



蒜香猪肋排

Joy

爱吃肉又怕麻烦的人快来试试看，相信你一定会喜欢！这道简易蒜香猪肋排，让不擅长煮饭的你也可以轻松当大厨喔！

材料：

猪肋排 1 排

调味料：

蒜味粉 (garlic powder)

盐 (salt)

综合调味料 (seasoning)

黑胡椒粒 (black peppercorns)

做法：

1. 烤箱预热华氏 450 度。
2. 猪肋排洗净擦干，放置在烤盘上，表面撒上少许盐，依序撒上综合调味料、黑胡椒粒，最



后用蒜味粉撒满整个肋排。接着翻面，重复一样的步骤。

3. 将猪肋排放入烤箱，烤 25 分钟，接着翻面再烤 20 分钟即完成。

附注：

烤箱时间视猪肋排厚度调整时间。



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



2018 年 7 月 // 简体中文版

风浪中的平安 1

食谱：蒜香猪肋排 4

豆丁小碗子-不离不弃的爱 3

波特兰灵粮堂聚会与联络 4



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)



风浪中的平安

盼望

今年我走到人生的一个低谷，遇到不知如何解决的难处，受到很重的打击。

年初突然接到家人来电，要我尽快回家商讨处理家事，于是我就匆匆忙忙地飞回去了。没想到事情并非如我们所想的那么单纯，意想不到和难以置信的事接二连三地爆发，让我们一家错愕不已，每天都处在

备战状态，忙于想办法处理和应付。面对眼前一连串的惊叹号和问号，家人情绪十分低落，彼此之间的关系也一度变得非常紧张。

原来父亲过于相信人又心软，以致被一对亲戚蒙骗，公司被有计划地偷盗和侵占，已陷入窘境还不自知。直到发现的时候，父亲还不愿意接受被欺骗的事实，以致没能及

波特兰灵粮堂趣味广场：

排舞及乒乓球组

每周六 10AM~12:30PM，费用全免。垂询请电 408-331-2344。



时有效地阻止事态继续恶化，并采取应有的应变措施。

这对亲戚很有心机和手腕，平时结交了不少有钱、有权和有势的人，跟当地行政司法单位关系不错，也跟一个据说是通灵的宗教头目走的很近。东窗事发之后，不但毫无悔意，反而对外抹黑我们家，散布不实的谣言，并设下陷阱想害我们，还三天两头找流氓来闹事。

一个月之后，我带着颓丧下沉的灵和疲惫的身心返美。过了两天和先生去探望在念大学的儿子，晚上在旅馆房间里，我请他们为我祷告，因为当时的我既难过又气愤，压力很大，对人性充满怀疑，不明白为什么神让这样不公不义的事情发生？为什么神还不出手执行公义？不知前面的道路该怎么走才好？

当时儿子要我再讲一遍事情的经过，我一讲完，他就拿起圣经念了《诗篇》37篇。其中7-9节说：「你当默然倚靠耶和华，耐心等候祂；不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。当止住怒气，离弃忿怒；不要心怀不平，以致作恶。因为作恶的必被剪除；惟有等候耶和华的必承受地土。」我边听边哭，神的这番应许大大地安慰了我，知道神并

没有离弃我们，祂依然掌权，祂必秉持公平公义，为受屈的伸冤，报应那作恶的！

一念完，儿子马上接着为我按手祷告。我因着他的祷告服事，内心得着了医治和释放，肩上的重担顿时轻省了不少。

我对儿子如此「属灵」的举动感到十分讶异，因为这是从来没有发生过的事，若不是圣灵在他里面动工，他怎么会有这样的能力？他稍后解释说，刚刚听我陈述时，随手翻了一下圣经，没想到一翻就翻到了这一篇，竟然完全回应我所说的话，他自己也觉得好奇！真没想到神不仅藉着儿子来安慰鼓励我，也让儿子因这件事亲身经历了圣灵奇妙的工作，而对神心生敬畏，祂果真是藉万事互相效力，叫爱神的人得益处！

虽然至今这风浪还没有过去，但是我很感谢神，祂的眼目和慈爱的膀臂从未离开过我和家人，祂的恩典总是够我用！神一直保守我年老的父母有健康的身体和勇敢、正面看待事情的态度；家人彼此之间虽偶有意见不合，但比以前更愿意敞开来沟通并接纳彼此的不完全。神也藉着教会弟兄姐妹的关怀代祷和扶持，常常提醒我祂好爱我！是

神的爱刚强了我的信心，扶着我从灰心软弱中倚靠祂重新站起来，并且在风浪中还能站立得住。我要勇敢耐心地等候神成就祂的应许，相信一切在神手中，申冤在神，祂必报应！

亲爱的朋友们，如果你现在也正走到人生的低谷，要知道神好爱你！只要你愿意用信心来倚靠祂，祂一定会背负着你飞越一切高山低谷！

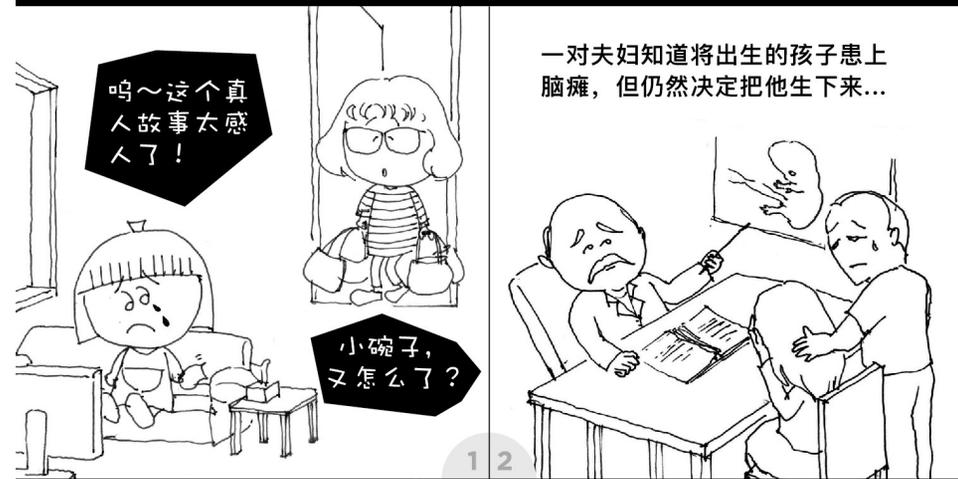


本刊文章欢迎非营利性转载，
但请注明出处，谢谢合作！



豆丁小碗子 - 不离不弃的爱

by 白白



一对夫妇知道将出生的孩子患上脑瘫，但仍然决定把他生下来...



并且非常疼爱他，爸爸更为了达成孩子的心愿，每次参加铁人比赛都带他一起上山下海。

我想天父也一样，虽然明知我们在性格或身体上不完全，但祂从不嫌弃，还渴望帮助我们走人生每一段路。

加油！