



# 從禁食 來認識在暗中察看一切的父神

From Fasting –  
Knowing our Father who is in secret

Pastor James Chung 鍾興政牧師

[pastorjameschung@gmail.com](mailto:pastorjameschung@gmail.com)





# 信息經文

- ◆ 以賽亞書 Isaiah 58:6-8 6 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、折斷一切的軛麼。 7 不是要把你的餅、分給飢餓的人。將飄流的窮人、接到你家中。見赤身的、給他衣服遮體。顧恤自己的骨肉而不掩藏麼。 8 這樣、你的光就必發現如早晨的光。你所得的醫治、要速速發明。你的公義、必在你前面行。耶和華的榮光、必作你的後盾。





# 信息經文

- ◆ 馬太福音 Matthew 6:16-18 16 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。 17 你禁食的時候、要梳頭洗臉、 18 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。





# 民以食為天



FASTING





# 禁食





# 禁食的定義

- ◆ 禁食在舊約希伯來文有兩個意思：
  - ✓ 一是指不吃麵包，也就是不進食的意思；
  - ✓ 另外指磨鍊靈魂，或使人的生命受磨難和壓迫。藉由禁食、禱告、悔改，人可以產生力量，脫離罪惡的束縛。





# 行義的國民

- ◆ <sup>1</sup>你要大聲喊叫、不可止息、揚起聲來好像吹角、向我百姓說明他們的過犯、向雅各家說明他們的罪惡。 <sup>2</sup>他們天天尋求我、樂意明白我的道。好像行義的國民、不離棄他們 神的典章、向我求問公義的判語、喜悅親近 神。 <sup>3</sup>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、勒逼人為你們作苦工。
- ◆ (以賽亞書58:1-3)





# 神所不喜悅的禁食

- ◆ <sup>4</sup> 你們禁食、卻互相爭競、以兇惡的拳頭打人。你們今日禁食、不得使你們的聲音聽聞於上。<sup>5</sup> 這樣禁食、豈是我所揀選使人刻苦己心的日子麼。豈是叫人垂頭像葦子、用麻布和爐灰鋪在他以下麼。你這可稱為禁食為耶和華所悅納的日子麼。
- ◆ (以賽亞書58:4-5)





# 神所喜悅的禁食

- ◆ 6 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、折斷一切的軛麼。
- 7 不是要把你的餅、分給飢餓的人、將飄流的窮人、接到你家中、見赤身的、給他衣服遮體、顧恤自己的骨肉而不掩藏麼。
- 8 這樣、你的光就必發現如早晨的光、你所得的醫治、要速速發明、你的公義、必在你前面行、耶和華的榮光、必作你的後盾。
- ◆ 以賽亞書 58:6-8





# 神所喜悅的禁食

- ◆ 6 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、折斷一切的軛麼。
- 7 不是要把你的餅、分給飢餓的人、將飄流的窮人、接到你家中、見赤身的、給他衣服遮體、顧恤自己的骨肉而不掩藏麼。
- 8 這樣、你的光就必發現如早晨的光、你所得的醫治、要速速發明、你的公義、必在你前面行、耶和華的榮光、必作你的後盾。
- ◆ 以賽亞書 58:6-8





# 神所喜悅的禁食

- ◆ 6 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、折斷一切的軛麼。
  - 7 不是要把你的餅、分給飢餓的人、將飄流的窮人、接到你家中、見赤身的、給他衣服遮體、顧恤自己的骨肉而不掩藏麼。
  - 8 這樣、你的光就必發現如早晨的光、你所得的醫治、要速速發明、你的公義、必在你前面行、耶和華的榮光、必作你的後盾。
- ◆ 以賽亞書 58:6-8





# 神所喜悅的禁食

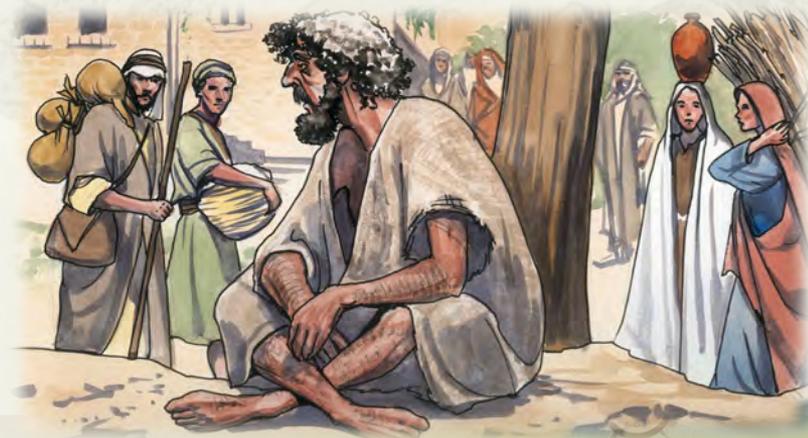
- ◆ 6 我所揀選的禁食、不是要鬆開兇惡的繩、解下軛上的索、使被欺壓的得自由、折斷一切的軛麼。
  - 7 不是要把你的餅、分給飢餓的人、將飄流的窮人、接到你家中、見赤身的、給他衣服遮體、顧恤自己的骨肉而不掩藏麼。
  - 8 這樣、你的光就必發現如早晨的光、你所得的醫治、要速速發明、你的公義、必在你前面行、耶和華的榮光、必作你的後盾。
- ◆ 以賽亞書 58:6-8





# 耶穌對禁食的教導

- ◆ 16 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。 17 你禁食的時候、要梳頭洗臉、18 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。
- ◆ 馬太福音 6:16-18





# 在暗中察看的父神

## ◆ 喜歡真實

- ✓ 你禁食的時候、要梳頭洗臉、不叫人看出你禁食來 > 對神不是對人

## ◆ 喜歡善良

- ✓ 要鬆開兇惡的繩、使被欺壓的得自由

## ◆ 喜歡美意

- ✓ 光要照亮黑暗的世代

YOUR  
FATHER  
WHO SEES  
IN SECRET  
WILL  
REWARD  
YOU.  
MATTHEW 6:4



# 認識這位神

- ◆ 這位神是慈愛、憐憫、公義、信實、不看虛假、並且察看人心的造物主宰。
- ◆ 這位神救贖、醫治、看顧、保護。
- ◆ <sup>3</sup> 他赦免你的一切罪孽、醫治你的一切疾病。
- ◆ <sup>4</sup> 他救贖你的命脫離死亡、以仁愛和慈悲為你的冠冕。(詩篇103:3-4)





# 神對禁食尋求祂的人之應許

- ◆ <sup>10</sup> 你心若向飢餓的人發憐憫、使困苦的人得滿足。你的光就必在黑暗中發現、你的幽暗必變如正午。<sup>11</sup> 耶和華也必時常引導你、在乾旱之地使你心滿意足、骨頭強壯。你必像澆灌的園子、又像水流不絕的泉源。<sup>12</sup> 那些出於你的人、必修造久已荒廢之處。你要建立拆毀累代的根基。你必稱為補破口的、和重修路徑與人居住的。
- ◆ 以賽亞書 58:10-12





# 禁食是操練用身體來禱告



FASTING





# 禁食－專注於神

- ◆ 神呼召我們進入祂的同在
  - ✓ 讓我們禁食，專注與祂的同在
- ◆ 神邀請我們與祂交談
  - ✓ 讓我們禁食，專注接受祂的邀請
- ◆ 神斷開與我們之間的阻隔
  - ✓ 讓我們禁食，專注與祂沒有阻隔的恩典
- ◆ 神向我們的心說話
  - ✓ 讓我們禁食，專注聆聽神要向我們所說的話





# 禁食－重大決定

## ◆ 重大決定前的禱告

- ✓ 耶穌也這麼做
- ✓ 摩西在西乃山上兩次40天禱告
- ✓ 以斯帖和猶太人知道哈曼的滅族計畫時
- ✓ 教會要做重要決定事件
- ✓ 個人的重要決定
  - 重大手術前





# 禁食－尋求醫治

- ◆ 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、折斷一切的軛麼。
- ◆ 以賽亞書 58:6-8





# 以神為樂

- ◆ <sup>13</sup> 你若在安息日掉轉〔或作謹慎〕你的腳步、在我聖日不以操作為喜樂、稱安息日為可喜樂的、稱耶和華的聖日為可尊重的。而且尊敬這日、不辦自己的私事、不隨自己的私意、不說自己的私話、<sup>14</sup> 你就以耶和華為樂。耶和華要使你乘駕地的高處。又在你祖雅各的產業養育你。這是耶和華親口說的。
- ◆ 以賽亞書58:13-14

