

《与神同行》 禁食祷告

在今天高举自我，充满放纵的社会中，只有那些真正向耶稣基督委身的人，才会作出否定自我的行为来，表达他们对主的委身。今天的社会，是一个人人都充满渴想的社会。我们想得很多很多的东西，到底什么时候去得，用怎样的方法去得，我们不希望由别人来告诉我们，我们乃要自行作主，去决定我们要得多或是得少。

约翰福音 6 章记载，有一次当主耶稣教训众人的时候，那些听见的人就说，“这话什难，谁能听呢？”这是当主耶稣讲到作祂的门徒，作一个真正跟从耶稣的人应该怎样的时候，众人的反应。他们不是问耶稣，谁可以这么做，他们反而是说谁能做得到呢？而在这章结束的时候，圣经记载很多人都离开了耶稣，跟着耶稣就转向他的门徒说，你们也要去吗？

弟兄姊妹，今天你委身的程度是怎样呢？你对主耶稣的爱，是不是只在方便的时候，有空的时候呢？当日的群众感到很难接受耶稣的话，他们坦白的告诉耶稣，这话什难；同样，今天有些道理对我们来说，也是难的。今天我们要思想的主题，相信不是很多人都会谈论，但却是圣经中的一个道理。这也是主耶稣在登山宝训中的教导，主耶稣讲到该怎样施舍，然后谈到祷告，在讲完祷告之后，主耶稣就转到禁食的话题上，这正是我们今天要思想的题目，到底禁食有何重要，它的位置如何。

我们来看太 6:16-18，主耶稣在这里说：“你们禁食的时候，不可像那假冒为善的人，脸上带着愁容，因为他们把脸弄得难看，故意叫看出他们是禁食，我实实在在告诉你们，他们已经得了他们的赏赐。你禁食的时候，要梳头洗脸，不叫人看出你禁食来，只叫你暗中的父看见，你父在暗中察看，必然报答你。”

什么叫做禁食呢？简单来说，就是不进食，不吃东西。当然，它也可以严格地包括不睡觉，不与人交往，和禁制性欲，特别是夫妻间的性行为，但它主要是指禁止进食而已。那么，禁食的目的是什么呢？这倒是重要的，因为它不是为身体的健康，或者在做手术前应该有的预备，乃是将食物放下，是为了专心祷告，与神亲近，这就是禁食的目的。我再说一遍，人禁拒绝进食的目的，是要拨出时间来，专心祷告和与神交往。

然而，有一点我们要注意的，就是我们不是透过禁食去说服神做一些祂不想做的事，或者是扭曲神的旨意，又或者是藉着禁食去获得神的饶恕。罪得赦免只有一个方法，就是靠着耶稣基督在十字架上所流的宝血，这是唯一有功效的方法。主耶稣的宝血有洗罪的功效，能够赦免一切的罪。然而，我们也可以藉着禁食来对付罪恶，这是有帮助的。

主耶稣在论到禁食的时候，跟祂论到施舍和祷告的事一样，都是以警告作为开始。而且主耶稣不是说，如果你做的时候该怎样怎样，祂乃是说当你做的时候，当怎样怎样。我们看太 6:3，主耶稣说：你施舍的时候；而太 6:5 说：你们祷告的时候，到太 6:16 又说：你们禁食的时候。不是一个假设，乃是当你真正去做的时候，该怎样怎样。然后主耶稣就讲到适当的态度，到底用怎样的态度去禁食，一如用怎样的态度去施舍和祷告一样，这是主耶稣所很关注的事。所有这一切的事，都必须做得真诚，不能有半点虚伪。

换句话说，禁食的事绝对不应该张扬，不应该高调处理，因为不是藉着禁食来让别人看见你的敬虔，所以不应该以任何形式去夸大和宣扬。禁食乃是你个人与神至亲密的关系，所以不应该向任何人宣布说，我今天禁食，不要给我任何饮料，不要邀请我出外吃饭，我今天要奉

主的名来禁食。这是不当的做法，禁食乃是要秘密进行，私底下进行的。人若是将自己禁食的事张扬，这就是虚伪，是假冒为善，是神所憎恶的。主耶稣提醒当时的人，你们禁食的时候，千万不要像法利赛人那样，那些法利赛人禁食，他们故意穿上一些肮脏的衣服，或者是非常破旧的衣服，然后蓬头垢面，不条边幅，甚至有些人更把自己化装得很苍白，好叫人看出他们是禁食来。然而主耶稣教导我们，禁食的人必须要向主真诚，而且要梳头洗脸，不叫人看出你是禁食来，只叫暗中的父看见，那就够了，因为父会报答这样诚心禁食的人。

人如果禁食不求别人看见，只求父神看见的话，其实神早看见和知道，因为祂是无所不知的，祂知道我们所作的一切以及动机，神会亲自报答我们。可是，如果我们一心只想有人看见，故意求从人来的荣耀，那么我们只能得到人的赏赐，而不会得到神的赏赐。主耶稣教导我们不但要真诚，而且更要行在暗中，因为这是我们与神之间亲密的关系，所以不必让任何人知道，除非这禁食是关系到另一个人。不然的话，禁食的计划只让神知道，那就够了。

比方说，做丈夫心里有很大的祷告负担，为了专心祷告，所以决定禁食，但做妻子的却预备为他煮一顿非常丰富的晚餐，那么做丈夫的当然要对妻子说，我今天因为感到需要迫切祷告，所以计划了禁食，很谢谢你的爱心，可不可以将这顿大餐留到明天呢？在这样的情形之下，是生活上牵涉到另一个人的，我们就得告诉对方，不要因为我们一个人的禁食而引起别人的不便。

假如教会举行禁食日，当然是要宣布，但必须是自愿参加的才参加，而且要低调处理，因为这只是我们个别向神的心意，不用大事宣传，到处去告诉别人我们的教会举行禁食，这是不必要的做法。所以，正确的态度，就是要有真诚的心，只对着神，不必向人交待，只在暗中进行，这样神自然会在暗中察看，因而报答我们，这是主耶稣教导我们的。

那么，为什么我们需要禁食呢？圣经不是说神会垂听我们的祷告吗？在这样的情况之下，为什么还要禁食呢？其实，禁食的原因可以有很多，我只能提出其中的一些，是一些基本的原因。首先，禁食是为了洁净罪恶。前面我们说过，禁食不是解决罪的方法，我们不能藉着禁食去要求神赦免我们，或者是透过禁食而获得洁净，只有主耶稣的宝血，才有洁净罪恶的功效。

那么为什么我们要禁食呢？当一个人拒绝进食的时候，不是为了减肥，乃是为了属灵的理由，乃是为了心灵有这种需要。当基督徒进行禁食的时候，他所做的，是控制自己一些正常的，自然的，身体的欲望。平常我们都必须进食，一天三餐或者是两餐，但是禁食的人，却拒绝进食，而把时间留给神，拒绝这些正常的，自然的欲望，目的是将更多的时间用来祷告。那就是说，在这个人心目中，祷告和寻求神，是远比饮食来得重要，为了要更专心寻求神，他索性减去自己日常所要进食的需要，不让肉身的需要干扰我们寻求神的心。

当一个人禁食的时候，他的思想会更集中，会变得更敏锐，他会有更清心的想法，而且会有更多的力量，所思想出来的，会更有深度，比平时更加清晰，这是禁食祷告所带来的结果。所以，当一个人决定为着祷告而禁食的时候，他就会集中自己的思想在某件事情上，因为没有外界的一些干扰，因而可以更全神贯注，更集中的发挥他的思想。所以，人如果透过禁食祷告去对付和清理自己心中的罪，效果必然会是明显的。

当一个人告诉神，他要专心清理自己内心的罪，甚至禁食，表示他的迫切和看重，而当他实行的时候，神会提升他的心灵，把他隐而未现的罪都浮出来，让他看见，一些很细微的事，或者是一些习惯，一些态度，一些他不应该有的感受等等，都让他在安静禁食祷告中看见。那就是说，他能够看见过去他无法看见的事，一些他生命中的瑕疵和罪过，现在神都让他看

见，他就可以逐一的清理。这是圣灵的工作，人若是在忙碌的生活中，是无法省悟得到的；但是如果我们拨出一段特别的时间，将日常的事连饮食的需要也放下，专一做这件事的话，神会帮助我们，圣灵会容易的将我们的毛病告诉我们。当我们看见自己里面的小毛病，其实也是大问题的时候，我们就靠着神去清理和对付，我们的灵性就可以因此获得复兴。

禁食祷告是让我们的思想更集中更敏锐，让我们看见平日我们忽略了的事情，特别是搜查自己的内心，最为有效。神会向我们指出我们的错来，祂不会叫专心寻求祂的人失望，祂不会推却这样的祷告，也不会叫祂的慈爱离开我们。我们总会满载而归，因为藉此认识自己更多，也更多的经历祂。也许有人会问：神乐意赦免人一切的罪，为什么要特别透过禁食祷告来作进一步的清理呢？这是因为我们需要配合神的作为，神不错是乐意饶恕和赦免我们一切的罪，只要我们向祂真诚的认错，祂就会洗净我们。然而我们得不断保持自己在洁净之中，我们得降服于神，听从神一切的命令。

让我在这里向弟兄姐妹你发出挑战，挑战为着洁净自己的生命，情词迫切的祷告，甚至禁食，去看看果效到底怎样，你可以怎样的经历神，和经历生命的更新。我们拨出一段时间，放下所有的工作，以及饮食，专心的求神检视我们的生命，以及心灵的深处，求神光照我们，告诉我们祂到底是怎样看我们。神必然会让我们看见自己更多，许多过去从未看见的事，我们的真相，神都会让我们看见，神也会洁净我们的生命，给予我们完全的自由释放，帮助我们的心灵获得一次彻底的更新，这是禁食祷告所带来的功效。

第二个我们禁食的原因，是要寻求神的引导。许多时候，我们走到人生的十字路口，不知何去何从，面前有很多的分岔路，我们不知道该选择那一个，走那一条路。我们会焦虑，会到处质询别人的意见，这其实不是神渴望我们所过的生活，所要做的事，因为神早就为我们的人生，有了全面而周详的计划。圣经说：我要教导你，指示你当行的路，我要定睛在你身上劝戒你。神乐意指引我们的路，神乐意引领我们走在正确的方向中，不是偶而一次的引导，乃是时刻的引导。然而我们得花时间去寻求和等候，因此这有时就需要我们作出禁食的决定来，特别是在一些重大的决定上，我们更要这样做。

在禁食祷告中，我们把一切的私欲都除去，我们放下自己的欲望，自己的骄傲，自己的坚持，自己心里的意念全部放下，就只留心聆听神的指引。在这专一而宁静的时刻中，神会让我们看见祂的心意，帮助我们懂得从神的角度去看事物，教导我们有神一样的看法。当我们有神一样的看法的时候，骄傲就会远离我们，我们先入为主的思想也会自动离去，我们就能够清楚看见神的心意和指示。

当我们寻求神引导的时候，其中一样最聪明的做法，是拨一段时间出来，专心的禁食祷告，这样神会先洁净你，你的心灵就得以敞开，而你的思想也可以敏锐的集中在神身上，在这时刻中，你就能够听见神要对你说的话。当我们寻求神引导的时候，神要我们先除去自我的骄傲，具有成见的思想和见解，以及人所给的意见等等。因为我们渴望得知道神的意思，渴望明白神的心意，所以神要我们先除去一切的障碍，真正专心的，没有任何杂念影响的情况之下，去聆听神的话，然后顺服在祂面前，我们就能够知道神要我们选择的路。

当旧约时代，以色列人攻打耶利哥城的时候，他们大获全胜，然而其中一个名叫亚干的，因为贪心的缘故，拿了一些当灭的物，所以当后来攻打一个小城名叫艾城的时候，竟然失败而回。约书亚和长老们都不明白其中的原因，为什么他们攻打坚固的耶利哥城能成功，反而攻打小小的艾城却会失败的呢？圣经告诉我们，约书亚和长老们从清早直到晚上，在神面前披麻蒙灰的哭号，求神指示他们到底原因是什么，到底他们在什么地方出了错。

结果，神让约书亚等人看见问题的起因，是在出在以色列人的营里，是亚干私自拿了当灭之物，违背了神的命令，而导致艾城一役失败。后来，亚干和他的一家被石头打死，以示惩罚。如果我们真的愿意寻求神的指示和心意，神是让我们看见的，神知道我们内心所存的是什么，神会把我们的私意和骄傲暴露出来，然后要我们去对付，我们清理好一切障碍之后，神就自然透过圣灵给予我们所需的指引。很多人在分享他们的见证的时候，都不约而同的指出，当他们诚心求问神的心意，要得着指引的时候，在禁食祷告之后，神都给予明确的指示，但是我们必须顺服神的指示。

只可惜今天有不少基督徒，是把自己的欲望加上自己的理由，因而把神排除在他们思想和考虑的范围之外。所以，聪明的做法是，当我们要作决定，特别是一些重大的决定的时候，我们要退到神面前寻求指引。其实，即使是小的决定，也当这样做。作为基督徒的父母，应当多为自己的孩子祷告，求神亲自保守你的儿女，有属天的智慧，有寻求神的心，并且让他们懂得去征询属神的人的意见，好让身边的人的意见，不是把他们带离神的道，而是建立他们的生命。在我们禁食祷告的时候，神会加强我们的思想，叫我们明白神的看法和心意，我们就可以作出正确的决定来。

在但以理书 9 章那里，记载了一篇伟大的祷告，但以理当时被掳到巴比伦，他有机会读到先知耶利米的手卷，得知其中的一些预言，但却不太清楚将有什么事情发生。于是但以理划定一个时间，在神面前禁食祷告。他在祷告中，先为着百姓所犯的罪，在神面前承认和悔改，之后的几章，记载到神给但以理特别的启示，指示他将来要发生的事。所以，凡是研究预言的人，不可少的是去明白但以理书，马太福音，以及启示录，缺一不可。但以理是怎样得到神的启示呢？是在禁食祷告之后获得的。

今天，我们同样可以透过禁食祷告，去获得神明确的指引，我们今天有启示完整的新旧约圣经，也有神许多的应许，这些指示都是很重要的。然而，有关我们个人一生的方向，我们个人的指示，我们依然需要独自寻求，而在祷告的时候禁食，是能够集中我们的思想，把我们的心思集中在祈求神的指引这事上，神会给予我们指引。

还有第三个禁食祷告的原因，是为了向神祈求救助和保护。我们看历代志下 20 章，这里记载到约沙法王怎样被邻近的三个敌国所围困，不知怎办。经文的第 3 节说：“约沙法便惧怕，定意寻求耶和华，在犹大全地宣告禁食。”我们看经文的 6 到 8 节，这里记载说：“耶和华我们列祖的神阿，你不是天上的神吗？你不是万邦万国的主宰吗？在你手中有大能大力，无人能抵挡你。我们的神阿，你不是曾在你民以色列人面前，驱逐这地的居民，将这地赐给你朋友亚伯拉罕的后裔永远为业吗？他们住在这地，又为你的名建造圣所。”

约沙法在遇到困难之时怎么做呢？他什么都不能做，只是到神面前祷告，诚恳的求告神，他们禁食祷告，求神施恩，并且在祷告中承认神的伟大，能力和权柄。禁食祷告能够让我们再次思想神的伟大和能力，让我们对神有更深入的看法，结果神亲自为他们行了大事。从来没有一个人诚心的向神祷告，禁食祷告的向着神，而神是不予理会的，从来没有。

然而，每一个禁食祷告，都应当先行认罪，求神洁净，并且在神面前有顺服的心志，在明白神的心意之后要马上服从。当我们诚心求告神甚至禁食，恳切祷告为要与神更接近，更明白祂的心意，好行在祂路中的时候，神必然会欣赏这样的祷告，赐下我们所祈求的，并且满足我们心灵的需要。我们要信靠神，深信神知道我们的需要，并且深知祂会按祂最美好的旨意应允我们。