



蕃茄海鲜汤

P.L.

12 月份总有许多聚餐，这道汤有浓郁的香味并配上喜气的颜色，一上桌马上会吸引大家的目光和食欲，蕃茄和海鲜的鲜甜味，大家一喝就上瘾唷！



材料 (5-6 人份)：

- 橄榄油 1 大匙
- 蒜头 6 瓣 (切成碎末)
- 洋葱 1 颗 (切成丁)
- 蕃茄 2 颗 (切成丁碎)
- 蕃茄糊 1/2 cup
- 白酒 1/3 cup
- 高汤 5 cups
- 月桂叶 Bay leaves 2 片
- 鸿喜菇 Shiitake 1 包
- 虾子 10 只 (开背去肠)
- 透抽 Squid 1 只 (切成圈圈状)
- 蛤蜊 Clam 10 颗
- 干贝 10 个
- 鱼片 10 小块
- 盐 适量
- 义式香料 Italian seasoning 适量
- 罗勒叶 Basil 适量

做法：

1. 锅内放橄榄油加蒜末及洋葱末拌炒。
 2. 倒入蕃茄丁和蕃茄糊，炒至香气出来。
 3. 加入白酒以及少许高汤炖煮约 20-30 分钟。
 4. 以食物搅拌棒 (或果汁机) 将锅内食材全部打成泥状。★
 5. 倒入全部高汤及月桂叶煮沸后，将鸿喜菇及海鲜料放入煮熟。
 6. 起锅前加盐巴及义式香料调味，上桌前再放入少许罗勒叶即可。
- ★喜欢细致口感的可打成泥状，喜欢粒状口感的可选择直接切成小碎块即可。



波特兰灵粮堂聚会与联络



- | | |
|-------|-------------|
| 中文崇拜 | 周日 10:45 AM |
| 祷告聚会 | 周二 7:30 PM |
| 成人主日学 | 周日 9:30 AM |
| 姐妹聚会 | 东北区以斯帖小组 |
| | 周二 9:40 AM |
| | 西区路得小组 |
| | 周四 9:45 AM |

- | | |
|------|---------------------------------------|
| 灵修专线 | (503) 334-3501 |
| 教牧 | 黄瑞发牧师 |
| 电话 | (360) 885-4488 |
| 电子邮箱 | bolccip@gmail.com |
| 网站 | www.bolip.org |
| 地址 | 550 NE 76th AVE
Portland, OR 97213 |



2016 年 12 月 // 简体中文版

医治全身的良药 1

食谱：蕃茄海鲜汤 4

阿发手记：重燃盼望 3

波特兰灵粮堂聚会与联络 4



你们在世上会有苦难；但你们可以放心，因为我已经战胜了世界。

(约翰福音 16:33b)

我的恩惠足够你用，因为我的力量在人软弱的时候最能显出功效。

(哥林多后书 12:9)



医治全身的良药

玉美

2013 年 2 月 10 日，我先生庆松在教会报告事项时，突然说了一半话就忘了接下来要讲什么。回家后，他不知道怎样打开电视，他忘了上计算机的密码，也忘了怎样打键盘和使用鼠标。

我带他到医院，当晚医院做了各样的检查。隔天早上，神经科医生宣布，他得了小中风，在他左脑的下方，有一根微血管被堵住了，这会影他的记忆、思考、说话、阅读和写作的能力。

庆松住进医院以后，就没说过一句

话，无论医生问他什么，他都说「好」。为了安慰他，使他心情好起来，我让他读儿子和女儿寄来的电子信，他读后完全没有反应。问他孩子们说了什么，他摇头表示不知道，我请他念给我听，才发现原来他念句子时，当中会漏掉一些字，所以就不知道整句的意思。我的心一下子掉进了深渊里，他比小学一年级生都不如啊！

晚上回到家，看着空旷的房子，我突然大哭，祷告问主耶稣：「为什么祢让庆松遭遇这种苦难？为什

生命河灵粮堂黄英敏传道带领先知特会：12/10-11 (六、日)

波特兰灵粮堂圣诞节聚餐及联合聚会：12/24 (六) 12:30PM



么？我们不是刚由台湾宣教回来吗？为了传福音，我们不是从南到北跑遍台湾吗？主啊，为什么？」

主耶稣一定看到了我的眼泪，也听见了我的呼喊。隔天早晨，祂差派了哈牧师来到医院。哈牧师是一位美国牧师，牧会 45 年后退休。他为庆松祷告后，看着我哭过的眼睛，做了以下的见证。

在他退休前，他太太得了脑瘤有十年之久，他一方面要牧会，一方面又要照顾太太，他常问主耶稣：「为什么？」有一次，他为了修理退修会场地的水塔，从最高处掉到坚硬的地面上，肋骨断了好几根，腿也摔断了，坐了六个月的轮椅。在这期间，他坐着轮椅不但要讲道，还要照顾太太。当时他问了主耶稣几百次的「为什么？」可是每次主耶稣都对他说：「你们在世上会有苦难；但你们可以放心，因为我已经战胜了世界。」主也对他说：「我的恩惠足够你用，因为我的力量在人软弱的时候最能显出功效。」

听了他的见证后，我从此不再问主「为什么？」了，何况我们有很多在美国和台湾的弟兄姐妹，都在为庆松代祷，有些家庭甚至每天晚上都全家跪下为他祷告。

从医院回家后，庆松还是不说话，只坐着发呆，我不知道该怎么办。后来我想到在中风前，他最喜欢唱诗歌赞美主，于是我问他：「我们来唱诗歌好吗？」他说：「好」。于是我找出几首以

前他最常唱的歌曲，像「主如明亮晨星」、「我最知心的朋友」、「我的心尊主为大」、「我相信」... 等。我们每天一起唱诗歌赞美主，一起祷告。

刚开始时，他忘了什么是祷告，也忘了怎么祷告，我就祷告一句，他跟着我祷告一句，几天以后，他就可以自己开口祷告了。接着我鼓励他读他自己翻译的诗篇。他说他读不好，会掉字，我说：「没关系，因为你是要念给主听，祂不会讥笑你，祂会帮助你，也会纠正你。」终于他开始朗读《简明圣经》的诗篇。刚开始时会掉字，而且口吃，速度很慢，好像小孩子在学习读书。可是他还是天天用朗读诗篇来亲近主、赞美主。主耶稣一定听到他从内心深处所发出的赞美，也知道他里面的努力与挣扎，二个月以后，他居然能很通畅而且不掉字地朗诵诗篇了。

后来庆松决定回去继续录完诗篇和箴言的朗读版。帮我们录音的美国弟兄听到他朗读的声音，抱着他的头大哭。圣经说，主的话就是灵、就是生命。祂的话不但是我们路上的光，脚前的灯，更是医治我们全身的良药。当医生不能时，主耶稣能！我们把一切歌颂、赞美都归给爱我们的主耶稣！

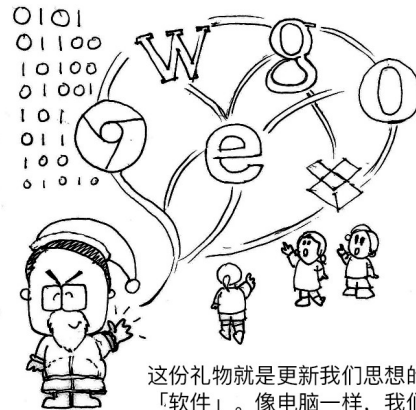


本刊文章欢迎非营利性转载，但请注明出处，谢谢合作！

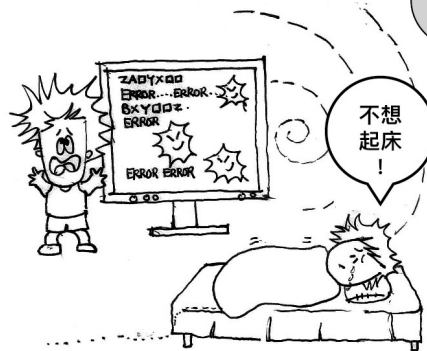


阿发手记：重燃盼望

by 白白



1 2
3 4



不过，这个系统有很多时候被病毒入侵，使我们不知不觉中，对自己、对所处的环境和对未来充满负面的看法，甚至忧郁起来。

唯有透过管理自己的思想和换上 神所赐给我们新的软件，才能活出满有盼望的人生。现在就请大家在圣经里找出这些宝贵的礼物吧！



神保护你：「你是我藏身之处，又是我的盾牌；我甚仰望你的话语。」 (诗篇 119:114)



神常与你同在：「凡我所吩咐你们的，都教训他们遵守，我就常与你们同在，直到世界的末了。」 (马太福音 28:20)



盼望：「但愿使人有盼望的神，因信将诸般的喜乐、平安充满你们的心，使你们借着圣灵的能力大有盼望。」 (罗马书 15:13)



得胜的生命：「然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。」 (罗马书 8:37)