

Devotional from Pastor Ho
July 9, 2020

Isaiah 58:4, *“Behold, you fast only to quarrel and to fight and to hit with a wicked fist. Fasting like yours this day will not make your voice to be heard on high.”*

The first time I fasted was when I wanted to get into the college of my choice. I wanted God to know how serious I was about this petition, so I fasted three days before the result was announced. I was disappointed. A few years later, when I felt I had sinned in a horrifying incident, I decided to fast until Sunday evening. That Sunday morning during worship, the gospel was preached, that forgiveness was granted to repentant sinners. I experienced such a deep sense of relief that my conscience was clear for me to break the fast at lunch that day.

I relate these stories to point out the obvious, that fasting (and prayer) may not necessarily get us what we want, however desperate we want it (compare the above passage with Jas 4:1-3). In fact, that is not the purpose of fasting before the Lord. The purpose, first of all, is to show repentance. In 1 Kings 21:27-29, the fasting in repentance of someone even as evil as Ahab, or in Jonah 3:5-8, that of the evil city of Nineveh, causes God to turn from his anger and see the fasting as an act of humbling oneself before God. It is important to note that in both cases the fasting didn't earn God's forgiveness. Rather, it was a response to God's word (through the prophets Elijah and Jonah).

The flip side of fasting in humility is fasting pridefully (“God should give me what I want because I have fasted.”), as I did above, as if our fasting earns us brownie points with God. Even though we have fasted humbly with the intent to seek God's favor or to express grief over our hardship, the favor we seek or the change we cry out for might not be immediately apparent. Nevertheless, Jesus expects his followers to fast, whether as a congregation or individually, except for medical reasons, because it is God-ordained way to strengthen our prayer. It is mentioned in Scripture 77 times, more frequently than even something as important as baptism (75 times). Today, fasting is not just on food or drink, but also includes abstinence from things or activities such as social media, sleep, internet, etc. Eventually, it is always for spiritual purposes, and therefore accompanied by prayer and the word of God.

Prayer: O Lord, forgive us for overlooking the practice of this spiritual discipline in our church and personal devotions. Revive us, Father! Amen.

何牧師的靈修

2020年7月9日

以賽亞書 58 篇 4 節：“你們禁食，卻互相爭競，以凶惡的拳頭打人。你們今日禁食，不得使你們的聲音聽聞於上。”

我第一次禁食是因為我想進入自己心中首選的大學。我想要神知道我對這份請求有多認真，所以我在結果宣布前禁食三天。但我失望了。幾年後，當我感到自己在一件可怕的事情中犯了罪時，我決定禁食到週日晚上。在那個主日早上的崇拜中，福音被宣講了——悔改的罪人得到赦免。我感到非常的寬慰，以至於我的良心豁然開朗，那天中午我就停了禁食。

我分享這些故事是要指出一個明顯的事實：禁食（和禱告）不一定讓我們得到我們想要的，無論我們多麼絕望地想要它（把以上的經文和雅各書 4:1-3 作比較）。實際上，這不是在主面前禁食的目的。首先，禁食目的是顯示悔改。在列王紀上 21:27-29，甚至一個像亞哈一樣邪惡的人，或者在約拿書 3:5-8 中邪惡的尼尼微城，為了悔改的禁食，使神從憤怒中迴轉，把禁食看成是在神面前謙卑自己。重要的是要注意，在這兩種情況下，禁食都沒有賺得神的寬恕。相反，這是對神的話的回應（通過先知以利亞和約拿）。

謙卑禁食的反面是驕傲的禁食（“上帝應該給我我想要的東西，因為我已經禁食了。”），就像我在上面所做的一樣，好像我們的禁食能為我們從神那賺得分數。即使我們為了尋求神的恩惠或為我們的苦難表達悲傷而謙卑的禁食，我們尋求的恩惠或哭泣哀求的改變不見得會馬上顯現。儘管如此，除非由於醫療原因的例外，耶穌希望跟隨他的人，無論是全會眾還是個人，都禁食，因為它是神所指定的方式來加強我們的禱告。聖經中提到禁食 77 次，提起的頻率比像洗禮那麼重要的事（75 次）還要高。如今，禁食不僅是暫停食物或飲料，還包括對社交媒體，睡覺，互聯網等等事物或活動的節制。最終，禁食總是要出於屬靈的目的，因此總是以禱告和神的話陪伴之。

禱告：請原諒我們在教會和個人靈修中忽視了這種屬靈紀律的實踐。父啊，請復興我們！阿們。

何牧师的灵修

2020年7月9日

以赛亚书 58 篇 4 节：“你们禁食，却互相争竞，以凶恶的拳头打人。你们今日禁食，不得使你们的声音听闻于上。”

我第一次禁食是因为我想进入自己心中首选的大学。我想要神知道我对这份请求有多认真，所以我在结果宣布前禁食三天。但我失望了。几年后，当我感到自己在一件可怕的事情中犯了罪时，我决定禁食到周日晚上。在那个主日早上的崇拜中，福音被宣讲了——悔改的罪人得到赦免。我感到非常的宽慰，以至于我的良心豁然开朗，那天中午我就停了禁食。

我分享这些故事是要指出一个明显的事实：禁食（和祷告）不一定让我们得到我们想要的，无论我们多么绝望地想要它（把以上的经文和雅各书 4:1-3 作比较）。实际上，这不是在主面前禁食的目的。首先，禁食目的是显示悔改。在列王纪上 21:27-29，甚至一个像亚哈一样邪恶的人，或者在约拿书 3:5-8 中邪恶的尼尼微城，为了悔改的禁食，使神从愤怒中回转，把禁食看成是在神面前谦卑自己。重要的是要注意，在这两种情况下，禁食都没有赚得神的宽恕。相反，这是对神的话的回应（通过先知以利亚和约拿）。

谦卑禁食的反面是骄傲的禁食（“上帝应该给我我想要的东西，因为我已经禁食了。”），就像我在上面所做的一样，好像我们的禁食能为我们从神那赚得分数。即使我们为了寻求神的恩惠或为我们的苦难表达悲伤而谦卑的禁食，我们寻求的恩惠或哭泣哀求的改变不见得会马上显现。尽管如此，除非由于医疗原因的例外，耶稣希望跟随他的人，无论是全会众还是个人，都禁食，因为它是神所指定的方式来加强我们的祷告。圣经中提到禁食 77 次，提起的频率比像洗礼那么重要的事（75 次）还要高。如今，禁食不仅是暂停食物或饮料，还包括对社交媒体，睡觉，互联网等等事物或活动的节制。最终，禁食总是要出于属灵的目的，因此总是以祷告和神的话陪伴之。

祷告：请原谅我们在教会和个人灵修中忽视了这种属灵纪律的实践。父啊，请复兴我们！阿们。