

禁食律法

目的：鼓勵所有教會成員奉行禁食律法，以獲得神所應許的祝福。

這項主題為什麼很重要：主已經命令祂的聖徒要「照顧貧窮、困苦的人，救助他們，免得他們受苦」（教約38：35）。多馬·孟蓀會長教導：「要記住，禁食的真義豈不就是把我們的餅，分給飢餓的人；將飄流的窮人，接到我們家中；見赤身的，給他衣服遮體？顧恤自己的骨肉而不掩藏嗎？（見以賽亞書58：7）誠實、慷慨地繳付禁食捐獻，正可以向天父證明我們瞭解這項特別的律法，並且願意忠心奉守。」（「個人及家庭福利的指針」，1987年2月，聖徒之聲，第6頁）

其他資源

經文

希拉曼書3：35

歷代志下31：10

教義和聖約38：35

教義和聖約59：13

信息

多馬·孟蓀，「個人及家庭福利的指針」，1987年2月，聖徒之聲，第6頁

亨利·艾寧，「我所揀選的禁食」，2015年5月，利阿賀拿，第22頁

基本原則

- 「主已制訂了禁食和禁食捐獻的律法來祝福祂的人民，讓他們有機會為困苦者服務」（指導手冊第二冊：管理教會，6.1.2）。
- 「教會成員禁食的時候，被要求繳付禁食捐獻給教會，金額至少與他們原本將食用的食物等值。可能的話，他們應該慷慨地多捐獻一點」（指導手冊第二冊，6.1.2）。
- 「禁食律法的相關祝福包括能與主接近、加增靈性的力量、屬世的福祉、有更多的愛心，以及更渴望去服務」（指導手冊第二冊，6.1.2）。
- 禁食律法是為了所有聖徒的益處而制定的誡命，不論他們的經濟狀況如何，信心和歸信程度才是關鍵。
- 「禁食日的適當做法通常是在24小時內連續兩餐不吃不喝、參加禁食見證聚會，並慷慨繳納禁食捐獻以幫助照顧貧困者。」（指導手冊第二冊，21.1.17）

主教的主要職責

- 主教在運用禁食捐獻施助時，應該強調個人責任、幫助人們維持生計，而非維持生活品味；先提供生活用品，現金次之，並給予工作機會。邀請成員參與自立服務訓練，也能使其受益。
- 「主教團及支會議會的成員要鼓勵成員奉行禁食律法。……應在聖餐聚會、聖職聚會、慈助會及其他輔助組織聚會、家庭探訪、聖殿推薦書面談，及什一奉獻結算面談中，教導奉行禁食律法的重要」（指導手冊第一冊：支聯會會長及主教，5.2.1）。





- 讓亞倫聖職定額組負責收集禁食捐獻，通常會讓成員的捐獻增加，也讓參與的男青年蒙受祝福。「主教若將亞倫聖職的各定額組召集起來，參與收集禁食捐獻，就會在這項神聖的責任上獲得更大的成功。」（多馬·孟蓀，in a meeting with the Presiding Bishopric, Feb. 28, 2014）

教導禁食律法的教義

- 「主賜給我們每一個人都可以做到的一件事；也就是一條簡單到連小孩都懂的誡命；一條附帶美好應許的誡命，不僅賜給困苦的人，也是賜給我們。這一條誡命就是禁食律法。（亨利·艾寧，「我所揀選的禁食」，2015年5月，利阿賀拿，第22頁）。
- 領袖可以幫助成員了解禁食律法和門徒身份、聖化、自立、克服誘惑的力量和守安息日等原則之間的關係。
- 門徒身份及聖化：「他們仍常常禁食祈禱，變得越來越謙卑，對基督的信心越來越堅定，以致他們的靈魂充滿喜樂和安慰，是的，甚至他們的心也因而潔淨聖化」（希拉曼書3：35）。
- 自立：「自從民將供物送到耶和華殿以來，我們不但吃飽，且剩下的甚多；因為耶和華賜福給他的民」（歷代志下31：10）。
- 克服誘惑的力量：「我們不知道耶穌基督進入曠野禁食祈禱的全部原因，但至少我們確知的一項結果是：救主完全抗拒了撒但的誘惑」（亨利·艾寧，「我所揀選的禁食」，2015年5月，利阿賀拿，第25頁）。
- 守安息日：「在這〔主日〕，不要做別的事，只要以單純的心準備食物，好使你的禁食完美，換句話說，好使你的喜樂充足」（教約59：13）。

耶穌基督
後期聖徒教會