



內付
資已

台北郵局許可證
台北字第4890號
台北雜字第1413號
無法投遞請退回

美好的福
永恆的愛

有福報

2017.4月88期

我是阿偉.....1/2

平凡也可以不一樣

績優社區百福里.....3

推薦評比締佳績

雲南香，家鄉味.....4

雲南騰衝的家鄉口味

我是阿偉



平凡也可以不一樣

文/燦爛 攝影/毛興光

我，長相沒有特色，在路上既不起眼也沒人會留意，是電子工廠的菜鳥作業員，薪水不至於22K，但絕對是買不起屋，娶不起老婆，也生不起孩子。還有個挺菜市場的名字：阿偉。不管別人看我，或者我看我自己，都是一個平凡到不行的男人。而最糟糕的是，我還離過婚，口袋空的，心也是空的，對未來咧，也是空的，一點概念也沒有Y。

我叫鄔呂偉，上面的介紹，就是我以前的寫照，有很長的一段時間，我常想就算我從人間蒸發，也不會有人注意到，當然也不會有人在意啦。

難相處

過去認識我的人會說我很跼，其實是因為我很不愛跟人喇咧。你家的事關我什麼事呢，幹嘛要問要管，又不是婆婆媽媽！

「跹！懶得理你！跼的二五八萬似的。」這是剛和雅菁交往時，她最常冷眼教訓我的話。

那時，跟她還不熟，不想跟她說太多。但她的話會讓我多少有多想一點點。到底我有多難相處啊？

小時候，我的父親十分嚴厲，在權威式的管教之下，我不喜歡多說話，但脾氣和個性也不願與人溝通，變得孤僻、不受歡迎。

不過真正讓我覺得和人有距離感和隔閡感，把自己和別人分得很開，是在第一次的婚姻失敗時。



自我封閉

我廿多歲便結婚了，自己的個性比較直、比較衝、也比較自私，兩人經常吵啊爭啊，東西砸來砸去互相叫罵，後來受不了彼此，最後以離婚收場。雖然離婚是兩人性情不合，但對我仍是很重的一記打擊。

最嚴重的打擊就是對自我的否定。其實原本對這個婚姻，我是抱很大的期待，希望能建立一個幸福美滿的家庭，但結果居然連這個家都搞不定，在婚姻裡碰得一身傷，我真的覺得自己很無能，實在是爛透了。

從離婚後，別人看到我就好像看到刺蝟：你最好別來碰我，你若碰我，我也會讓你知難而退。一再的自我防備，武裝自己，我認為這世界根本沒有甚麼人是可信的，那我幹嘛還要浪費力氣跟他們建立關係？也因為不想跟人接觸，我決定從此我的人生，只要活在自己的範圍內就好，別人要我怎樣，我就偏不要怎樣，有點像自閉，也近乎逃避。

當時我雖然學的是資訊，但公司裡還是要面對人的問題，於是我選擇到工廠工作，想說，既然我不想跟人講話，那面對機器就好，反正機器也不會說話，要它做什麼，它就做什麼。



發行：中國基督教靈糧世界佈道會台北靈糧堂 · 發行人：區永亮 · 電話：(02)2362-3022#8393、8608 · 傳真：(02)2366-0180

電郵：bless@llc.org.tw · 地址：10662台北市大安區和平東路二段24號 · 劃撥戶名：靈糧雜誌社(請註明：指定給有福報) · 郵政劃撥帳號：01582918

一粒人頭

「喂，我們教會在辦一個活動，我需要人頭，怎麼樣幫幫忙，給我一點業績，讓我至少帶個新人去。」雅菁是我工廠的同事，就在我旁邊的生產線上。有一天，雅菁對我說。

在我眼中，雅菁心直口快，個性大咧咧，也很喜歡有事沒事戳我一下，她沒把我當異性，我也根本沒把她當做女人看，所以相處起來沒有什麼壓力。

「妳說的，當人頭喔，妳可別叫我去信什麼耶穌。」我知道她是很虔誠的基督徒，特別就先警告她。

「沒問題，人頭一粒。」當時其實是我媽媽拜託她介紹教會的小姐給我認識，她想不如先邀來教會，才會故意這樣邀我。總之，我人是去了，坐在那裡，玩我的手機，冷氣蠻好，也舒舒服服地睡了一覺，就算是盡了人頭的義務。



而我很內向，交往沒多久，傳道人看我們有點認真，便說：「要交往，就要以結婚為前題，並且要來做婚前輔導。」

蝦米?! 結婚? 還要婚前輔導?

那段失敗的婚姻好像還是不斷地在告訴我：「婚姻是可怕的，而我是沒有能力掌握婚姻的。」

我想若沒有婚前輔導，我可能對婚姻還是怕怕的。婚前輔導裡教很多事，家事怎麼分工，錢怎麼分配，兩家人怎麼來往，吵架該怎麼溝通，簡直婚後的事，包山包海地都在婚前「說清楚，講明白」。

所以，當我和雅菁真的在上帝面前立約結婚時，我心中沒有任何害怕和擔憂了。好像有人給了我一個GPS(衛星導航)，我知道下一步要怎麼走，也知道這條路的未來會走到哪裡去。

打開心胸

結果這粒人頭卻在第二個禮拜又答應她繼續去了。最主要的原因是：好奇！我覺得好奇怪，為什麼基督徒可以這麼迷信，沒事每個禮拜都往教會跑？

「喂，你們這本什麼聖經，到底在講什麼？以色列人關妳們什麼事，幹嘛讀他們的歷史？」

我對聖經開始有很多疑問，因為我那時喜歡讀書，想要充實自己，想說讓自己不要感到空虛，但老實說，看得再多也沒甚麼用。我在教會聽人說，有人讀到了九十歲還在讀這本聖經，天天讀反覆讀，就想來看看裡面講什麼碗糕。看不懂，就會抓住雅菁東問西問。

「那你就來小組啊。」

我想我是在小組中，開始漸漸地把心胸打開的。可能是因為在小組中沒有批判吧！我和他們相處蠻舒服的，不像我在外面的朋友，很容易會挖到傷口。當然也沒想到，和雅菁一起去教會後，兩個人會從哥兒們變成情侶。



說清楚講明白

事實上我們的個性差異蠻大的，她常說我是上帝派來的蝸牛，因為我的反應總是很慢，而她的個性比較急。別人都說她很外向，

平凡真好

第二年，我的女兒亮亮加入了我的生命，如此可愛幼嫩的小生命就交在我們手中，心中又開心又緊張。於是，我和雅菁決定，雖然我們都只是工廠的作業員，雖然我們只能擠在頂樓加蓋的小套房裡，但我們將輪流申請育嬰假，前半年是她，後半年由我在家照顧女兒。

知道我們的決定，以前認識我的人都很意外，那個自詡為獨孤俠的阿偉，竟然勇敢地要做起家庭主夫和天才老爸！

我的人生本來是平凡又乏味，但上帝看到了我，給我一個重新面對婚姻，調整自己的機會。對我而言，這是失而復得，重新再來一次。我會珍惜這次機會，也珍惜與家人在一起的每一個時刻。

平凡，其實真好。



百福里陳正忠里長專訪

忠心良善 守護家園 締造佳績 百福第一



採訪整理／君梅

27歲時，因著長輩的推薦提攜，加上正大化學工程師的專業，還有心中懷抱著一個服務里民的熱忱，陳正忠自此與妻子兩人全心投入百福里的建設發展。回首至今已31年，大家口中的「阿忠」，已歷任八屆里長，是新北市最資深的里長。新店百福里在夫妻兩人全心建設與里民的合作下，每一年都呈現新風貌。擔任里長超過兩代以上，每一位里民都像是自己的家人，他以誠摯的心，專業的服務，切實的行動來照顧百福里的里民。回顧這30多年，身為

百福里的大家長，他強調，創造里民在居住環境上最大的福祉，是當務之急。陳正忠里長說：「如何化腐朽為神奇，看見地方上的需要是首先該做的，因為人口慢慢增加，需要將基礎建設先建立起來。」因此，在接任初期，便立即著手規劃地下都更範圍，提報給早期的新店公所，進行五年的計畫，再把整個三民路打通，全部的騎樓整平，進行人行道、路磚修建，因著節能減碳，更將所有的路燈都換成LED燈。



在民國100年，百福里成為第一個由內政部營建署指定，第一個完成地下汙水系統的社區。花了三年的時間，在經過長年耐心挨家挨戶的溝通，以專業與施工人員的協調下，百福里成為第一個示範里，地下汙水系統從住戶的配合，到深入每個巷弄，延伸到三民路，一直到八里的汙水處理廠，戰戰兢兢地逐年進行實施改造。

里長獨創設計了「學員安全走廊」，由新店分局、中正國小及百福里共同合作，維護孩子們的上下課安全。三民路沿線的店家都成為愛心商店，對於上下課學童們的安全，投入更多的關注與心力。此外每年都定期舉辦各項活動，包括聖誕節活動、提燈慶元宵、四月份鄰里長講習會、五月慶祝母親節、六月份規劃泳訓班等等。廿張福音中心舞蹈班的孩子們，參與里



▲ 安全走廊沿線的愛心店家

長主辦的新店區公所消防研習座談的開場表演節目，為研習會帶來溫馨的氛圍。廿張靈糧福音中心方銀鈴牧師讚賞地說：「里長非常有創意，無私地連結各方，跟上時代脈動，把資源帶進百福里，給孩子們機會展現才華，真的很感動。」



除了環境基礎建設，87年成立守望相助隊，開始在百福里進行夜間巡邏，因為里民的安全，社區的治安不容忽視。他召聚熱心的里民，經過考核一起加入守望鄰里的行列。甚至親自帶隊與巡守義工在百福里的每個角落執行任務。由於對社區治安宣導防治工作不遺餘力，成效斐然，甚至由新店分局推薦得到第一名，在台北縣評比得第三名，更由台北縣警察局推薦評比全國，獲得內政部警政署全國甲等績優社區的殊榮，這是目前新店分局轄區里守望相助隊首創的先例。

廿張兒童舞蹈班在陳里長推薦下，參加新店中秋晚會演出。



陳里長謙卑地說：「因為我不像里長，所以才能做這麼久，大家的恩情不能忘，我的好朋友都在百福里，希望他們都平安健康，我要盡力來守護他們。」在陳正忠里長身上，看到主耶穌所稱許的「忠心良善」好榜樣，無私的愛，化為服務的行動，甘心樂意為里民服務，而百福里的突破與成長，便在他的堅持付出中，展現了盼望與新契機！



▲ 左為方銀鈴牧師、中為陳正忠里長、右為里長夫人

百福里里辦公處

地址：新店區三民路117巷3弄8號2樓

電話：02-2912-5255



雲南香，家鄉味

採訪/蒙恬 攝影/毛興光

如果你正在尋找道地的雲南料理，而且沒有摻雜泰緬其他的料理，那麼就在新店建國路和廿張路的交叉口，有一家「雲南香風味麵館」。緬甸華僑的老闆娘張翠芬，老家就是經營雲南口味的麵店，所以開店就把老家信念也帶來台灣，讓客人吃得開心吃得幸福。很多客人是附近台北矽谷科技大樓的上班族，原先路過進來，結果吃完都會奔相走告，這裡有別的地方吃不到的雲南味。「雲南紹子麵」是鄰近上班族最愛的麵食，祕訣就在香料，香料都是由

緬甸老家帶來。「雲南特製涼麵」獨特的雲南口味，不用黃麵，不用麻醬，特調醬汁酸酸甜甜，又帶點花椒的麻。「雲南牛雜巴巴絲」也可配其他麵條，但巴巴絲更容易與清爽的牛雜湯汁融合。想尋找市面上找不到的口感，可以來嚐嚐這家雲南騰衝的家鄉口味。



▲東西好吃，老闆娘親切，吸引了不少上班族一再地上門。



▲這裡賣的「雲南紹子麵」類似台灣的肉燥麵，有香菇絞肉蛋，然後用當地香料去炒，美味的口感吸引一位常客從開店以來，每次來，都點它。



▲紹子麵有一個別的地方所沒有的特色，麵裡有一團看起來「像豆腐」的東西，吃起來很像豆腐卻又不是，其實它是加香料炒過的雞蛋。



▲吃起來相當開胃，若想多一點麻辣的口感，可以加點「辣油」，老闆加上香料炒出的，辣渣的重點是香不是辣，所以配上涼麵特別好吃。



▲一般市面的涼麵都是使用油麵，無法與老闆娘特調的醬汁融合在一起，所以這邊的「雲南特製涼麵」使用的麵條是老闆娘刻意訂做的雞蛋意麵。

「雲南牛雜巴巴絲」湯汁用牛大骨熬煮4、5個小時，湯汁濃郁，牛大骨引出牛肉的香味，喝起來非常清爽，不像市面上用大骨粉熬的混濁湯汁。



▲「巴巴絲」是雲南的米食，跟泰式河粉、越南河粉、米粉類似，但不同比例，成品軟硬就不一樣，清燉牛雜配上巴巴絲是絕配。

雲南香風味麵館
新店區二十張路40號1樓
(02) 2917-6212



▲兒童擊劍武術班



▲藝想天開兒童週末派



▲婦女成長班

廿張靈糧福音中心看板

課程名稱	時間	內容	報名資格/費用
藝想天開 兒童周末派	週六 早上9:30-11:30	美勞+品格教育	4歲以上 1期3個月200元
兒童舞蹈班	週五晚上6:30起 分班教學	民族舞+芭蕾舞	4歲以上 1期3個月1500元
兒童擊劍武術班	週三 下午4:30-6:00	劍術+武學	小一以上 1期3個月1200元
快樂天堂 兒童才藝品格營	週日 早上10:00-12:00 (午餐至12:40)	繪本、律動、戲劇 美食+品格教育	小一以上 免費服務
婦女成長班	週四 早上10:00-12:00	烹飪、烘焙課程 (不定期開課)	按師資、材料費 酌收服務成本

主辦單位：廿張靈糧福音中心
上課地點：新店建國路164號2樓
洽詢電話：2911-7127、0918-458329



舞愛媽媽歡喜派對

歡樂唱跳、兒童芭蕾
趣味活動、生命故事、輕鬆茶點

5/14 (日) 上午10:00~12:00

地點：大豐國小活動中心
(新店民族路108號)

詳洽：0918458329、29117127

主辦：廿張靈糧福音中心

協辦：大豐里辦公處

社區活動
免費參加