

# 講道大綱

講員：劉永泉牧師

講題：禁食為何

經文：馬太福音四 4，以賽亞書五十八 3-12，約翰福音四 34

## 引言

禁食：一個靈性的操練；我們是有靈的活人，所以在操練身體外，也要有屬靈的操練。

### 1. 聖經根據

- a. 群體：利二十三 27, 士二十 26, 撒七 6, 尼九 1-3, 拿三 5
- b. 小組：撒三十一 13, 徒十三 2、十四 23
- c. 個人：出三十四 28, 尼一 4, 但九 2-3, 太四 2, 林後六 5

### 2. 禁食的時間

- a. 有一天、三天、七天，以至四十天
- b. 除了以色列人的贖罪日，聖經並沒有特定的規範，包括日子和時限(利二十三 27)

### 3. 禁食的目的：克己心歸向神

- a. 賽五十八 5, 太四 4, 珥二 12-13
- b. 違反身體自然的反應，即在飢餓時不去滿足身體，刻意的攻克己身，叫身服我

### 4. 禁食的內容：禁食之外，還會做甚麼

- a. 先知及以色列民—在神面前謙卑認罪，禱告讀聖經，敬拜親近主(但九 2-3, 撒七 6, 尼九 1-3)
- b. 尼希米—在患難中尋求神的幫助，大衛—為患病的人禁食禱告(尼一 4, 撒下十二 16, 詩三十五 13)
- c. 約沙法王及保羅—在重大事件中求問神的心意(代下二十三 3, 徒九 9)
- d. 但以理—為國家民族的苦難及未來禁食禱告(但九 2-3)
- e. 以斯帖與以色列人—遭滅族之禍時的禁食哀求主(斯四 3, 16)

- f. 主耶穌和門徒—在屬靈的爭戰中禁食禱告，抵擋魔鬼(太四 1-2, 十七 21)
- g. 保羅—以禁食表明自己是神的用人
- h. 初期教會—在選立長老及差遣宣教士的事上禁食禱告

### 5. 禁食的動機與迷思

- a. 不是為人的私利或榮耀(太六 16, 賽五十八 3-7)
- b. 不要迷信屬靈操練，這只是一種操練的方式，主才是我們的焦點
- c. 不要把操練變成律法主義(路十八 11-12)
- d. 各人當量力而為，循序漸進

### 6. 當神悅納人的禁食時，賞賜必要降下

- a. 必蒙光照與醫治，禱告必蒙垂聽(賽五十八 8-9)
- b. 必蒙神引導，有滿足豐盛，也要成為別人的祝福(賽五十八 10-12)
- c. 禁食必成為神家的歡喜和快樂(亞八 19)

## 結語

禁食操練的啟示：還有甚麼仍放不下，攔阻我們與神親近，克己心？

## 輔助經文

創世記二 7  
約翰福音四 23  
利未記二十三 27  
出埃及記三十四 28  
士師記二十 26  
撒母耳記上七 6  
撒母耳記下一 12  
尼希米記九 1-3  
以斯拉記四 16  
約拿書三 5  
使徒行傳十三 2, 十四 23  
但以理書九 2-3

尼希米記一 4  
馬太福音四 1-2  
約珥書二 12-13  
詩篇三十五 13  
撒母耳記下十二 16  
歷代志下二十三 3  
使徒行傳九 9  
馬太福音十七 21  
哥林多後書六 4-7  
馬太福音六 16  
路加福音十八 11-12  
撒迦利亞書八 19

## 經文(和合本修訂版)

### 馬太福音四 4

耶穌卻回答說：「經上記著：『人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裏所出的一切話。』」

### 以賽亞書五十八 3-12

<sup>3</sup>「我們禁食，你為何不看呢？我們刻苦己心，你為何不理會呢？」看哪，你們禁食的時候仍追求私利，剝削為你們做苦工的人。<sup>4</sup>看哪，你們禁食，卻起紛爭興訟，以兇惡的拳頭打人。你們今日這種禁食無法使你們的聲音聽聞於高處。<sup>5</sup>這豈是我所要的禁食，為人所用以刻苦己心的日子嗎？我難道只是叫人如蘆葦般低頭，鋪上麻布和灰燼嗎？你能稱此為禁食，為耶和華所悅納的日子嗎？<sup>6</sup>我所要的禁食，豈不是要你鬆開兇惡的繩，解開軛上的索，使被欺壓的得自由，折斷一切的軛嗎？<sup>7</sup>豈不是要你把食物分給飢餓的人，將流浪的窮人接到家中，見赤身的給他衣服遮體，而不隱藏自己避開你的骨肉嗎？<sup>8</sup>這樣，必有光如晨光破曉照耀你，你也要快快得到醫治；你的公義在你前面行，耶和華的榮光必作你的後盾。<sup>9</sup>那時你求告，耶和華必應允；你呼求，他必說：「我在這裏。」你若從你中間除掉重軛和指摘人的指頭，並發惡言的事，<sup>10</sup>向飢餓的人施憐憫，使困苦的人得滿足；你在黑暗中就必得著光明，你的幽暗必變如正午。<sup>11</sup>耶和華必時常引導你，在乾旱之地使你心滿意足，又使你骨頭強壯。你必如有水澆灌的園子，又像水流不絕的泉源。<sup>12</sup>你們中間必有人起來修造久已荒廢之處，

### 約翰福音四 34

耶穌對他們說：「我的食物就是要遵行差我來那位的旨意，完成他的工作。」

## 輔助經文

### 創世記二 7

耶和華神用地上的塵土造人，將生命之氣吹進他的鼻孔，這人就成了有靈的活人。

### 約翰福音四 23

時候將到，現在就是了，那真正敬拜父的，要用心靈和誠實敬拜他，因為父要這樣的人敬拜他。

### 利未記二十三 27

但是，七月初十是贖罪日；你們要守為聖會，刻苦己心，並要將火祭獻給耶和華。

### 出埃及記三十四 28

摩西在耶和華那裏四十晝夜，不吃飯不喝水。他把這約的話，那十條誡命，寫在版上。

### 士師記二十 26

以色列眾人和全體士兵上到伯特利，坐在耶和華面前哭泣。那日，他們禁食直到晚上，又在耶和華面前獻燔祭和平安祭。

### 撒母耳記上七 6

他們就聚集在米斯巴，打水澆在耶和華面前。當日他們禁食，說：「我們得罪了耶和華。」撒母耳在米斯巴作以色列人的士師。

### 撒母耳記下一 12

他們為掃羅和他兒子約拿單，以及耶和華的百姓和以色列家的人悲哀哭泣，禁食到晚上，因為他們都倒在刀下。

### 尼希米記九 1-3

<sup>1</sup>這月二十四日，以色列人聚集禁食，他們披麻蒙灰。<sup>2</sup>以色列的後裔與所有的外邦人分別出來，站著承認自己的罪和祖先的罪孽。<sup>3</sup>那日的四分之一，他們站在自己的地方念耶和華——他們神的律法書，又在那日的四分之一認罪，敬拜耶和華——他們的神。

### 以斯帖記四 16

你當去召集書珊所有的猶太人，為我禁食三晝三夜，不吃不喝；我和我的宮女也要這樣禁食。然後我違例去晉見王，我若死就死吧！

## 約拿書三 5

尼尼微人就信服神，宣告禁食，從最大的到最小的都穿上麻衣。

## 使徒行傳十三 2, 十四 23

十三2 他們在事奉主和禁食的時候，聖靈說：「要為我分派巴拿巴和掃羅去做我召他們做的工作。」

十四23 二人在各教會中選立了長老，禁食禱告後，把他們交託給他們所信的主。

## 但以理書九 2-3

<sup>2</sup>就是他在位第一年，我一但以理從書上得知，耶和華的話臨到耶利米先知，論耶路撒冷荒涼期滿的年數為七十年。<sup>3</sup>我面向主神，禁食，披麻蒙灰，懇切禱告祈求。

## 尼希米記一 4

我聽見這話，就坐下哭泣，悲哀幾日，在天上的神面前禁食祈禱，

## 馬太福音四 1-2

<sup>1</sup>當時，耶穌被聖靈引到曠野，受魔鬼的試探。<sup>2</sup>他禁食四十晝夜，後來就餓了。

## 約珥書二 12-13

<sup>12</sup>然而你們現在要禁食，哭泣，哀號，一心歸向我。這是耶和華說的。<sup>13</sup>你們要撕裂心腸，不要撕裂衣服。歸向耶和華—你們的神，因為他有恩惠，有憐憫，不輕易發怒，有豐盛的慈愛，並且會改變心意，不降那災難。

## 詩三十五 13

至於我，他們有病的時候，我穿麻衣，禁食，刻苦己心；我所求的都歸到自己身上。

## 撒母耳記下十二 16

大衛為這孩子懇求神。大衛刻苦禁食，到裏面去，躺在地上過夜。

## 歷代志下二十三 3

約沙法懼怕，就定意尋求耶和華，在全猶大宣告禁食。

## 使徒行傳九 9

他三天甚麼都看不見，也不吃也不喝。

## 馬太福音十七 21

至於這一類的鬼，若不禱告禁食，他就不出來。

## 哥林多後書六 4-7

<sup>4</sup>反倒在各樣的事上表明自己是神的用人：就如在持久的忍耐、患難、困苦、災難、<sup>5</sup>鞭打、監禁、動亂、勞碌、失眠、飢餓、<sup>6</sup>廉潔、知識、堅忍、恩慈、聖靈的感化、無偽的愛心、<sup>7</sup>真實的言語、神的大能、藉著仁義的兵器在左在右、

## 馬太福音六 16

你們禁食的時候，不可像那假冒為善的人，臉上帶著愁容；因為他們蓬頭垢面，故意讓人看出他們在禁食。我實在告訴你們，他們已經得了他們的賞賜。

## 路加福音十八 11-12

<sup>11</sup>法利賽人獨自站著，自言自語地禱告說：『神啊，我感謝你，我不像別人勒索、不義、姦淫，也不像這個稅吏。<sup>12</sup>我每週禁食兩次，凡我所得的都獻上十分之一。』

## 撒迦利亞書八 19

萬軍之耶和華如此說：四月的禁食、五月的禁食、七月的禁食和十月的禁食，必成為猶大家的歡喜和快樂，以及美好的節期；所以你們要喜愛誠實與和平。