

灾难中禁食祈祷—周广亮牧师

网上有一个短片，将 2020 年 1 月至 2 月的全球天灾人祸新闻集结，给人一个震撼的印象。空难、火山爆发、地震、火灾、生态失衡、战争和传染病等等，皆有发生。人们在短时间集中看这些消息，的确会感叹，甚至有人会惊慌。但是，我们从历史学到功课，不要轻易被宗教偏激的人士所煽动，误以世界末日来影响正常的生活。历来很多异端邪教，皆有这样的伎俩。



禁食祈祷不是功德，祈祷是必须，禁食不是。禁食祈祷却对灵命造就和教会活力有益。所以，我不反对禁食祈祷，也赞成在每年的受难周或受难节当日，让信徒有一餐的禁食，专注祷告。那么，恒切祈祷之外，禁食与祷告结合有何好处？

一、体验饥饿

这不是电影《饥饿游戏》，而是认同主耶稣。“他禁食四十昼夜，后来就饿了。”（太 4：2）。禁食期间，经历主耶稣所经历过的一点点体验。

二、进入环保

香港每天弃置超过 3,200 吨食物，占香港固体废物的三分之一，内地浪费食物可能更多。当然，禁食祈祷的起步阶段，可以用流质食物或少量水果来补充营养。

三、奉献意义

若大斋期每周能禁食一餐，省下约几十元，六周便累积两三百元额外金钱，可用于宣教或爱心奉献。若禁食一、二次，意义也相同。

四、祷告感加深

禁食一餐的饥饿，在下一餐进食的 4、5 小时之间，身体的饥饿感不时提醒自己是在体验基督，并让我们在属灵方面更加敏锐，让祈祷的心思和状态与生活齐步。

五、身体健康

这是对饮食过量和没有长期病患的肢体而言。减肥是现今都市生活的追求之一，它也是纪律操练的一种。很多人工作的劳苦，往往连午饭或晚饭也不能准时开饭，甚至没时间进食。但这不等于禁食祈祷，**禁食是主动的心愿，不是因没时间而出现的被动选择。**

六、感受贫穷

联合国粮农组织提醒我们，发展中国家仍有 7.8 亿饥饿人口。我们在资讯上有认知，但没有身体的感知。**禁食祈祷的那一小段时间，给自己带来反省。**

七、洞察时代

波斯时代，王后以斯帖在犹太民族被灭绝的政治危机下，呼吁书珊城同胞禁食 3 天(斯 4:16)，她以此展开勇敢的民族解救步伐。最后历史被扭转过来。回顾过去一百年来世界很多地区的教会苦难，近年西方和亚洲都有教会世俗化的现象，我们是否也该考虑一个**分别出来的时间，以单纯又古老的方式呼求神的怜悯呢？**

禁食祈祷不是教会生活的常态，通常在认罪反省、苦难哀伤和寻求神的特殊时期的操练。良院的顾问吴加恩老师，有一篇专文〈从哀哭到欢乐：圣经中的禁食〉，是很好的神学分享。她忠告我们，新旧约都有禁食祈祷的记载，主耶稣和使徒也都践行。但毕竟**基督徒的信仰是靠耶稣基督的受苦，而最终活在喜乐之中呀！**

再说一次，这不是功德的建立（法利赛的弊病），而是告诉自己是蒙恩的罪人，并以禁食祈祷让自己更能贴近神，增加属灵的敏感度。

主啊！甚愿在社会疫症和经济有打击的年代，去经历认真的信仰和教会的复兴！



周广亮牧师代祷（附件音频）

两个多月的“新冠病毒肺炎”之下，求主加力量给执政的官员，国内外 40 多个国家的；为前线的医护人员，爱心、体力与智慧都能发挥，救助更多人。

也求主使行政和管理人员，同样秉持着爱心和热诚救助病患者和百姓的。

为教会祷告：求主使传道人在公共卫生方面有真理的学习与教导，让众信徒能成为遵守防疫措施在社区榜样。

在传染病的疫症下，各类聚会和人与人之间的往来受限制之中，让我们有智慧去善用社交媒体，保持积极开朗的态度面对难关，面对生活不方便的种种。

也求主使基督徒珍惜机会，体谅、安慰有需要的人，开福音的门，作见证领人归主。

帮助我们在病毒肆虐的环境中，心存敬畏创造主，更学习谦卑待人处事。神阻挡骄傲的人，施恩给谦卑的人。帮助我们醒悟，人不过是尘土所造，今日的一切都是恩典。让我们常存感恩的心，面对前面的日子！

欢迎浏览良友圣经学院网站 <https://lts38.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 school@liangyou.net 联络。