



古早味干贝肉燥

菊嫂

材料：

干贝	四颗
干香菇	三朵
沙拉油	两大匙
绞肉	半磅
冰糖	一大匙
酱油	三大匙
米酒	少许
红葱酥	三大匙
虾米	一大匙
黑胡椒粉	少许
柴鱼味素	少许



- 2. 放沙拉油将绞肉炒香。加冰糖用小火拌炒至熔化后，再加酱油及米酒拌炒至绞肉变色。
- 3. 将绞肉放至锅内，倒入干贝水及香菇水，并加水直至淹过绞肉。加入干贝、香菇片、红葱酥及虾米，撒上黑胡椒粉和柴鱼味素，开大火煮滚后，转小火炖煮约半小时左右即可。

备注：若肉燥味道太咸，可适量加水调味。

作法：

- 1. 干贝洗净泡温水至稍软，放进电锅蒸至更软，干贝水留下备用。干香菇泡水切片，香菇水留下备用。



波特兰灵粮堂聚会与联络



中文崇拜	周日 10:45 AM	青少英文崇拜	周日 10:45 AM
祷告聚会	周三 7:30 PM	教牧	黄瑞发牧师
成人主日学	周日 9:30 AM	电话	(360) 885-4488
姐妹聚会	东北区以斯帖小组	电子邮箱	bolccip@gmail.com
	周二 9:50 AM	网站	www.bolip.org
	路得小组	地址	550 NE 76th AVE
	周四 9:45 AM		Portland, OR 97213



2018 年 6 月 // 简体中文版

生父与天父 1 食谱：古早味干贝肉燥 4
短钉小碗子：天上的父亲 3 波特兰灵粮堂聚会与联络 4



天离地何等的高，祂的慈爱向敬畏祂的人也是何等的大！
东离西有多远，祂叫我们的过犯离我们也有多远！
父亲怎样怜恤祂的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏祂的人！
(诗篇 103:11-13)



生父与天父

亦响

我是在一个充满爱的大家庭里长大的。上有父母的钟爱，旁有兄姐的扶持，下有小弟的陪伴。在时代艰难的大环境中，父亲披荆斩棘，为家人建立了一个小康家庭。在这美好温室下的我只要管好功课，万事

轮不到我操心。自幼身体较弱，个性柔顺，是公认「父亲的掌上明珠」。每当父亲稍有不妥，我就成为公派大使，去父亲小阁楼里逗他开心。他会搬出各式零嘴，跟我分享聊天。每当我在外稍受委屈，父

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。

第二期成人日常英语会话班

5/5-6/23 每周六 1-3PM，欢迎新、旧学员报名参加，讲义费用全期每人 10 元。名额有限，报名请电 808-627-5950。



亲总是耐心地听我哭诉，并安慰我。甚至上了初中我有时还坐在父亲腿上撒娇。

结婚后，我陪夫婿来美深造。那时母亲已经过世，父亲担心我不会做家务，也迁来与我们同住。毕业后我们在波特兰定居，两个男孩也相继诞生。丈夫专心发展事业，我相夫教子，并在家授琴。不久二姐也移民美国。她勤快能干，吃用不需我动嘴就都替我办好了。我们夫妻恩爱，在教会里又有爱的团契生活，生活真是充实美满。就是天塌下来，也有别人替我撑著，好不悠哉！

有一年春天，父亲去加州探亲，正和三位哥哥弟弟开心钓鱼时，突然心脏病发作而去世了。这个消息如同晴天霹雳，我一下子完全失去了重心。从小跟我形影不离的二姐，也在英年时中风不告而别，我长久所依靠的人都一一地失去了。在伤痛与无奈之中，我开始寻求那不受时空限制的天父之爱。

六年前的夏天，我们夫妻开车到圣路易斯帮老二搬回波特兰。到家后的第三天，我突然开始发烧，左脸肿得有两个大，脸歪嘴曲，两眼不齐。诊断后方知免疫失调，导致病毒攻击，烧坏了左脸的神经系统。我四肢无力，头痛脑胀，视线模糊，瘫躺在床

上，从心底深谷中嘶喊：「神哪！祢在哪里？」守在一旁的丈夫开始为我祷告，并轻触我的头发按摩。刹那间，我感受到天父的手正在抚摸着我的脸，告诉我祂从未离开我，正和我一起经历所受的一切苦难，搂我在祂的怀里。我放声尽情大哭，不是因为痛苦、委屈，而是因为被了解，并得到安慰。

在痛苦中，我重新认识了从小就相信的天父。当我把心转向祂的时候，发现祂是如此地贴近我，祂不但聆听我的倾诉，并藉各样我能了解的方式，把安慰与希望带给我。

「一个月已经过去了，祢忘记我了吗？」我一面洗碗一面问。突然我似乎听到一个声音说：「孩子，我从来没离开过你。我还在帮你的左脸做恢复工作，一直到完美为止。」让我不禁噗嗤笑了。

两个半月过去了，医生建议我要开始安排整形的手术，似乎判了我死刑。我却选择相信神的应许，鼓起勇气来面对学生。尽管我得托着脸才能教琴，有时还会遭到异样的眼光，但是天父总是给我力量。每当我的心下沉的时候，祂就把我从深渊中拉上来，还用一首歌来告诉我“You are beautiful!”

三个月后的一个早晨，在敬拜中我

突然感到似乎有一个火花从我的左脸蹦了出来。从那一刻起，每周我的左脸都有进展，到如今几乎已经完全恢复。

「天离地何等的高，祂的慈爱向敬畏祂的人也是何等的大！」生我的父亲非常地爱我，但是不能

长久。天父的爱不但无微不至，并且恒久长存！





豆丁小碗子 - 天上的父亲

by 旦旦

又在我做饭时问问题了...

妈妈，你小时候是怎样庆祝父亲节的？

你外祖父在我两个多月大时因为战争离世了，所以我从来没见过会庆祝父亲节，甚至连他长怎样也不知道...

再见！

父亲是每个人生命中很关键的人物。他保护我们，也供应我们的需要。只可惜不是所有人都拥有这种幸福。

乖！

好吃！

不过圣经里的诗篇说：「神在他的圣所做孤儿的父，做寡妇的申冤者。」所以，我们所缺乏的父爱，神会亲自弥补！

