殿被毀。舊約記載有關禁食的經文，主要目的是預備與 神相交等候祂的引導，或是個人遭遇苦難之時，又或是國家遭難，全民禁食求恩（代下 20:3，斯 4:16）。猶太人的禁食是由早上到黃昏，且與禱告並行。禁食原是人謙卑自己來尋求 神，但當人將禁食作爲善功，並以此作爲取悅 神的行爲，認爲必會得蒙 神賜福，但卻在生活上沒正確的行爲，這樣的禁食被先知責備爲徒然無益（參賽 58:3-7）！

## 新約的禁食傳統：

新約所用的希臘字，意思是不吃甚麼。當時有嚴謹的法利賽人一個星期會禁食兩次（週一與週四，參路 18:12），亦有其他虔誠的猶太人，像女先知亞拿一樣會經常禁食（參路 2:37），由此可見禁食是當時很普遍的宗教行爲。但耶穌在教導禁食的時候，強調人當向 神禁食，而不是向人炫耀（參太 6:16-18）。甚至耶穌刻意表明祂沒有像施洗約翰或法利賽人一樣要求其門徒禁食，「新郎和陪伴之人同在的時候，陪伴之人豈能禁食」，

祂的門徒暫時不需要禁食，遲些日子才禁食（參可 2:18-22）。

耶穌自己在曠野曾禁食四十晝夜（太 4:2），像摩西（出 34:28）和以利亞（王上 19:8）四十晝夜之禁食，是主耶穌要準備自己來承擔將面前的重任。另有記載耶穌說：「非用禱告禁食，這一類的鬼，總不能出來。」（可 9:29，比太 17:21）似乎要驅逐惡鬼（屬靈爭戰），禁食禱告的預備是關鍵的。使徒行傳記載安提阿教會的領袖，同心禁食禱告，能清楚聖靈的心意，從中選出領袖，差遣他們出去作宣教士（徒 13:2-3）。當保羅、巴拿巴為在教會中選立了長老，他們就禁食禱告，將教會與領袖們全然交託主（徒 14:23）。

### 反省、應用：

- 太 6:16-18 禁食是宗教的情操，表示個人重視所信奉的；主耶穌清楚教導禁食是為神，由祂察看信徒心中的情由：為了「刻苦己心」尋求祂？是為罪懺悔？是為所受的苦難哀傷？又或是尋求主的旨意？一切出於美善的原因，都蒙父所喜悅，必得祂的報答。
- 賽 57:3-9 禁食禱告與生活行為是息息相關的，我們不能向神刻苦己心，祈求祂的憐憫之同時，在現實生活上，卻苦待身邊的人；心繫個人利益，爭競兇惡待人，緊迫欺壓下人！惟有我們願意善待人、關心人、幫助人、憐恤人...；我們的禁食才得蒙悅納，禱告蒙應允，我們的光能發亮如早晨。