



## 蕃茄海鮮湯

P.L.

12 月份總有許多聚餐，這道湯有濃郁的香味並配上喜氣的顏色，一上桌馬上會吸引大家的目光和食慾，蕃茄和海鮮的鮮甜味，大家一喝就上癮唷！



材料 (5-6 人份)：

- 橄欖油 1 大匙
- 蒜頭 6 瓣 (切成碎末)
- 洋蔥 1 顆 (切成丁)
- 蕃茄 2 顆 (切成丁碎)
- 蕃茄糊 1/2 cup
- 白酒 1/3 cup
- 高湯 5 cups
- 月桂葉 Bay leaves 2 片
- 鴻喜菇 Shiitake 1 包
- 蝦子 10 隻 (開背去腸)
- 透抽 Squid 1 隻 (切成圈圈狀)
- 蛤蠣 Clam 10 顆
- 干貝 10 個
- 魚片 10 小塊
- 鹽 適量
- 義式香料 Italian seasoning 適量
- 羅勒葉 Basil 適量

做法：

1. 鍋內放橄欖油加蒜末及洋蔥末拌炒。
2. 倒入蕃茄丁和蕃茄糊，炒至香氣出來。
3. 加入白酒以及少許高湯燉煮約 20-30 分鐘。
4. 以食物攪拌棒 (或果汁機) 將鍋內食材全部打成泥狀。★
5. 倒入全部高湯及月桂葉煮沸後，將鴻喜菇及海鮮料放入煮熟。
6. 起鍋前加鹽巴及義式香料調味，上桌前再放入少許羅勒葉即可。

★喜歡細緻口感的可打成泥狀，喜歡粒狀口感的可選擇直接切成小碎塊即可。



## 波特蘭靈糧堂聚會與聯絡



- |       |             |
|-------|-------------|
| 中文崇拜  | 週日 10:45 AM |
| 禱告聚會  | 週二 7:30 PM  |
| 成人主日學 | 週日 9:30 AM  |
| 姊妹聚會  | 東北區以斯帖小組    |
|       | 週二 9:40 AM  |
|       | 西區路得小組      |
|       | 週四 9:45 AM  |

- |      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 靈修專線 | (503) 334-3501                        |
| 教牧   | 黃瑞發牧師                                 |
| 電話   | (360) 885-4488                        |
| 電子郵箱 | bolccip@gmail.com                     |
| 網站   | www.bolip.org                         |
| 地址   | 550 NE 76th AVE<br>Portland, OR 97213 |



2016 年 12 月 // 繁體中文版

醫治全身的良藥 1

食譜：蕃茄海鮮湯 4

阿發手記：重燃盼望 3

波特蘭靈糧堂聚會與聯絡 4



你們在世上會有苦難；但你們可以放心，因為我已經戰勝了世界。

(約翰福音 16:33b)

我的恩惠足夠你用，因為我的力量在人軟弱的時候最能顯出功效。

(哥林多後書 12:9)



## 醫治全身的良藥

玉美

2013 年 2 月 10 日，我先生慶松在教會報告事項時，突然說了一半話就忘了接下來要講什麼。回家後，他不知道怎樣打開電視，他忘了上電腦的密碼，也忘了怎樣打鍵盤和使用滑鼠。

我帶他到醫院，當晚醫院做了各樣的檢查。隔天早上，神經科醫生宣佈，他得了小中風，在他左腦的下方，有一根微血管被堵住了，這會影響他的記憶、思考、說話、閱讀和寫作的的能力。

慶松住進醫院以後，就沒說過一句

話，無論醫生問他什麼，他都說「好」。為了安慰他，使他心情好起來，我讓他讀兒子和女兒寄來的電子信，他讀後完全沒有反應。問他孩子們說了什麼，他搖頭表示不知道，我請他念給我聽，才發現原來他念句子時，當中會漏掉一些字，所以就不知道整句的意思。我的心一下子掉進了深淵裡，他比小學一年級生都不如啊！

晚上回到家，看著空曠的房子，我突然大哭，禱告問主耶穌：「為什麼你讓慶松遭遇這種苦難？為什

生命河靈糧堂黃英敏傳道帶領先知特會：12/10-11 (六、日)

波特蘭靈糧堂聖誕節聚餐及聯合聚會：12/24 (六) 12:30PM



麼？我們不是剛由台灣宣教回來嗎？為了傳福音，我們不是從南到北跑遍台灣嗎？主啊，為什麼？」

主耶穌一定看到了我的眼淚，也聽見了我的呼喊。隔天早晨，祂差派了哈牧師來到醫院。哈牧師是一位美國牧師，牧會 45 年後退休。他為慶松禱告後，看著我哭過的眼睛，做了以下的見證。

在他退休前，他太太得了腦瘤有十年之久，他一方面要牧會，一方面又要照顧太太，他常問主耶穌：「為什麼？」有一次，他為了修理退修會場地的水塔，從最高處掉到堅硬的地上，肋骨斷了好幾根，腿也摔斷了，坐了六個月的輪椅。在這期間，他坐著輪椅不但要講道，還要照顧太太。當時他問了主耶穌幾百次的「為什麼？」可是每次主耶穌都對他說：「你們在世上會有苦難；但你們可以放心，因為我已經戰勝了世界。」主也對他說：「我的恩惠足夠你用，因為我的力量在人軟弱的时候最能顯出功效。」

聽了他的見證後，我從此不再問主「為什麼？」了，何況我們有很多在美國和台灣的弟兄姐妹，都在為慶松代禱，有些家庭甚至每天晚上都全家跪下為他禱告。

從醫院回家後，慶松還是不說話，只坐著發呆，我不知道該怎麼辦。後來我想到在中風前，他最喜歡唱詩歌讚美主，於是我問他：「我們來唱詩歌好嗎？」他說：「好」。於是我找出幾首以

前他最常唱的詩歌，像「主如明亮晨星」、「我最知心的朋友」、「我的心尊主為大」、「我相信」...等。我們每天一起唱詩歌讚美主，一起禱告。

剛開始時，他忘了什麼是禱告，也忘了怎麼禱告，我就禱告一句，他跟著我禱告一句，幾天以後，他就可以自己開口禱告了。接著我鼓勵他讀他自己翻譯的詩篇。他說他讀不好，會掉字，我說：「沒關係，因為你是要念給主聽，祂不會譏笑你，祂會幫助你，也會糾正你。」終於他開始朗讀《簡明聖經》的詩篇。剛開始時會掉字，而且口吃，速度很慢，好像小孩子在學習讀書。可是他還是天天用朗讀詩篇來親近主、讚美主。主耶穌一定聽到他從內心深處所發出的讚美，也知道他裡面的努力與掙扎，二個月以後，他居然能很通暢而且不掉字地朗誦詩篇了。

後來慶松決定回去繼續錄完詩篇和箴言的朗讀版。幫我們錄音的美國弟兄聽到他朗讀的聲音，抱著他的頭大哭。聖經說，主的話就是靈、就是生命。祂的話不但是我們路上的光，腳前的燈，更是醫治我們全身的良藥。當醫生不能時，主耶穌能！我們把一切歌頌、讚美都歸給愛我們的主耶穌！



本刊文章歡迎非營利性轉載，但請註明出處，謝謝合作！

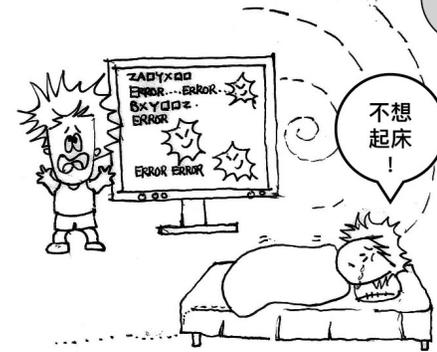


# 阿發手記：重燃盼望

by 白白



1 2  
3 4



不過，這個系統有很多時候被病毒入侵，使我們不知不覺中，對自己、對所處的環境和對未來充滿負面的看法，甚至憂鬱起來。

唯有透過管理自己的思想和換上 神所賜給我們新的軟體，才能活出滿有盼望的人生。現在就請大家在聖經裏找出這些寶貴的禮物吧！



-  **神保護你：**「你是我藏身之處，又是我的盾牌；我甚仰望你的話語。」(詩篇 119:114)
-  **神常與你同在：**「凡我所吩咐你們的，都教訓他們遵守，我就常與你們同在，直到世界的末了。」(馬太福音 28:20)
-  **盼望：**「但願使人有盼望的神，因信將諸般的喜樂、平安充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力大有盼望。」(羅馬書 15:13)
-  **得勝的生命：**「然而，靠著愛我們的主，在這一切的事上已經得勝有餘了。」(羅馬書 8:37)