

## 从哀哭到欢乐—圣经中的禁食—吴加恩老师

### 不是苦修的宗教

禁食是属灵的操练吗？这确是很多信徒的经验。然而，圣经是怎样教导禁食的？如果把诫命、历史和耶稣的启示都重温一遍，我们发现禁食一直以来都是哀伤、懊悔、迫切的感情的表达。至于把禁食奉为一种敬虔的操练，是一般宗教的习惯，圣经虽有不少例子，却没有正面的教导，直接的训示更是绝无仅有。**希伯来人的宗教，从开始就不是苦修的宗教。**

### 焦点在于悔罪心

圣经中吩咐神的子民禁食的唯一经文，出现在利 6：29。律法书规定以色列人每年一次守赎罪日时要“刻苦己心……什么事都不可作”，这就包括了禁食，作用是藉虚己忏悔的行动去预备赎罪。这条旧约的诫命与我们有什么关系？第一，耶稣基督已经“一次过”完成了“赎罪之礼”（利 16：32 - 34；来 9：1 - 18），所以今天的基督徒不必像以色列人那样不断靠禁食来求赎罪（来 7：18）。第二，“刻苦己心”显然包括禁戒其他的享乐，如房事，因此焦点不在禁食，而在于悔罪的心。<sup>[1]</sup>

珥 1：13 - 14 详述禁食的真义：“束麻布痛哭……要哀号……要来披上麻布过夜……宣告严肃会……向耶和華哀求。”<sup>[2]</sup>使祷告有效的不是禁食的功效，而是促成禁食的哀伤心态，如诗人所说：“忧伤痛悔的心，你必不轻看。”（诗 51：17）

### 回归后复兴做法

“禁食”演变为素常的习惯，该是以色列人被掳、回归之后的历史。从亚 8：19 可见，他们在 4 月、5 月、7 月和 10 月，都有“禁食的日子”。这个做法缘起于回归后以色列人信仰复兴（参尼 9：1），以致群体的和个人的禁食都有所增加（如拉 8：21 - 23）。与此同时，圣殿被重建，敬拜生活规划化，禁食被纳入节期。

### 严斥虚伪的禁食

及后，到新约时代，禁食成为犹太人敬虔的表现（参太 6：1 - 18；路 18：12）。这段历史提醒我们，禁食可以是祷告迫切的表现，但也可以变为形式化，甚至成为虚伪的苦修。奇怪的是旧约的先知从来没有鼓励过人用禁食的方法去追求灵命复兴，却极之严厉地斥责人在禁食时有口无心。<sup>[3]</sup>

### 神要的是撇弃恶行

赛 58：3 - 9 可说是这类经文中最为人们熟识的一段：“你们禁食，却互相争竞……这样禁食岂是我所拣选……？我所拣选的禁食不是要松开凶恶的绳……吗？”原来神所拣选的根本不是禁食，而是“松开凶恶的绳”，即是撇弃恶行。主耶稣基督也有禁食的经验（太 4：2），也同时斥责虚伪的宗教（太 6：16）。

### 悔改祈使救赎早临

不过，他和门徒没有经常禁食。当约翰的门徒和法利赛人质问为何如此时（可 2：18 - 20），耶稣回答说：“新郎和陪伴之人同在的时候，陪伴之人岂能禁食呢？新郎还同在，他们不能禁食。”（可 2：19）原来，约翰的门徒禁食是表示悔改，祈使末世的救赎早日来临，犹太人则用婚筵来比喻弥赛亚国度的欢乐，使我们相信耶稣的回答，是暗示末世的救赎已经藉着他来临了！<sup>[4]</sup>

### 有主同行的福气

及后，初期教会更明白到耶稣就是弥赛亚，是他带领我们进入新约，把旧约一切禁食的需求都除去，这正是希伯来书 8 至 10 章的信息。此外，对当时的门徒来说，耶稣的话更明显表示“有主同行，毋须禁食”，这是奉行禁食的法利赛人所没有的祝福；对后来的基督徒来说，这就是保罗说的“靠主喜乐”（参腓 3：1 - 11）。

### 将哀哭转为喜乐

上文说过，旧约从开始就不是苦修的宗教，这喜乐的信仰最终是在耶稣基督身上得到成全。因此，基督徒无论为什么缘故迫切祷告，他的禁食都不是一种修行，禁食的目的也不是为了受苦，而是为了从神而来的喜乐（参尼 8：9 - 10），如先知所应许：“四月、五月禁食的日子、七月、十月禁食的日子，必变为……欢乐的节期……。”（亚 8：19）耶稣的话还有以下一句：“日子将到，新郎要离开他们，那日他们就要禁食。”（可 2：20）这话是预言耶稣的苦难，相当于约 16：16 所说：“等不多时，你们就不得见我；再等不多时，你们还要见我。”

### 效法先贤重获喜乐

因此，教会的传统是在受苦节禁食，纪念耶稣从门徒中被捉拿而离开。此外，今天的基督徒活在“已然、未然”的光景中，虽然已蒙救赎，但尚未成为完全，若在信仰路上跌倒，远离了主，只要真诚懊悔，情之所至，仍可以效法先贤的榜样，以禁食的方式迫切祷告，祈求重获基督里的喜乐与平安。

注释：

[1] “刻苦己心”一字往往与“禁食”一字一起出现（如诗 35：13），故可解作同义；亦有认为刻苦是克制喉咙之意，故等于禁食。

[2] 按这诫命，我们不宜把禁食从其他禁戒的事挑出来，当作特别有效的操练。

[3] 按笔者观察，在教会的历史中，禁食也往往是复兴运动的表征，另一方面亦是教会传统（如天主教或基督教中的大宗派）的节期，这情况其实早就可在以色列人的历史中见到。

[4] 许多抄本都没有太 17：21（“这一类的鬼，若不祷告禁食，他就不出来”）一节，也没有可 9：29 “禁食”一字。在初期教会的文献中见不到耶稣直接说过有关禁食的训示。

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](mailto:school@liangyou.net) 联络。