

### 草莓果醬

好吃美味的果醬，無論大人、小孩都喜欢。自己动手做，其实一点都不难唷！无论夹吐司、沾饼干或是淋在香草冰淇淋上，是早餐、下午茶点心的最佳配角。一起来试试看吧！

#### 材料：

- 1. 草莓 500 公克
- 2. 糖 500 公克
- 3. 柠檬 1 顆

#### 作法：

- 一、将草莓去蒂、洗净、切小块。
- 二、将草莓和糖一起下锅（草莓与糖的比例为 1:1），将柠檬挤汁加入，开小火加热。
- 三、糖会逐渐融化，果粒会出水。
- 四、搅拌不可停，直到草莓糖汁浓稠、冒泡为止，大约一个半小时。
- 五、装入事先洗净晾干的玻璃罐里。（玻璃罐不可有水份）
- 六、冷却后，放进冰箱保存即可。（自制果酱的质地较稀，不像市售的果酱那么浓稠。）

注：可以将草莓换成其它水果。

—顾宜瑾



波特蘭靈糧堂  
Bread of Life in Portland

英文主日	周日	9:15 AM
中文主日	周日	10:45 AM
祷告聚会	周二	7:30 PM
教 牧	黄瑞发牧师	
地 址	550 NE 76th Ave. Portland, OR 97213	
网 站	www.BOLIP.org	
电 话	971-271-7435	
灵修专线	503-334-3501	
电子信箱	bolccip@gmail.com	

#### 夏日活动快讯

**Waterfront Blues Festival**  
7/2-7/5 @ Waterfront Park  
费用：\$4 / 全日通行券 \$40 // 河滨蓝调音乐节涵盖各种蓝调音乐，是7/4的主要庆祝活动。

**Oregon International Air Show**  
7/17-7/19 @ Hillsboro Airport  
费用：大约 \$20-25 // 美国空军和海军陆战队的「蓝天使」是本届国际航空展的焦点！

2015 年

七月 简体版

# 恩典之路



耶稣对他说：「你因看见了才信；那没有看见就信的有福了。」

—约翰福音 20:29

### 蒙恩的开始

我是从十四岁开始就跟着外婆去教会做礼拜，由于当时上海的工时制度仍是一周六天，每到主日，一大清早就会被外婆从温暖的被窝中连带拖拽地拉去教会。所以很不情愿地牺牲唯一可以睡懒觉的日子。

坐在偌大的教堂里，一眼望去都是白发苍苍的公公婆婆们，还必须要忍受五音不全的他们，唱着找不着调的赞美诗，听着牧师阐述着我完全听不懂、所谓「永生」的证道，更不明白这位姓「朱」（主）名耶稣的究竟是谁？到底为什么要信他？也不知道自己犯了什么罪？为什么要向主耶稣认罪悔改？难道真的只要求主耶稣就能够得到一切吗？

年纪还小、懵懂无知的我，根本就不懂得如何祷告和祈求神，更没有什么欲望，最多就是在春游和秋游的前一天晚上，祈求主耶稣给我一个好天气，不要因为下雨而取消了期待已久的活动！外婆说去教会做礼拜后，我的学习成绩就会好，将来会有个好工作、好前途、以及有个好老公，最后就可以「上天

#### 本期内容：

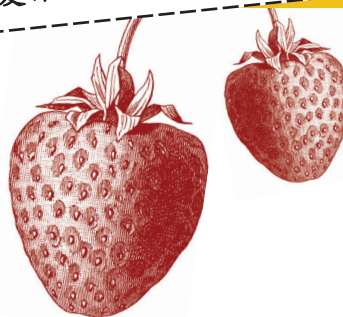
蒙恩的开始 1

战胜巨人的恩膏 3

食谱：草莓果酱 4

波特蘭靈糧堂聚会与联络 4

夏日活动快讯 4





堂」！尽管对于当时的我来说，上天堂还是非常遥远的事。即使心里有一百个不愿意，最终我还是顺服了我的外婆。

终于，在我二十岁的那年，做为一个已经坚持去教会做礼拜了六年的小信徒，我顺理成章地受洗归入了主的名下。记得当时考信主心得的时候，真是稀里糊涂地通过的，现在回想起来常会心一笑，当牧师问我为什么要信耶稣的时候，我的回答是从我外婆那里复制过

来的答案——为了将来能够「上天堂」

！当时就把牧师给逗乐了。她用温柔的眼神看着我，面带微笑地说：

「小妹妹，没想到你年纪轻轻，就已经想到那么遥远的事情啦？不过，那没有看见就信的有福了！」我当时根本就不知道她在说什么。若干年后，当我读到《圣经》〈约翰福音〉廿章29节：「耶稣对他说：『你因看见了才信；那没有看见就信的有福了。』」顿时恍然大悟，明白为何当时牧师要引用这段经文来解读让我通过心得考试的原因了。

自从信主了之后，我的人生真的不一样了！就像我外婆说的，神的赐给我一份好工作、好前途和一位好老公，至少在我看来，神所

赐给我的都是最好、最适合我的。虽说我们不应该与别人比较，但是在这里不得不感恩！因为主耶稣赐给我的人生道路比我的同学和朋友们要平坦和通达，所以认识我的人都说我要比实际年龄看上去年轻的多，我相信这不是恭维的话，因为我的妈妈也是如此说的，我年轻的根基就是耶稣基督赐给我的平安和喜乐，而这份平安和喜乐就是神赐给我的财富！



神通过我的外婆将福音带到了我们家中，使我们全家（包括我的两个阿姨）也认识并接受了一位信实又可靠、怜悯并饶恕人、好施恩赐及平安的独一无二的神！有这样一位时刻保守和看顾着我们的神做我们的主宰，我们还有什么可惧怕的呢？

哈利路亚！愿一切荣耀和颂赞都归于我们这位至高无上、自有永有的真神！愿神祝福每一位看到这篇见证的兄弟姐妹和朋友们平安、喜乐、健康充满每一天！愿神的爱时刻围绕着你们！阿们！

—波特兰灵粮堂的一名普通同工



本刊文章欢迎非营利性转载，但请注明出处。

## 战胜巨人的恩膏

以色列王扫罗和以色列人在犹大的梭哥迎战非利士人。非利士人派出一个名叫歌利亚的巨人，每天两次向以色列人宣战，要用一对一的决斗来决定战役的胜负，扫罗王和全体以色列人都很害怕。大卫是家中最年幼的，平常帮忙家中牧羊。当天他为跟随扫罗出征的三个哥哥送饭，到达营地后听见歌利亚的叫嚣，不但不害怕，更自告奋勇的向扫罗王提出要站在前线迎战歌利亚！

扫罗王拗不过年幼的大卫切切地祈求便答应他。王要大卫穿上战衣保护自己，却被大卫拒绝了！大卫的手中只拿着杖和甩石的机弦，以及从溪中挑选的五块光滑的石子，就上前线和歌利亚对阵。歌利亚头戴铜盔，身穿铠甲，就指着自己的神咒诅大卫。大卫并不退怯，并且非常有信心的向巨人喊道：「你靠着利刃和标枪攻击我，我却与上帝同在；我必杀你，取下你的头。全地就必知道以色列中有神；聚集在这里的众人也必知道耶和华施行拯救，不是用刀用枪，因为争战的胜败于耶和华。祂必将你们交在我们手里。」



说完后，只见大卫身手矫健地用机弦将石子用力甩出并准确的击中歌利亚的额头，歌利亚还来不及反应，就应声倒地不起。大卫将歌利亚的刀从鞘中拔出来，用刀割了他的头将他杀死。非利士人见他们高壮的巨人竟被一个少年击倒，害怕地四处逃窜！以色列人趁胜追击，打败非利士逃兵而获得大胜利！

大卫的心紧紧地依靠天父，相信天父才是战争中那位决定胜负的神！也因为这样强烈的信心，天父帮助大卫以小搏大打胜仗！而大卫，就好像是现今的我们；巨人歌利亚就好比我们所面对的工作、经济、婚姻家庭、夫妻和亲子关系

等等难题。

很多时候我们感到这些难题好像巨人一样站在我们面前，让我们无法忽视，更无力面对。但天父借这故事告诉我们，这些生活中的难题祂都知道。只要有像大卫一样的信心来倚靠天父，把难题透过祷告交托给他，他就会帮助我们，并且调整我们的心用正面的态度来解决