

肉羹汤 — 安心

材料：

猪绞肉 1.5 磅，笋丝罐头 1 罐，香菇 12 朵，卷心菜半颗，香菜少许，鱼浆 1 盒

调味品：

蒜 3 颗，酱油，糖，米酒，沙茶酱，乌醋，玉米粉，鸡汤粉，黑胡椒粉，盐巴，油

做法：

肉羹的部份：

1. 蒜 2 颗切成蒜末。混合猪绞肉、鱼浆、蒜末、酱油 60 毫升、米酒 120 毫升与糖 1 茶匙拌匀腌制。
2. 起一锅热水，将腌制好的猪绞肉做成肉羹大小，下锅煮熟。而后捞起放至一边冷却。



汤头的部份：

1. 将泡软的香菇切成细条状。蒜 1 颗切成蒜末。半颗卷心菜切丝。
2. 起一锅水 (2400 毫升)，加入鸡汤粉 5 茶匙与笋丝，煮至水滚。而后放至一边待用。
3. 热锅下油及香菇炒熟后，加入高卷心菜丝继续热炒至卷心菜丝熟成。而后加入煮好的笋丝鸡汤及

肉羹。并加入沙茶酱 6 茶匙、盐巴和糖各半茶匙调味。

4. 调制适当的玉米粉和水勾芡，倒入步骤 3。(汤头呈微稠状即可)
5. 起锅前，淋上适量的乌醋(30-40 毫升)和黑胡椒粉提味。
6. 盛碗上桌时，加入少许香菜装饰。



波特兰灵粮堂

主日聚会： 周日 10:40 AM

祷告聚会： 周二 7:30 PM

献堂感恩崇拜与培灵特会：

本教会已购得新场地，自 **8/17/2014**

起，教会地点将移至以下新场地：

550 NE 76th Ave. Portland, OR 97217

并将于 **8/24/2014** 举行献堂典礼：

4:00-6:00PM 献堂典礼

6:00-7:30PM 餐会

7:30-9:30PM 培灵特会 (刘彤牧师)

欢迎参加与我们共同庆祝！

聚会地点 (8/17/2014 以前)：

Immanuel Christian Fellowship 楼下
909 NE 30th Ave. Portland, OR 97232

网站： www.BOLIP.org

电话： (360) 885-4488

2014年

八月

简体版

恩典之路



「你们从前好像迷路的羊，如今却归到你们灵魂的牧人监督了。」

<彼得前书 2:25>

迷途知返

很高兴我是一位基督徒，在我这个年纪还能像是一个任性的孩子，无论怎样跟天父撒娇、耍赖、闹脾气，祂都一样爱我。

记得刚信主时，对教会不熟，一开始觉得很新鲜，但是连接不够，加上不够热衷，所以开始倦怠。因心中不乐意，聚会就没有喜乐，因此不想再去。但心中又有声音说：「不行，你应该去！」

一个星期六的晚上，我跟神说：「我决定明天不去聚会，若你觉得我该去，祢自己想办法。」心里打算明天睡到自然醒，就不去聚会了。

隔天早上七点多，电话响了，心里嘀咕着：「谁啊？这么早！」原来是师母，她问：「Jennifer 啊！你家有花生粉吗？」我回复师母：「有。」她询问说：「可以带来吗？我蒸了麻糬，但花生粉不够。」我说：「可以。」于是我去聚会了。

本期内容：

迷途知返 1

爱与创造 3

食谱：肉羹汤 4

波特兰灵粮堂聚会与联络 4



波特兰灵粮堂



神借着小小的花生粉把迷途的羔羊重新带回羊群里，从此我就顺服神，长期稳定的去聚会。感谢主，我能够一直与肢体连接而没有落单，越常聚会就越觉得喜乐与平安。

在 2005 年，因先生生病回台照顾他，有五年的时间没有稳定聚会，但我的心是与主连接的。当我沮丧、无助、疲累时，神垂听我的诉苦与祷告。感谢主一直在我身边陪伴我，如同诗篇 23 篇 4 节说：「我虽行过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在，你的杖、你的竿都安慰我。」我深知神的恩典够我用！

三年多前，我到台湾新庄灵粮堂聚会，聚会的人很多，不容易认识彼此。后来加入小组后，在一次小组聚会时，一位姐妹分享有关教会对新人的关怀做的不够，她看到新人没人关切，聚会完没留下吃饭就走了。我就附和说：「对啊！我也有同感，教会应改进。」此时不多话的姐妹就说：「因教会人很多，同工难免不足，不用仰赖牧师、师母或同工，我们每人都是传福音的小尖兵，每个人都应摆上自己的那一份，看见不足就主动补上。」当下我感到羞愧，同时也感谢姐妹的提醒，只知批评而没有行动是于事无补的。求神保守，并时常提醒自己，多做少说，虽然我不免常犯错，希望未来在神的造就劝勉下更有进步。

去年六月五日到波特兰来，充分感受

到大家的爱，尤其是一位很有爱心的姐妹帮我安排好一切。最要感谢的是她介绍刘彤牧师的『每日灵修小品』给我。我每天早晨醒来就先看一遍，刷牙时再听一遍。若起的晚，在外面还可以打灵修专线：1-503-334-3501，真的很方便。短短的 5 分钟，刘牧师正确教导神的话语，用浅显易懂的话语和文字，帮助我们了解经文并活用在生活当中。例如亲子关系、人与人的相处之道、到如何传扬福音，都非常有帮助。虽然不一定做的到，但这成为我一天的供应、提醒与安慰。若你没听过，欢迎你一起来听。感谢赞美主！阿们！

— Jennifer

亲爱的朋友！如果你看完这篇文章有感动的话，可以作以下的祷告：

天上的父神！作者说：「当我沮丧、无助、疲累时，神垂听我的诉苦与祷告，感谢主一直在我身边陪伴我。」我很想象作者一样经历祢的真实（可对神详细而具体的说出你内心的感受），求祢帮助我，让我也认识祢。这样的祷告是奉靠主耶稣基督的圣名求，阿们。



本刊文章欢迎非营利性转载，
但请注明出处。

爱与创造

以前不知道甚么是“爱”，因为小时候家里从不提这个字，妈妈最多只会说“疼”，所以在我心中，“爱”是一个很抽象的观念，一个永远无法达到的境界。圣经里说神爱我们，可是无论我如何努力想象，还是没办法了解。直到一天，我想到自己多年前创作陶艺时候的心情。每次把一团泥拉成碗、花瓶或杯子的时候，心里总是非常雀跃。完成每一步后，我都会左看看、右看看，小心翼翼地把它们晾干、修底和上釉，无一刻不惦记着刚完成的作品。高兴到极点时，还恨不得把它们吞进肚子里。

我有时想，自己在操纵每一团泥的生命和结局，因为只有我知道它最适合变成怎样的作品。有些泥可以拉得比较高，可以作花瓶；有些泥较适合造成碗和碟子，虽然后者所需的技巧不及前者，但它却是谦卑的，能够盛载不同的东西，供人使用。

信主后回想这些创作经验，慢慢明白上帝造我们时的心情，必定跟我当时一样，对于自己手中的作品，无论大小高矮，都是充满了爱惜和欣赏。

记得在学习拉胚期间，老师曾经说有一天我终会明白，当泥顺服我、跟我合作的时候，感觉就会像跟它跳双人舞一样者，但它却是谦卑的，能够盛载不同的东西，供人使用。

泥也会有情绪病；一天可能很开心，

隔天可能会突然在拉胚时破掉，或者是从拉胚机上跑开，主要是因为泥中有杂质或气泡。对于一个陶匠，要把一个素胚打碎不是一件容易的事，因为一切都要从头再来。但是陶匠明白那是唯一让它有重生机会，成为更好作品的办法。越是把破碎的素胚泡在水里越久，泥就会越“老”，下一次拉胚时便变得得心应手，可塑性就越高。曾经跟我跳舞的往往就是这些被破碎过、长时间被水浸透过的泥。

刚开始学习拉胚时，花了很长时间把泥团对正拉胚机的中心。每天到创作室里就像跟泥摔跤一样。如果泥对不准中心，接下来就会有很多问题。例如在拉高时会把泥撕破，又或到最后收瓶口时，厚薄不均匀。所以对正中心是很基本的，也是非常重要的一步。

我这种与泥摔跤的日子持续了数年，直至经老师指导后，才发现我根本不用靠双手在不停转动的拉胚机上跟泥搏斗，只要我把全身的重心靠在泥上，再用手护着其中一旁，很快便可以把泥对正中心。记得每次做对的一刻，总感到周遭变得完全寂静，没有任何杂音，只有我和泥的存在。我想人生不也是一样吗？

只要我们信靠神，定睛注视祂，生命的中心点会自然对正，无论面对的环境瞬息万变都不用怕，也会轻易地被我们的陶匠塑造成有用的器皿。

— 小笛子