

黑糖红萝卜蛋糕



你可知道红萝卜蛋糕 carrot cake 在 2011 年曾经是英国票选最受欢迎的甜点？你的孩子不爱吃蔬菜吗？有饮食不均的问题吗？或许你可以试着做做看这道黑糖红萝卜蛋糕，让你的孩子吃得开心又健康！

◎材料：

- 红萝卜丝 3 cups
- 蔬菜油 1 cup
- 鸡蛋 4 个
- 中筋面粉(all purpose flour) 2 cups
- 泡打粉(baking powder) 1 teaspoon
- 苏打粉(baking soda) 1 teaspoon
- 肉桂粉(cinnamon powder) 1 teaspoon
- 黑糖(dark brown sugar) 1¼ cups
- 盐 1 teaspoon
- 压碎核桃(walnut) 份量视个人喜好
- 奶油 适量
- 柠檬一个，把皮磨成细丝状

◎做法：

1. 将黑糖与蔬菜油拌匀(记得要拌到黑糖已经没有颗粒状)，再加入鸡蛋拌匀。

2. 将红萝卜丝沥干水分，加入步骤 1，搅拌均匀。接着再加入过筛的中筋面粉及泡打粉、苏打粉、肉桂粉和盐拌匀。再加入柠檬细丝，最后加上核桃拌匀。
3. 烤盘(10"x5"x3")里抹上一层薄薄的奶油，倒入步骤 2 的材料。烤箱预热至华氏 325 度，烤 50-60 分钟。

— J.C.



波特兰灵粮堂

教会花絮：

诚挚邀请你于 **12 月 21 日星期天 10:30 AM** 来波特兰灵粮堂，欣赏圣诞节特别舞蹈和话剧。也欢迎你在 **12 月 24 日星期三 5:30 PM** 来我们教会参加圣诞夜聚餐。

主日聚会： 周日 10:30 AM (中文)
12:30 PM (英文)

祷告聚会： 周二 7:30 PM

地址： 550 NE 76th Ave.
Portland, OR 97213

网站： www.BOLIP.org

电话： (971) 271-7435

电邮信箱： BOLCCIP@gmail.com

联络人： 黄瑞发牧师



本刊文章欢迎非营利性转载，
但请注明出处。

2014 年

十二月 简体版

恩典之路



「神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的不致灭亡，反得永生。」

〈约翰福音 3:16〉

看见神的爱

2013 年的夏天，我参加了一个短期的宣教活动，自愿到台湾中小学办的英文品格营教学生英文并传福音。

在集训期间，我听到一个“桥”的故事。1937 年在密西西比州的一个夏日，铁路桥梁的操作员 John 带着八岁的儿子 Greg 一起去工作。就跟一般的小男孩一样，Greg 对父亲的工作非常好奇，一连问了好几个问题。

John 所负责的桥梁跨越密西西比河，是个船只往来十分频繁的地点。那天，当他才刚刚把桥梁升起来让一艘轮船经过时，忽然发现儿子不见踪影。当 John 瞥见儿子在举桥的传动齿轮附近爬动时，顿时不寒而栗。正想冲过去救儿子，却听到一辆载运乘客的火车快速驶近桥梁的声音。他一再地向儿子大声地喊叫示警，但他的声音被逼近而来的火车和正要离去的轮船响声给掩盖了，Greg 听不见爸爸的呼喊，丝毫不知大难即将临头。

此刻的 John 面对两个抉择。一是选择去救他儿子，但桥梁将无法及时降

本期内容：

- 看见神的爱 1
- 舍己的爱 3
- 食谱：黑糖红萝卜蛋糕 4
- 波特兰灵粮堂聚会与联络 4





下来，火车会坠河，所有乘客会因此而丧生；或是他可以选择把桥降下来，拯救火车上乘客的性命，但他儿子会因此被传动齿轮碾死。几秒钟过去了，John 做了决定——他将桥降了下来，救了 400 条性命。这些是他不曾见过的人，无论是医生、儿童、小偷、或甚至是杀人犯，他全都救了。但他也因此舍弃了一条对他而言最重要的生命——他最心爱的儿子。

当我听完这个故事，心中一直很困扰。为什么 John 会选择救那些乘客，而不救自己的儿子？这是爱吗？如果是爱的话，他肯定会选择救他儿子的，因为眼睁睁地看自己的儿女死在自己眼前是多么伤痛的事。在我周遭有些人有过这样的经历，我知道他们都宁可用自己的性命来换取儿女的性命。但是 John 无法有这样的奢求，他不能以牺牲自己来同时拯救他儿子和火车上的乘客。他当时只有两个选择。

刚加入短宣的头几天，我很难适应，因为不能使用电子产品，每晚也睡不着到五个小时。虽然痛苦，但当地的人们帮助我看到了参加这个活动的真正意义。

我们所任教的班级都有助教，是当地的教会带来辅助我们的，Nathan 就是其中之一。Nathan 从小就被父母



遗弃，是当地的牧师帮他的祖父母抚养长大。在那段相处期间，我从他身上看见了无私的爱。他爱周遭每个人，无论是老或少、美或丑、善或恶，他都待他们如同自己亲人一般。我俩虽年龄一样、身高一样、英文名字也一样，但他的爱心却有我的双倍多，令我相形见绌。虽然从小就失去父母的爱，十六年后的他，却因为在教会中饱尝 神的恩典和爱，如今充满了爱和恩慈，愿意无条件地去照顾别人，给予别人那份他从 神那里领受而来的爱。因为他白白得来，也就毫不保留地给出去。

那时我才恍然大悟，原来在“桥”的故事中，促使 John 做那个决定的动机的确是爱。John 对儿子的爱不容置疑，但他对火车上的乘客、那些素未谋面的陌生人的爱，是更伟大的爱，是无私的爱！

圣经约翰福音三章 16 节说：「 神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的不致灭亡，反得永生。」无论我们是怎样光景的人， 神都为我们舍了他的独生爱子耶稣，为我们的罪流血丧命，好叫我们得永远的生命，这是 神爱我们的充分表现。世上没有人能教我们真爱，唯独从 神而来的爱能教我们真正去爱。因为 神就是爱。 — Nathan

舍己的爱

圣诞节快到了，不管你是不是基督徒，大概都知道圣诞节的由来是为了庆祝耶和 神的儿子耶稣诞生。但是你可知道这位耶稣降世为人，为的就是来救赎我们。他以无罪代替有罪；他为我们受咒诅，好叫我们得祝福；他为我们受死并从死里复活，因此我们可以得永远的生命。

根据圣经马太福音 26 章、马可福音 14 章和路加福音 22 章的记载，当耶稣和他十二个门徒吃完最后的晚餐之后，就上了橄榄山，来到一个叫客西马尼的地方。耶稣三次迫切地向 神祷告，因为知道时间到了，再不多时他就要被捉拿并钉十字架。

即将面对死亡的耶稣，就跟我们一样，不禁「惊恐起来，极其难过」，「心里甚是忧伤，几乎要死」。他并没有罪，为什么要被钉十字架？更何况他是要为罪人担当罪孽过犯而受刑罚，包括那些迫害他、出卖他、背叛他、打他、羞辱他和钉他十字架的人。当时他内心的挣扎可想而知，难怪他的「汗珠如大血点滴在地上」。

耶稣俯伏在地，向 神求告说：「我父啊！倘若可行，求你叫这杯离开我；然而，不要照我的意思，只要照你的意思。」第二次耶稣又向 神祈求说：「我父啊！这杯若不能离开我，必要

我喝，就愿你的旨意成全。」第三次祷告，说的话还是与先前一样。可见，即使耶稣十分害怕、伤痛，一再地求 神不要让他喝这苦杯、上十字架受死；但因着深爱 神、也深爱世人，他也一再地向 神表明，若是没有其他选择的话，他还是愿意顺服神的旨意，为世人被钉十字架，以完成 神救赎的计划。

耶稣是何等的爱我们！这是何等舍己的爱！



— W.L.

亲爱的朋友，圣诞节真的是个值得庆祝的日子，因为救主耶稣诞生了！但是更值得欢庆和感恩的是，耶稣已为你我在十字架上完成了救赎！如果你愿意接受耶稣这份舍己的爱和救赎的恩典的话，可以作以下的祷告：

「天上的 神，我承认我是个罪人。我现在愿意悔改归向你，接受耶稣成为我个人的救主。我相信耶稣已为我受死，使我的罪全得赦免；我也相信耶稣已从死里复活，使我这原本必死的人得着永生。谢谢你爱我、为我舍命！我愿意把一生交给你，请你带领我前面的道路。祷告是奉主耶稣基督的圣名。阿们！」

Merry Christmas