

## 禱告七. 合神心意的禁食

「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。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。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。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。這樣禁食，豈是我所揀選使人刻苦己心的日子嗎？豈是叫人垂頭像葦子，用麻布和爐灰鋪在他以下嗎？你這可稱為禁食為耶和華所悅納的日子嗎？我所揀選的禁食，不是要鬆開凶惡的繩，解下軛上的索，使被欺壓的得自由，折斷一切的軛嗎？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嗎？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，必作你的后盾。那時你求告，耶和華必應允。你呼求，他必說，我在這裡。你若從你中間除掉重軛，和指摘人的指頭，並發惡言的事。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。耶和華也必時常引導你，在干旱之地，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。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 58：1--12）

### ● 平順飽足禁食難

以賽亞書 58 章是有關於禁食內容非常好的篇章。我們雖然沒有用拳頭打人，但一定要求主光照我們，在我們裡面有沒有爭競，有沒有常常跟人比較：「他常常被重用，為什麼江姐只講他的見証，我的見証也不錯呀。」有時是牧師不知道而已。還有一種是見証確實很好，但這個見証並沒有讓人有可效法的路徑，只是神的奇妙的恩典臨到他而已，見証的過程要讓別人很有可學習的方法。

我們禁食的日子有沒有求自己的利益，勒逼別人為我們們作苦工？但我們常常都覺得別人對我不夠好，別人怎麼對我這樣，心裡就是在勒逼別人。我們在禁食的日子有沒有常常對人很不服、不滿？對別人指責、批評、論斷？那些就是裡面伸出拳頭在打人。聖經告訴我們，裡面的思想在神眼中就已經是一個動作了。

禁食應該是帶來哀痛和悔改。馬太福音 9：15：「耶穌對他們說，新郎和陪伴之人同在的時候，陪伴之人豈能哀慟呢？但日子將到，新郎要離開他們，那時候他們就要禁食。」主耶穌把哀慟和禁食當作是關聯的，真實的禁食應是帶來裡面的哀慟。

我們禁食應該注意，不要只遵守一些外面的儀式。比如，有些人禁食一餐，就在前一餐吃得非常脹，神的百姓很容易會為自己找出許多乖謬的道理來。禁食一餐叫做部分禁食，在別的時間不應額外吃或吃超過正常的量，只是例常照平時的安排，把那餐免掉，不吃飯節省下來的時間全心在神面前禱告，否則就不是禁食了。

禁食對我們的身體、心靈、情感各方面都有益處。韓國教會常常禁食，趙庸基教會說，禁食已經融合在他們每一個信徒的生活裡面了。神藉著趙庸基牧師的岳母哈裡路亞歐巴桑建立了全世界最大的禱告山，每年大概有一百萬人去參加。有一次，趙庸基問岳母說：「為什麼我們一定要禁食呢？沒東西吃要禁食，還可理解，現在有東西吃還要禁食。次數太多了吧，難道沒有禁食就得不到能力嗎？」後來，他又把這困惑再來問主，主告訴他：「你岳母所說的是正確的。」後來，他們幾乎在每一堂的聚會中都強調禁食和禱告的重要。

在美國，我們更需要常常強調禁食的操練，因為我們的物質太豐富了。常常吃得很飽，跟我們的靈性軟弱有很大關係。

「你要謹慎，免得忘記耶和華你的神，不守他的誡命，典章，律例，就是我今日所吩咐你的。恐怕你吃得飽足，建造美好的房屋居住，你的牛羊加多，你的金銀增添，並你所有的全都加增，你就心高氣傲，忘記耶和華你的神，就是將你從埃及地為奴之家領出來的。」（申命記 8：11—14）

神已經預先看見驕傲跟飽足為以色列的網羅和陷阱。如果你常常在受壓的境況就不容易驕傲，壓力對我們是有好處的，不要常常逃避壓力，這對我們是個保護。當你安逸、平順的時候，你就容易心高氣傲。夫妻之間沒有什麼大問題、孩子也蠻乖的時候，就不太容易渴慕主。常常是一方有外遇、夫妻吵架吵得很厲害、或者孩子的問題極大，父母就比較謙卑。

特別是青少年的問題非常大，孩子到這年齡就像老虎一樣，隨時吼叫，完全不明白父母對他們的愛，情緒起伏很厲害。孩子小的時候，我們要趕緊把他帶到神的面前，用神的愛去愛他，經常培養他不要有很多的不耐煩、埋怨和很多的氣在他裡面，那時要解決就比較難一點。當然你還要好好教育他，使他從小就有一個順服的性格在他裡面。

「自從你出埃及地以來，我就是耶和華你的神。在我以外，你不可認識別神，除我以外並沒有救主。我曾在曠野干旱之地認識你。這些民照我所賜的食物得了飽足，既得飽足，心就高傲，忘記了我。因此，我向他們如獅子，又如豹伏在道旁。我遇見他們必像丟崽子的母熊，撕裂他們的胸膛，在那裡，我必像母獅吞吃他們。野獸必撕裂他們。以色列阿，你與我反對，就是反對幫助你的，自取敗壞。」（何西阿書 13：4—9）

神的愛是高達諸天，達到穹蒼，像烈火一般。但祂愛的背面是我們甚少知道的，祂所疼愛的就必管教，神的刑法都是為著你從敗壞中回轉，好叫你得著福氣。神知道祂的百姓飽足了，心就容易高傲。所以，我們要常常定期地禁食，會很幫助我們。

我們不是用禁食來跟神交換，禁食是為著先來潔淨我們自己，藉著禁食，對我們身體有一個約束，幫助我們謙卑下來。禁食的時候因為沒力氣，我們的火氣就不會這麼大了。當我們身體軟弱，就會感覺自己比較渺小一點。禁食常常跟哭泣、哀慟、刻苦己心連在一起。我希望我們能明白神對禁食的心意何在，及我們要如何得到神給我們的益處。

### • 恩典能力源禁食

禁食就是要叫被擄的得釋放，被壓的得自由。我們真實地來禁食，在主面前禱告，我們裡面的一些捆鎖的軛會被鬆開。一方面藉著我們的禁食禱告，鬆開我們捆綁別人的繩索和掐住別人不放的軛；另一方面，神也要鬆開我們裡面的繩索和軛。

禁食常常能帶下神的恩典和能力。剛開始禁食時，每一個人都會有不容易的。我常鼓勵同工為小家聚會禁食，很多新人一來就感受到神的豐富，卻不知這裡有人在為這個聚會禁食禱告。

我習慣一個星期有一天的禁食，但比較少有一連幾天的禁食。有次夏令會前，我裡面有個感動，就是在夏令會時禁食，我就說：「主啊，如果你讓我那期間禁食，就讓我這幾天讀經時讀到禁食話語。」可那幾天，我沒有讀到禁食話語，我就很高興：「主沒叫我禁食呀！」

那一天，我讀到《中國聖教徒》，裡面講一個弟兄傳福音，卻很少人信主，他就開始禁食為這個禱告，禁食幾天後，他就被聖靈充滿，傳福音變得容易，有很多人因他而信主了。我就知道，主要我禁食了，我決定從晚餐開始禁食，想中餐一定要吃的，因為連續那麼多天。可那天中午，我們要趕去聚會，忙得來不及吃飯，心裡就有點計較，覺得這一餐很重要。四、五點鐘時，他們要拿便當給我，這是很大試探。

我想：「我可不可以吃呢？中午沒吃，這能不能算是中午的呢？或者明天再開始禁食呀。」我跟你們是一樣性情的人，一樣有很大的軟弱。可是，我裡面馬上就想到《中國聖教徒》裡中國大陸那些受苦的弟兄姊妹們，就給我很大的鼓舞，我只不過沒有吃飯而已，沒有像他們那樣被鞭打、受刑罰，我這個算不得什麼！我下決心後，就不會有試探了，而且向著食物欲望的軟弱就不見了。我們操練禁食真的很需要有那個受苦的心志，要常常想到這些榜樣。

那幾天，我就是一直想到這些榜樣。最后一天，我發現，每一個我為他們禱告的，都得醫治、得祝福。一個姊妹腹中的胎兒，幾個月都沒有胎動。那天，我為她禱告后，下午就開始動了。禁食跟神所賜的能力是很相關的。我們可以在很多方面禱告、順服、親近神，但我們願意為著神而放下本來基本享有的權利，神就會為著祂的國度和需要賜下恩典和能力。

結束那天晚上，我發現，我常常容易覺得疲倦、想睡的軟弱不見了，反而剛強起來了。從那時候開始，我變得很少需要睡午覺，晚上也睡很少，但是一天就可以服事下來，不吃反而身體軟弱不見了。我建議，如果有身體、靈性上軟弱的，藉著禁食禱告，神會將你的軟弱除掉。

禁食會鬆開凶惡的繩，解下軛上的鎖。那次禁食三天，Martina 也有感動，也禁食那麼多天。她告訴我，以前，她是一餐沒吃就哇哇叫的，可那次禁食讓她在領敬拜上有了很大的突破，以前仰望詩歌，她都覺得很困難，也有很深的害怕，禁食以后就不見了。這叫做解下我們軛上的鎖，捆綁我們的鎖鏈折斷了，叫我們得著自由。

禁食常常會帶來光照和啟示。但以理為耶路撒冷禁食禱告二十一天，神就給他開啟看見。神光照我們一些自己不知道的蒙蔽，禁食常常幫助我們更迫切。有個姊妹，以前她常為自己的蒙蔽被光照來禱告，禁食三天后，主就開始光照她不要講一些閑言閑語；還光照她不夠喜樂、自以為義的性格；也光照她在金錢方面，當花的錢一定要花，不當花的錢一分都不可浪費；又光照她在服事中怕人、怕事過於怕神。

她一樣一樣地寫下來，整整一大頁，人的思維再怎麼樣，也不會那麼快。她說有這麼多的蒙蔽是自己原來不知道的，她就在主面前憂傷痛悔：「主，我相信你的信實，因著我在你面前的憂傷痛悔，潔淨我這一切的污穢。」那天睡覺的時候，聖靈就非常大地充滿她。隔幾天的夏令會中，她發現自己為別人的禱告充滿了醫治的大能，為誰禱告誰就得醫治。

禁食對整個神的國非常重要。很多時候我們吃得飽足，以致於心高氣傲，神沒辦法來光照我們、潔淨我們、賜能力恩典在我們身上來服事祂的國。一方面，我們靈性受永恆的虧損；另一方面，神的國受虧損。可是，如果有人願意把自己擺上，禁食刻苦己心尋求祂，祂的光就必發現，如早晨的光。早晨的光是忽然從黑暗裡出來，而且越來越亮，帶來希望，帶來更新，驅逐掉一切的冰冷、寒氣。

我們在一切的黑暗裡面常常沒有神，摸不到祂，我們看見別人流淚悔改，自己怎麼就是無法憂傷，還覺得別人怪怪的，這就是我們已經蒙蔽到不得了的地步了。有時，我們的禱告明明是合神心意的禱告，為什麼主還不垂聽。我們也贊美了，各種方法都用了。

但是，還有一個你可以用，就是禁食，刻苦己心地在神面前禱告，這是個非常有功效的方法，這是整本聖經常常說的。在舊約中就常常說到，大軍來臨的時候，全體禁食禱告，直到現代仍然是這樣。波斯灣陸戰要開始的時候，伊拉克埋了很多地雷，美軍恐怕傷亡會很厲害。布希總統宣告全國禁食禱告日，很奇妙，就這麼一宣告，陸戰根本沒什麼打，伊拉克就投降了。

一個神的家或一個國家一起禁食禱告，在靈界裡，神所要賜下的恩典和祝福是何等的大。兩個世紀前，英國面臨法國要來攻打他們，英國國王就下令全國禁食禱告，那一天真是個榮耀的日子，每個教堂都擁擠滿了人在那禱告。因著謙卑痛悔就轉變為歡呼喜樂，法國軍隊就沒有來攻打，威脅不見了。

在你的家裡，如果你面對一些不容易的事情的時候，正是神呼召你刻苦己心在祂面前禁食禱告。如果是因為孩子一直不容易改變，夫婦一同禁食在主面前禱告，禁食一定不能自私，只為自己禱告。以賽亞書 58：7 節「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嗎？」

禁食就是要把你的愛、你的時間給主，這才是主所喜悅的禁食。這樣的禁食一方面潔淨我們自己，一方面擴大我們愛的度量，你就可以接受恩典的源流一直流到你身上，流到你所禱告的人、事、物身上。藉著禁食禱告，我們常常可以打破空中的銅牆鐵壁，神的榮光、榮耀要大大地降臨。神不再離我們那麼遙遠，你一呼求，祂就說：「我在這裡。」

### • 破銅砍鐵主賜力

我們禁食的時候，一定裡面不能有指責人的事，還有發惡言的事，就是埋怨的話、發牢騷的話、不滿的話、還有玷污人思想的話。撒旦一直積極在做一件事，就是藉著人散布閑言閑語來破壞教會。只有不多的弟兄姊妹裡面有警醒的心，很多人只要一聽見一件事，關於教會，或關於你牧師、傳道人不好的事，就非常生氣，你還不知道那是不是真的，你還沒有去查証，或聽到一個關於你非常尊敬的人的事，你就生氣，認為怎麼會這樣，你對神的渴慕和愛就不見了。

很多人裡面都好喜歡聽別人不好的、負面的事情，都不知道，聽了其實是帶給他極大的傷害，以致於他陷在黑暗、苦毒裡面，而不在神的光和愛中繼續被建造，就像一個神的精兵又被打掉了。這是做牧者最難過、最傷心的事情。如果我們在禁食中知道自己有發惡言，玷污了別人思想的話，你一定要跟那個人認罪悔改，否則這在神的眼中叫做絆倒人的有禍了。

同時，我們自己也要有免疫系統，聽了以后是更愛神的僕人、神的家，自己更得建造？還是聽了以后，對神的渴慕火熱都沒有了？對神的僕人、神的家裡面開始憤恨不平，以后

的講道都聽不進去了，我的聚會就成為形式了？如果是后者，你要遠離他，而且把自己的情緒告訴他，讓他在主面前悔改，求主幫助他跟你道歉，求主的寶血洗淨，很多惡言進到思想裡面的玷污是很不容易洗掉的。

包括父母對孩子，也不要發惡言，負面的話、負面的綽號都是惡言。例如你對孩子說：「你好不好做點正經事呀。」你意思就是說，他做的都不是正經。「你為什麼動作總是這麼慢哪？」，「你怎麼總是慢吞吞的呀。」小孩很需要鼓勵，他動作慢的時候，你就說：「感謝主，你現在動作比以前快了，感謝主幫助你更進步了。」這樣，他就還會更進步。有時是父母或老師一些負面的言語，讓孩子覺得自己很糟。

耶和華時常引導我們，在四周都一片干旱的時候，祂要使我們心滿意足，骨頭強壯。我們裡面像澆灌的園子，那麼滋潤、那麼清新美麗，充滿生命的氣息，又像滾滾流出來的泉源，滋潤我們，同時供應別人。這是神給我們的應許。我們在禁食沒吃飯的時候，就可以來讀以賽亞書 58 章，尤其 11 節非常寶貴，化為禱告。

一個姊妹聽到她婆婆在台灣病危就很難過，她就為婆婆一直來讚美主，免得自己的心一直下沉，讚美的時候，裡面就有意思，要她為她婆婆來禁食禱告七天，時間很長呀，別人也叫她小心體力。因信心的軟弱，她做好飯后就吃了，但裡面很不平安。主光照說，其實她愛她自己過於愛神，也過於愛她婆婆。這姊妹悔改后願意禁食七天，最后一天時，她丈夫到台灣他媽媽面前，叫媽媽要信耶穌、要受洗、要除偶像？婆婆都回答：「好。」讓客家人信主是相當不容易的。禁食真的會打破銅門、砍斷鐵柱。

我們要為教會上空那個驕傲的靈和獨立的靈來禱告。一切的問題常常源於我們裡面那個驕傲的根，我們受不了別人被稱贊、被重用，使我們經常不服，但是驕傲也把這位謙卑的耶穌擋在門外了，使我們沒辦法蒙福。如果你的家充滿了紛爭、爭鬧、不安，正是主呼召你開始來禁食禱告，好讓主的恩典和福氣勢如破竹一般地臨到你們家，讓恩典的泉源灌注到你的家。

背誦經文：

以賽亞書 58： 11