



信主多年，我明白要讓神改變我原有的生命是一件很艱難的事，所以我並不期望會發生什麼改變。只求過「一般家庭」那樣平凡的生活，不要有什麼大災大難就好。可是事與願違，我家卻活成了一台不堪的戲。

以前住加州的時候，我家在朋友圈裏頗受關注。在癌症和厭食症都還不常見的九零年代中期，我得了癌症，女兒則患了厭食症。我沒了工作，先生的工作和家裏的財務也接連出現危機。家庭關係緊張，夫妻不和，父女反目，家中爭吵不斷，這一切都讓我身心俱疲，壓得我喘不過氣來。

那時，我心裏想的全是眼前的難處，哪裡有平安？覺得生活好愁苦！每次禱告都是求神改變我周遭的環境和身邊的人事物。那時我以為只有這些改變了，神才是慈愛的，才證明神是愛我的；否則，真不知信主是為了什麼？是為了受苦嗎？

現在，隨著時間過去，先生也去世多年了，



生命的改變

……天潤……

雖然周遭環境並沒有什麼大的改變，可是我清楚地知道，我們一家人乃是蒙了神豐富的恩典和保守才能走到了今天！我也漸漸明白，世上所謂的「好日子」不是祂應許要給我們的；我們眼中看重的一切，在神看來毫無價值。

神看重的是我們與神之間的關係以及我們與人之間的關係，祂要我們從心裡發出愛。就像出示紅牌警告一樣，神藉著苦難來提醒我，如果我還是像過去一樣是行不通的。我說的話語不造就人，我以「愛」為名所施行的教育卻傷害了孩子，我用自我中心的方式處理關係卻破壞了關係等等，這些過去我認為正確且習以為常的言行，只讓我離神更遠，跟人也失去和睦，無法享受平安。

現在的我越來越理解，難處越大，恩典就越多。過去的苦難讓我明白，若是我再用跟以往相同的態度和心思來解決問題，結果只會一樣糟糕，不

會成功的。我必須改變自己，否則無路可走。不是讓外面的環境改變，而是要我裡面改變。是眼光變，心思變，想法變，情感變，行為變，也就是我的生命要改變。因為我們的心思如何，活出的生命就如何。

還記得我第一次終於放下自己，站在女兒的角度和立場跟女兒溝通處理彼此之間的矛盾時，深深感受到她的感動。她的眼淚更讓我明白，換一種看法、換一種心思是多麼有力量。

感謝神賜下聖靈成為我的保惠師，在凡事上教導、指引、修正並安慰我。我要更多學習在生活中倚靠聖靈、順從祂的帶領；改變自己的生命，才能在人生的道路上成為得勝者。

美食收藏庫

台式油飯

……SOSO……

多年前在美國俄勒岡州念書的時候，從一位學長那裏學到如何用簡單又方便的方法，煮出好吃的台式油飯。從那時起，每次參加聚餐，台式油飯就成為我的招牌菜了。

材料：

圓糯米	3 杯
豬絞肉	½ - 1 磅
香菇	6 - 10 朵
蝦米	½ 杯
油蔥酥	½ 杯
雞湯	2 杯
麻油	約 1 大匙
醬油	2 大匙
米酒	1 小匙
鹽	適量
胡椒粉	適量

可選擇性地添加：

香腸	1 - 2 條
冷凍豌豆	½ - 1 包

作法：

- 糯米洗淨，倒入一杯雞湯，浸泡大約一小時。
- 香菇放水裏泡軟，洗淨瀝乾。去蒂，切成香菇絲。
- 蝦米放水裏泡軟，洗淨瀝乾。切成大約一公分長的蝦米丁。
- 若有香腸，則切成大約一公分立方的丁。
- 在炒鍋裏放入麻油，加熱起油鍋。先炒香香菇和蝦米。
- 放入豬絞肉，加入米酒和少許鹽巴調味，翻炒至肉變白。用鍋鏟將絞肉切散，才不會結成大塊。
- 續加油蔥酥和香腸丁炒一下，然後連雞湯一起將泡好的糯米倒入炒鍋，再加入一杯雞湯。
- 按個人口味加入醬油、適量的鹽和胡椒粉調色、調味。可以等湯汁滾了沾一點試試鹹淡。
- 等湯汁滾了，改轉中火一直翻炒，免得燒焦黏鍋。炒至米粒呈半透明，熄火。
- 電鍋的外鍋放兩杯水，將炒好半熟的油飯倒入電鍋的內鍋，用鍋鏟把油飯表面略為抹平，按下開關煮至開關跳起來，拿飯勺翻鬆一下油飯，蓋鍋讓它再燜一下即可。
- 若想要加入豌豆，可以在電鍋開關跳起來時，加入冷凍豌豆，拿飯勺翻一下讓它和油飯混合均勻，蓋上鍋蓋，再按下開關煮一下，開關跳起即完成。



聖經小故事

「信心之父」亞伯拉罕

……滿恩……

一提到亞伯拉罕，一般基督徒都知道他被稱為「信心之父」，那麼，這個頭銜是怎麼來的呢？答案就在加拉太書三章 6-7 節：「正如『亞伯拉罕信神，這就算為他的義』。所以，你們要知道：那以信為本的人，就是亞伯拉罕的子孫。」

「信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。」（希伯來書十一章 1 節）亞伯拉罕究竟在哪些事上體現他對神的信心呢？以下僅略舉數點：

一、因著信，蒙召就遵命出去，往將來要得地為業的地方去（創世記十二章 1-4 節）

亞伯拉罕原名亞伯蘭，當耶和華神對他說：「你要離開本地、本族、父家，往我所要指示你的地去。我必叫你成為大國。我必賜福給你，叫你的名為大；你也要叫別人得福。」因著信，他就照著神的吩咐，帶著妻子撒萊和侄兒羅得出去，往將來要得為業的地方去；出去的時候，還不知往哪裡去。

要離開對父母的倚靠、親友的網絡以及熟悉的環境，去到陌生的地方，是多麼難下的一個決定，更何況是還不知道要往哪裡去。而當時已經七十五歲的亞伯蘭憑著信心，牢牢抓住神給他的應許，一路跟隨神的帶領，搬遷了無數次，過著客旅寄居的日子。因著信，他撇棄了一切的倚靠，單單仰望神。

二、與神立約，改名為亞伯拉罕（創世記十七章 1-8 節）

當亞伯蘭（九十九歲）和妻子（九十歲）都已老邁，不能生育了，耶和華神與他立約，立他作多國之父。應許他不但會有孩子，而且他的後裔會像天上的星和海邊的沙一樣，極其繁多。亞伯蘭因著信，順服並回應神，改名為「亞伯拉罕」，宣告他是多國之父。



三、獻上獨生愛子以撒為燔祭（創世記廿二章 1-18 節）

當亞伯拉罕果真如神所應許的老來得子了，豈料，神竟要他把以撒做為燔祭獻給神。試想，有幾個人能做到呢？可是，再次因著信，雖然不知道為什麼神要他這麼做，亞伯拉罕還是順服了，願意把他的獨生愛子獻給神。當然，神是豐盛慈愛的，並沒有要他兒子的性命，只是藉此試驗他的信心，是否把神擺在第一位。

四、至死相信（希伯來書十一章 13-16 節）

亞伯拉罕死時仍未看見「多國之父」的應許，但他對神仍存著信心，明白他的應許不在地上，而是在天上；在地上只是客旅，是寄居的，神在天上已為他預備了更美、永存的家鄉。

或許你會認為這位信心之父的信心一直都是堅定、完美的，不是我們一般人可以做得到的，還是放棄吧，那你就錯了！亞伯拉罕跟我們一樣，也有軟弱、跌倒的時候，只是他從來都沒有放棄。

例如，當他遇到饑荒，帶著妻子逃難到埃及的時候，他的信心軟弱了；為了怕埃及人因他妻子貌美想殺他，就對外宣稱妻子是他的妹子。（創世記十二章 10-20 節）後來當他寄居在基拉耳時，信心又軟弱了，同樣怕因貌美的妻子的緣故被殺，再次謊稱妻子是他的妹子。（創世記廿二章 1-18 節）所幸兩次都有神的保守，他的妻子都被完璧歸還。同樣的錯誤，他竟然犯了兩次，但這並沒有攔阻他繼續跟隨神。

我們就跟亞伯拉罕一樣，從不斷地犯錯中，學習到信心的功課，願意更多來信靠神。所以，在我們的信心之旅中，不要在乎失敗，千萬不要相信仇敵的謊言和控告而輕易放棄跟隨主，最重要的是我們個人和神的關係，這才是旅途的終點。不要怕，我們並不孤單，有主一路與我們同行！

新年禱告文

詩篇六十七章 1-4 節

願神憐憫我們，賜福與我們，用臉光照我們，好叫世界得知祢的道路，萬國得知祢的救恩。神啊，願列邦稱讚祢！願萬民都稱讚祢！願萬國都快樂歡呼；因為祢必按公正審判萬民，引導世上的萬國。阿們！