

# 40 Day Fast ⇔ 40 Day Feast

——慕主先鋒教會主日信息

Christopher Yu 傳道

2025 年 8 月 24 日

家人們平安！很開心可以跟大家來分享，有一段時間了。我今天其實主要的講道會用英文來分享，免得我的 30 分鐘資訊變成 3 小時。所以為著愛大家，我今天就用英語來分享今天的講道。所以我們就開始吧！阿們！

上個禮拜，瑪蒂娜牧師分享到神對我們教會、我們城市的應許。我們正要進入一個三年的突破期，是一個《以賽亞書》54 章的時刻。這是一個擴張的季節；同時這也是一個爭戰的季節。我們要一起來爭戰，以至於我們可以一同來擴張。

瑪蒂娜 (Martina) 牧師上次分享說，我們來爭戰、來得著這個應許，如同以色列人進到這個迦南美地的時候，我們一起來宣告：“我們來爭戰，我們一同得著神的應許。”

瑪蒂娜 (Martina) 牧師跟我們分享，其中一個爭戰的區塊，就是我們的思想。我們要爭戰到我們的思想完全被轉化。我相信這 40 天的禁食，不只是我們的思想要被更新，我們的心更要被更新。跟旁邊的人說：“我的心需要被更新，我的

心要得更新了。”這 40 天當中，神要給我們一個新的心。禁食就是可以達到這個目的。禁食可以改變我們心裡面的那個舊的皮袋，更新它。

把那個舊皮袋換成一個新的，因為在這個季節我們需要一個新皮袋來盛裝神要做的。我知道我們都明白禁食就是你要舍去一些食物，但我要告訴你：是超過捨棄。**禁食最重要的不是禁止吃食物，禁食並不是關於只是禁止吃食物，而主要就是關於禁食“自己”。**我們一起來說：“我們禁食‘自己’。”這個聽起來有點怪，但它意味著就是說，**有任何的東西攔阻我可以更靠近神、更愛神，我們就來禁止那些事情；有任何人事物攔阻神更加來擁有我們這顆心，我們求神把它挪去。**

如果是我對食物的渴望，如果是我需要被娛樂的渴望，或者是我需要更多安全感、更多的金錢，如果這一些成為我跟耶穌的攔阻，成為我全心獻上給祂的一個攔阻的話。那我就說：“主啊，禰把這些都挪去，我只要耶穌。”任何這個攔阻的東西，主啊，我求禰都把它挪去。禰才是我最大的獎賞，禰是我最大的產業。主，任何人、事、物來攔阻的，我求禰全部都挪去。我們把我們心最深處的地方向禰敞開。我們求神伸出祂的手來觸摸那個領域，讓祂能夠得著祂的工作。

你覺得這會痛嗎？是的，是痛。但是我告訴你，對一個

戀愛的人來說，它是值得的。如果你在戀愛的話，在裡面的疼痛其實是值得的。為什麼？當你在戀愛的時候，任何的代價你都願意付；當你戀愛的時候，你最渴望的，就是你把你全所有的，你有這個能力把你所有一切的代價都給予你喜愛的那個人，你願意把所有的生命傾倒在那個事情或那個人的身上。

而最大為一個愛人的獎賞，就是你能夠把你心的一切完全的傾倒。我們把手舉起來，說：“這就是我。我最大的獎賞就是能用全心來愛神，我在這個禁食當中最大的渴望，就是能夠活出這個牆上寫的字——耶穌！我唯一的熱情。”

我們一起來宣告：“耶穌！我唯一的熱情。這就是我，這就是我的生命，這 40 天這個就會發生”。阿們！禁食幫助我們，禁食就是讓那一些神賜給我們次要的，但是我們願意把這些次要的祝福能夠先放下。

當我們來禁食物的時候，我們是把祂所賜予我們的飲食，我們先把它獻上。我們把本來我們應該要吃飯的時間，我們不吃自然的食物，我們卻來吃、來飲用神的同在。我們把那個從肉身的食物得來的能量，我們把那些獻給祂。讓神成為我們超自然的能力；讓神的食物成為我們的力量、我們的能力。我們禁食是神賜給我們的食物，以至於我們來享用、來飲用祂。我們來說：“哈利路亞！”我們來說：“阿們！”。

我們來說：“感謝耶穌！”同樣的，當我們來禁時間，我們禁時間是因為我們把那個時間用來參與一些聚會，用那個時間來禱告、來讀經，我們把神所賜給我們的時間，用我們自由意志來選擇親近祂。

我們可以來滿足我們這無聊的欲望，我們來線上的採購或做一些娛樂的事物。我們看社交媒體上面看別人都在網路上做什麼，但我們現今選擇把那個時間、把那個能量、神所給予我的，我把那個再次獻給祂。我把我的心放在祂的面前，以至於讓神的話語成為我的滿足。讓祂的同在成為我的飽足！

你能想像把時間獻給神，禁食的喜樂嗎？同樣的，金錢也是一樣。我可以把我所有的金錢財物都存在銀行裡，當我看到銀行的帳戶一直往上爬的時候，我心就滿了安全感；當我知道我的銀行有幾百萬美金的時候，我心裡多麼有安全感；

我的虛擬貨幣一直在增長的時候，我裡面有多少的喜樂，多少的快樂。我可以買任何我想買的東西；我可以做我心所想的東西。那個能力，還有我裡面的安全感，因為我有這麼多神所賜給我的資源。

當我奉獻來禁食我的金錢的時候，甚至是那種讓我擴張我度量的給予的時候，我們就選擇讓神成為我的安全感，當我們來禁金錢的時候，藉著給予，我們讓神成為我們銀行的帳號，天堂的一切都是我的銀行帳號，天堂是我的產業。

對於一個戀愛的人，剛我講這裡所列出來這一切，這個不是一個律法，而是一個祝福。**當我們如此來禁食，這個不再只是一個重擔，它應該成為你心中的喜樂和渴望。禁食是一個祝福，因為它讓你可以全心的來愛神。**當你能夠全心全意愛神的時候，在你的裡面有一些事情正在發生，在你裡面會有東西活過來。當你禁食、當你禁你的時間禁你金錢的時候，你的心開始活過來。因為你現在給予一個非常值得你生命代價的一個人，你在給予祂。為什麼在《聖經》上告訴我們，那個第一誡命它也是最大的誡命。

因為當第一誡命是在你生命當中的第一誡命的時候，你的生命就會成為偉大的生命，它讓你的生命成為一個值得活的生命。當你全心全意來愛神的時候，你開始明白為什麼你活著。在你生命當中那個活出來的意義，沒有任何人可以給你，也沒有任何金錢可以買的，沒有任何的職位頭銜是可以滿足的，在你裡面的身份突然之間是活過來。

當你將耶穌成為你一生唯一的熱情，當你這樣活出來的時候，當我們一起共同活出來的時候，或許我們不會成為一個有名的人。但我要告訴你，天堂所有天上的人都知道你是誰，當你全心全意愛神的時候，當你用全心來禁食的時候，人們可能不認識你，但是認識神認識你，天使都知道你的名字。你在地上可能不是最有恩膏的一個人，也許你有可能會，但我要告訴你，當你全心來愛神的時候，你就能夠得著天上

要賜給你最大的恩膏。

那個恩膏不在乎神跡奇事，或者是預言的靈。不是那個能夠醫治各樣疾病的神跡奇事，你就會開始得著全心愛神的恩膏。那些發預言的恩賜都有一天都會過去，但愛神這個恩膏是不會過去，它會成為你永永遠遠的產業，這個會成為我們永恆的產業。

用全心全意來愛耶穌，我要告訴你，這 40 天我很興奮。因為我知道我會遇見這個，我知道我裡面會有東西活過來，我會開始明白為什麼神把我放在地上，那些工作上的挫折，還有那些感覺，還有我生命當中一切的軟弱，神就會開始入侵在我的心裡。你和我，我們會面見神。我們一起來說：“阿們！”跟旁邊人說：“阿們！”。

禁食是一個很美好的事，非常的美，但是它也是非常的亂。事實上有時候禁食會讓你覺得很搞笑，你曾經禁食過你就明白這些。在你禁食之前，你覺得你是全世界上最棒的人，你可能覺得你就像摩西一樣，為人謙卑勝過世人，你的性情柔順。每個人都會生氣，除了你以外，你關懷人很多，你很有能力，非常強大。就像我一樣，我本來也是這樣想。

我本來以為我就像耶穌一樣柔和謙卑，但我開始禁食的時候，我突然有個極大的開啟，我本來那些外在的、很好的這個榜樣，那些我能夠掌控我行為是靠著吃食物的能力，原

來有的這些力量，那些都完全的跑掉了。

你們一定感受過，當你很軟弱的時候，你可能生病或者你正在禁食，你的那個耐心突然之間就沒了。

以前你不太在乎的事情，突然之間你就開始在乎。這就是我，通常我不會對某些人生氣，突然之間我沒有能量去控制我的感受，我也沒有曾經我擁有的耐心，因為我很餓，我很軟弱，而且我非常容易被人家搞煩，我心裡我已經沒有耐心了。

你就知道你有沒有禁食過，禁食不是最難的事情。最難是當禁食要結束的時候，你已經快要到終點，你也可以聞到食物的香味，你也可以感受到下一餐的味道，你甚至可以摸到那個食物，你又知道那個食物還不會進到你嘴裡的時候，然後突然你想到：啊，我還要再等。然後可能餐廳或是煮飯的人突然之間他晚點才做，你沒有辦法吃到那餐飯。或者你在等，跟你另外一半要來享受那餐的時候，你已經禁食 40 天了，你第一餐可以一起享用。本來那個人說好要跟你一起吃的，結果他 5 分鐘遲到，已經聞到那個食物的香味，你也看到菜單了，你甚至有異夢異象關於你正要吃的食物，但那個人就是不來，30 分鐘過了，一個小時過了，算了。我乾脆把這個餐廳燒掉了，我去別的地方吃飯，因為我太餓了。

禁食會彰顯你裡面那個最軟弱的地方，它通常會顯明你

看不見你裡面的軟弱。你有沒有跟一些人吃飯的時候他飯前禱告？他平時飯前禱告都很短，突然他從上帝領受了一個負擔。主為著這個食物感謝，主啊為著那預備的雙手感謝你，你知道他們生命應該不容易，主啊你祝福他。然後他在禱告的時間，你就一直聞到這個食物的香味，你的口水開始流出來，那個人繼續的禱告，主，我不只為這些人禱告，主啊美國需要你啊，美國需要復興。主，降下禰的復興！我們要把白宮每個人都獻上，我們為總統來禱告，智慧充滿他！Oh 主啊！不止總統還有很多人都需要智慧。我們為列國來禱告，為非洲、為以色列來禱告。

3 分鐘過了、5 分鐘過了，你趕快禱告完，我需要吃飯了，我請你謝飯禱告不是要開始一個禱告會。你們明白這種感覺，當你很想要吃的時候，其他人的謝飯禱告太長，禁食它會顯明你裡面的光景。我鼓勵你嘗試看看，下次你跟很餓的人要吃飯，試試看 10 分鐘禱告。看看會發生什麼事情。當你禱告完你說：“阿們”的時候，不但他的食物沒了，你的食物也會不見。

**禁食會顯明你裡面有一個很饑渴的一塊是你平時看不到的，但我要告訴你，就是在那個顯明的過程。就是神遇見你的地方，就在你很挫敗的感覺，就在你感覺很痛苦的當下，那就是神要遇見你的地方。我們時時是可以感受到我們的軟弱，我們在禁食的時候常常會很沒有耐心，不耐煩常常會越**

過你的大腦，就直接從嘴巴講出來。你是這樣的軟弱能夠感受到你自己裡面的軟弱，但同時你也是那樣能夠容易感受到神的同在。**禁食會讓我們不但對好的還有不好的都更加的敏銳，但我要跟你分享，因為你們都是愛神的人。僅僅就是神的同在，都會讓這一切值得的。**

當你嘗到在禁食當中的喜樂，你就不會再回去了。沒有人再需要鼓勵你去禁食，不再關乎只是禁止吃。當你嘗到它，禁食就變成一個饗宴享受祂的同在。不是 40 天的饑餓，不是 40 天的受苦而已，而是 40 天的饗宴，40 天的來遇見，而這 40 天你一直被神的愛來傾倒、來充滿，以至於你更加的愛祂。不再只是一個監牢，而是那一扇門讓你可以進到上去遇見祂。

我要跟你說，40 天要成為 40 天遇見神的時刻，要成為 40 天饗宴的時刻，你要嘗到神這麼大的愛，而不是你用力克制自己不去吃。我相信遇見神是多麼大的經驗，超過你完全忘掉想吃飯。我相信你會被神的豐滿所充滿，神的愛那樣的豐滿！這就是神帶我們進到 40 天禁食的心意，很多人禁食為了不同的原因。我現在來講 7 點，很快。如果你想要記筆記的話，現在你可以拿出來。

很多人禁食**為了在服侍上能夠經歷神更大的能力**，耶穌 40 天禁食在曠野的時候。他禁食完 40 天，他就行走在聖靈的能力。耶穌也曾經說過，有些邪靈無法被趕出，除非你禁

食禱告。我們禁食能夠經歷神的大能，你也可以禁食。

**為了你要來領受末世的一些啟示**，但以理這個先知也如此做，他用禁食來尋求神的心意，神就把他領受的一些異象來顯明解釋給他，我們可以禁食來領受啟示。

你也可以禁食來看見**神對城市或國家的應許來成就**，但以理同時也如此禱告，他禁食為了要看到耶路撒冷能夠歸回。

**你可以禁食來停止一些危機**。末底改還有以斯帖禁食以至於他的國家百姓能夠得拯救，你可以禁食來化解危機。

**第五，你可以禁食來呼求保護**。以斯拉在進到回歸的時刻，他就先來禱告求神保護他們的團隊，你也可以如此禱告。

你也可以來禁食禱告，**為要尋求前面的方向**。你看新約裡面各樣都是這樣的禱告，使徒行傳他們求神引導他們方向。你可以為了尋求方向來禁食。

但我現在來跟你分享，當耶穌死的時候，他介紹了一個新的禁食。**而這個禁食是誕生於一個愛的渴望，這是一個新的禁食的方式。而是禁食來更加注目到神的愛，來更加遇見到耶穌，這個禁食是誕生於你裡面的一個不滿足。**

他禁食說：“主，我現在沒有禰，我是不滿足的！我沒辦法每一天都是日常公式的生活，主，我需要更多！主，我不要一直這樣沉睡下去。”

這個不是禱告去改變你的環境，你也不是為了能力或者保護來禱告，而是為著你裡面的改變來禱告。耶穌這樣來提到，我們一起來讀神的話，我們一起來讀。《馬太福音》9章14-15節，……“我們和法利賽人常常禁食，你的門徒倒不禁食，這是為什麼呢？”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。

主在這邊說到，有一天將來到，當我不再親自陪在你身邊時，你就會開始經歷到一種痛苦在你的心裡。而這個痛苦就會一直逼著你往前做一些事情，那個痛苦就是說到你對耶穌的一個切望，還有盼望。那個痛會超過生命當中任何的疼痛，甚至超過那個不吃飯的痛苦，或超過你得不到這個娛樂的滿足，在你裡面你會如此的切望耶穌。

而那個感覺會完全的佔有你全人，他說將到的那一日，那時候他們就要禁食。他沒有說有可能，他沒有說如果有可能，而他確據的說“到那時候他們就該禁食。”主，正在恢復正在蘇醒你裡面的渴望。不再是因為別人告訴你說：“你要開始40天禁食”，“慕主先鋒今年開始要有個40天的禁食”，“因為慕主先鋒這樣講，所以我們就要這樣做”。

主告訴我們是超過別人告訴你，還有一個更緊迫在你裡面！我在你的裡面要生產出一種哀痛，生產出一種渴慕，以

至於你要完全的來禁食。這樣的禁食，不是為了外在的改變。  
**這邊所提到的禁食，是為著新郎的一種哀痛，是一個愛的禁食，是一個渴望的禁食，是一個能夠轉化你的禁食！**而最好呢，是你自己都渴望要這樣做。你沒有這樣去經歷到，反而變得奇怪。我相信，神的靈要臨到祂的教會，以至於教會每一個人都要來經歷這邊所講到的禁食。

這個其實也是我的故事，這是我的見證。在我生命當中有一段期間，我將一整年分別出來尋求神。那個時候，我線上上開始參加一個神學院，在那一年當中，我就聽到在神學院裡面很多人，他們一個禮拜當中禁食兩天。

那個就激動了我、攪動了我。我一輩子從來沒有聽過，有人一個禮拜禁食兩天。但我聽到為什麼他們這樣做，就是因為這節經文：“到那日他們就要禁食”，是裡面一個極深的渴望，極深的愛。而他們對神耶穌的渴望攪動了我，我說“如果他們這樣渴望禱，主，我也要渴望禱。”

所以我就開始來操練，我從一天開始操練，當我剛開始操練的時候，我這樣禱告，就這樣禱告：“主，不要讓我死啊。主，不要讓我死。”

我一輩子都吃得很好，我有一個愛的語言，就是食物。當你喂我的時候，你就擁有我的心。我一輩子都吃得很好，但在這個中間禁食的時候，“我可不要死啊，主。”我不要

在禁食的時候，突然可能我身體缺乏某種營養素，然後我的耳朵就掉下來。

我說：“主啊，拯救我”。那時候我從來沒有禁過食，我就這樣開始，我感謝神，我兩個耳朵都還在我的臉上，我現在還是活得很好，而且我比以前還更健康。禁食最難的不是禁食而已，最難是禁食要結束的時候，最難就是對禁食的懼怕，你在裡面猶豫。“我要完了，我要受苦了。哦，40 天的饑餓。主啊，不要讓我死，我最愛的食物，每一個禮拜都去，很好吃的一盤一盤的食物”。這是最難的，其實就是對禁食的懼怕，當我回想的時候，我感恩，因為我踏出了第一步。

當我回看我的生命，我感謝主，不只踏出了一步，我持續的往前走，沒有一次是我對禁食操練而後悔的。

那一年我完全的獻給神，那一年成為我永遠不會忘掉的一年。不是饑餓的一年，而是遇見神的一年，而是想念神同在的一年。所以你知道我吃得非常好，那一年我吃神的話吃得非常的豐盛，神沒有讓我是空虛的。神在我軟弱的地方遇見了我，神在我懼怕的地方遇見了我。

而我那時候開始戀愛，一開始的時候並不是這樣，我不明白為什麼要禁食。我當時開始禁食的時候，我就拿了一節經文，我就拿神學院教我們的一節經文，《雅歌》的其中一節

經文，我就不斷的重複重複。就是這個經文，我選擇這個經文，中文一起來讀。

《雅歌》1 章 13 節，“我以我的良人為一袋沒藥，常在我懷中。”我的良人就像一袋沒藥，常在我的懷中。我那時候跟神說：“這個經文在講什麼？誰把這個寫在聖經裡？我沒有情感，完全沒有情感。我也沒有任何的開啟，任何的感受。”

而且我非常困惑，為什麼他說“一袋沒藥”？而且“一整夜”“在我的胸口”，我是個男人哪，神！（這個中文沒有寫，英文是講胸部，中文是說懷中。）我說神哪，你這個寫錯了，這個是什麼意思？我完全不懂，我也不想要明白，我就把這個經文帶到神的面前。

我就開始做些研究這個經文在講什麼，當時我在神同在的一個山下，每週二、三我禁食的時候我都會去那個山下，我就拿這個經文，我就說：“什麼是沒藥”？你可以看到這個圖像，它是粘粘的那個東西。

我那時候在禁食，我說“神哪，這看起來就像糖嘛？你可以把它變成像珍珠奶茶，你把五餅兩魚的神跡都做了，你把這個變一下吧。我好餓，看起來就像糖。然後葉子，你能把它變成空心菜？我好餓啊”我是這樣開始操練禁食的，我頭腦想到的都是食物，完全不明白。

但我開始持續操練的時候，我把這個經文放在神的面前。

“一袋沒藥，是我的良人，整夜就在我的懷中”。我突然有個開啟：“沒藥”講到神的受苦，講到神這樣願意為我們受苦，我以為我已經明白，在教會多年，每次講臺上每個人都說“耶穌愛你”但是我的心沒有明白，我的心沒有經歷。也許我們當中有些人也是如此，你在這邊很久，但是你不完全明白神對你的愛。我就是如此，我當時不明白這個經文在講什麼，但他喚醒我，我明白他的受苦。

耶穌不是為我受死，因為他必須為我受死。耶穌為我受死，是因為他選擇為我受死，沒有人逼他上十架，當他在十字架上，當他被釘十架的時候，當他被鞭打的時候，他不是沒有能力的，相反的他充滿能力。

任何的時刻，他可以禱告求神賜下天使來拯救他，他只需要開口講這句話：拯救我！受苦的那杯很快就被挪去，每一滴流下來的血，沒有任何人強逼他，每一滴血都需要他自己甘心樂意的流下，不是因為他必須，而是因為我對他是值得的。

他為我的受苦，就如同一袋沒藥，而他不是只是一袋沒藥在任何地方，而他是在我的懷中、我的心上，他不是在我的頭上，他不在我手或腳上，而他是在離我心裡最靠近最珍貴的地方。他為我的受苦就是我和他親密的地方，我為他是

那麼值得，而他願意這樣為我受苦、受死。

突然之間，我在看《耶穌受難記》電影的時候，我看到每一秒每一個時刻他受苦都是他心甘樂意的，而他還是選擇這個，因為我對他是值得的。我就問他那個問題，如果你還需要重新再來一次，主啊，禰願意這樣做嗎？當你在禁食的時候，你的心是多麼的柔軟。主說：是的！當你心柔軟的時候，神說“是的”祂穿透了你的心。

而我是對他是這麼樣的珍貴，他願意重新再為我釘一次十字架，只是單單為了我，我對他是值得受苦的，他就這樣對我說。當你在禁食的時候，你的心如此柔軟，讓你的眼淚就流下來，你開始就紮根在祂的愛，你就開始來品嚐是你從來沒有嘗過的，神的愛是我從來沒有嘗過的味道。

因為在禁食的時候你的心就柔軟了，你柔軟是對著不好的情感，但同時對著耶穌的情感也是柔軟的，而祂就開始改變了我。祂改變了我的自我認知，就是其中一個我在那邊默想的經文。

這裡說：你所看到的每一個英文，我花了超過 20 個小時在神同在的山下來默想這些經文，每次我來默想的時候，我的眼淚就會流下來。

我開始明白我對耶穌是如此的重要，這不是一個禁食，而是一個饗宴，我開始知道我對祂的價值。

《雅歌》2 章 14 節，“我的鴿子啊，你在磐石穴中，在陡岩的隱密處。求你容我得見你的面貌，得聽你的聲音；因為你的聲音柔和，你的面貌秀美。”

當我感覺我很軟弱的時候，我好像沒有那麼愛神，當我在禁食的時候，我沒有那麼好的表現。甚至我禁食在那個山下的時候，頭腦都是想的都是波霸奶茶和空心菜，但神的話卻這樣遇見了我的心，而祂要看到我的臉，我說：“主啊，現在不是禰看見我的時候，我很黑啊！我頭腦想的都是食物而不是禰。”

之前都是全部為著耶穌，當我在禁食的時候，全部都是為了食物，我感覺很軟弱。主，禰還要見我嗎？禰真的還要見我嗎？主說是的，因為你的聲音如此柔美，你的面貌如此秀美。在那個時刻，我能夠跟他說的是：“耶穌，禰為什麼如此愛我？”

一輩子從來沒有人這樣愛我，我甚至自己都不愛自己，我自己都沒辦法接納我自己。我能夠感受到我的罪惡，還有我的軟弱，但禰卻要我，卻要看到我的面貌，禰卻要聽我的聲音。誰能像禰一樣愛我呢？誰能對我那麼好？只有禰，只有禰，這就是為什麼耶穌那麼美麗，這就是為什麼禰那麼可愛，禰的愛對著我是無條件的！當沒有人認識我，連我自己都不愛我自己，禰卻要見我，禰卻要遇見我，禰說我是值得

的，禰說我是值得禰為我受死。在那個時刻我來品嚐祂對我的愛，我的身份也開始改變，我開始明白我是誰，我明白祂怎麼看我，我明白祂的渴望是為著我。

當我的眼目不是那麼專一在耶穌身上，祂卻說我的眼睛如同鴿子眼。我眼睛亂看到處看，但祂對我說：不，你有鴿子眼，你卻是愛我；你的愛很軟弱，但我看見是真實的。你可能沒有像別人一樣那麼忠實的愛我，但軟弱的愛不代表是假的。克裡斯（Chris），我看見你對我的愛。我說你的愛是真實的，你的眼目就如同鴿子。

我就開始想持續的來享受祂的話，當我持續來默想祂的話時候，我的身份就開始一直建造在祂的話語上，我就更加的渴望。我說：主啊，如果禁食這麼好，不止一個禮拜一天，我要嘗試兩天。沒有人告訴要這樣做，沒有人說：克裡斯，你應該更多禁食哦，禁食是很健康的哦。你需要來減肥哦，你需要來改變你的健康，所以你要禁食，沒有任何人告訴我這些事情。

而在我裡面有一個極深的渴望，因為我嘗到了筵席的味道，所以我說我要更多。我還有一個開啟，禁食不應該是我懼怕的，而是完全的相反，不是饑餓而是狂吃，而是狂來享受神的同在。

我最後要用這一點來解釋，不是我的思想開始對禁食有

所改變，那禁食的一年當中，我心裡面的皮帶也改變了。而我去的地方也開始改變了，祂也開始改變我花時間的方式。而祂更深的改變我渴望的東西和人事物。

你知道在生命當中我們有很多的決定要做，每個人說：“計畫 A，計畫 B。”。我們一起說：“計畫 A，計畫 B。”我們生命當中我們每次都在計畫 A 或計畫 B，我也是如此。

其中一個選項就是大學我要去哪裡讀？如果你能夠選擇去美國前 20 名或者前 100 名的大學，你會去哪一所？這是一個很簡單的問題，我們都要去前 20 名的大學。我說：“主啊，我就是要去好學校。”對我來說，伯克萊大學或者是聖荷西大學，我要去那前 20 名的學校，為著禰（我的榮耀）。為著你我的榮耀。”這聽起來就是一個很好的見證嘛！因為這個人愛你多，他就去到伯克利（Berkeley）大學，那不是社區大學哦！神恩膏了他，他去到了很好的大學，“哇！主啊，這個見證太好了！因著你，不是因著我的榮耀。”

當時我明白祂的心，祂要我去聖荷西（San Jose）大學，我在那邊掙扎，因為選擇學校跟我的身份價值有關。我說：“主啊，你如果要我去加州的州立大學，我就不需要那麼用功讀書嘛！人家可以閉著眼睛走進那所學校，我那麼努力學習，你竟然讓我去州立大學！”當時神就對我的心說話，神說：“克裡斯，你可以去你想去的，我不會阻止你的。但是

孩子，你如果去了一所不那麼好的學校，你對自己的身份認知是什麼？你仍然有價值嗎？”神問到我的最核心部分。

但感謝主，我曾經經歷過，因為我正在禁食，我也沒有力量，我也沒辦法表現很好，**在那個最軟弱的時候，我可能對別人沒有那麼有價值，但我對他是有價值的。我可能甚至不想看到自己的臉，但神想看到我的臉。**我知道我是誰。那一年的禁食，讓我對他如何看待我有了更深入的瞭解，儘管已經過了好幾年，但我還是做出了順服神帶領的選擇。

當我回首往事，我看到了它的美麗：那個大學的功課沒有那麼難，這讓我有額外的時間去真正認識別的基督徒，讓我有更多的時間去瞭解我的校園的需求，讓我看到竟然沒有人向上帝祈禱。在那段時間裡，我回頭看我最初做出的那個艱難的選擇，因為我緊緊抓住他，我知道我從神來的身份，我們在大學建立了一個以前沒有的禱告殿，是一個非盈利組織。

**如果我沒有全心來擁抱禁食，可能我絕對不會有力量去做這個。那個對神說“是”的能力開始改變我之後人生的一些重大的決定，包括我畢業後的工作選擇。**

我再問一個問題：“有一份工作的報酬是另一份工作報酬的兩倍三倍，並且給你一個更高的職位，那家公司也更出名一會選擇哪一個？”是很簡單的選擇。我說：“神啊，當

然了，為著我的榮耀，主啊，拜託讓我進這個公司。”主又問我：“如果你去的話，你對你的認知是什麼？如果你去一個沒有名的公司，如果你做一份薪水不高的工作，這對你的價值有影響嗎？你認為你自己是誰？”我不覺得神在攔阻我，但神問了我這個問題，這讓我回到“我是誰”這個根源。感謝主，那一年，我嘗到神的愛和神同在的盛宴，我有能力去順服當時神對我的引導，我就選擇了那份薪水比較少的工作。

我現在回頭看，看到這件事的美麗，這是一個很長的故事，沒有時間跟你們分享。那個時候，我能夠認識到很高的位置的一個人，這個很厲害的人是我的老闆，因著認識這個人，我就開始有很豐富的工作的經驗，而且藉著這份工作，神就開始醫治我的心，甚至祂顯明一些甚至我裡面自己都不知道的傷害，也就是那個季節，神呼召我要帶弟兄組。

最後一點，祂也開始改變我之後會娶誰，我的婚姻不再是我自己想選擇什麼樣的人。我說：“主，禰喜愛誰？因為我知道禰怎麼看我，當沒有人要我的時候，主禰要我。”那個愛的盛宴就是我跟誰結婚的根基，說來話長，但你們都知道這個故事在去年結局，我就在這裡娶了我夢想當中的女人。如果我沒有踏出第一步，靠我自己是沒有辦法的。

這 40 天，我相信神已發出邀請，**這是一個改變你以後生**

活中如何做出決定的邀請。神邀請你進入到與祂相遇的 40 天，神邀請我們進到這 40 天的饗宴，這 40 天，會改變你的一生。你將來的很多的決定會改變，也許神會感動你去更好的大學，拿更高薪水的工作，可能跟我的決定不一樣，但是**你有能力順服神**，是因為這 40 天你飽嘗神的愛。

我今天邀請大家做參加 40 天禁食的決定，這將改變你未來 40 年的生活。我們每一個人選擇的禁食不一樣，有可能你的禁食是在生命中小部分來進行，沒有問題，你只要有“是的”的意願，我保證神會與你相遇，這也將成為你一生中與神更大相遇的門。

我相信這 40 天神要來造訪我們，不是 40 天的痛苦，而是 40 天的饗宴，神要來造訪我們的心。我們要做的微小的決定，會影響我們一輩子，會影響我們所看的和所去的地方。

我相信這 40 天是神造訪的 40 天。你的禁食跟旁邊的人會不一樣，你唯一需要的就是向神的願意的心，就是：“主，我在這裡，我還不知道我要禁什麼，可是我要向你說，主我愛你，我要禱成為我唯一的熱情，我要來經歷禱！主，禱來造訪我。”

好不好大家跟我一起舉手，說：“耶穌幫助我，這 40 天我要來經歷禱！主，不是痛苦，不是禁食而已，更是一個宴席，我要享受禱的話語，我要享受禱的愛。主，禱要來造訪

我，主我願意。主，我在這裡，我要把我全心獻給禰，我要全心的來愛禰。主，禰來幫助我；主，禰加力量給我；主，我要回應禰的邀請，幫助我踏出來，幫助我全心來愛禰。主我在這裡。”

我數到三的時候，好不好你跟神來你跟神來回應？我數到三的時候，你也可以走到前面來回應，你也可以在你的椅子上來回應。我們一起來跟神回應：“主，我要！主，這 40 天，我要！不是 40 天的痛苦，反而是我要被造訪，我要經歷到主禰幫助我，禰摸著我。主，渴慕更多經歷到禰！”

1 ! 2 ! 3 !