

香蕉杏仁裸麦面包



包的其中一面，再放上切好的香蕉及杏仁片，最后再淋上肉桂枫糖浆即可。

※香蕉可换成其他水果，例如：奇异果、苹果、草莓...等。

— C.H



波特兰灵粮堂

主日聚会： 周日 9:30 AM (英文)
周日 10:40 AM (中文)

祷告聚会： 周二 7:30 PM

成人主日学：周日 9:30 AM

妇女聚会： (探讨圣经中的妇女)

· Vancouver 以斯帖小组：每月第二和第四个周二 9:30 AM

· Portland 路得小组组：每月第一和第三个周五 10:00 AM

建堂募款义卖：欢迎共襄盛举！

· 日期：6月13、14日(周五、六)

· 时间：09:00~17:00

· 地址：19708 SE 4th Way, Camas, WA 98607

· 联络：(360) 448-1088 林小姐

聚会地点：

Immanuel Christian Fellowship 楼下
909 NE 30th Ave. Portland, OR 97232

网站： www.BOLIP.org

电话： (360) 885-4488

在悠闲的假日想约朋友来个早午餐约会吗?一道简单、快速又精致可口的餐点，再泡上一杯咖啡，只要一点点的小努力就能享受到视觉与味觉的幸福时光。

材料：

香蕉	一根
奶油或 Cream Cheese	约 4 大匙
法国面包	一条
杏仁片	适量
肉桂粉	1 小匙
枫糖浆	1 大匙

作法：

1. 以 380 °F 预热烤箱。
2. 法国面包切成片，香蕉斜切成约 0.7 公分厚片。
3. 枫糖浆和肉桂粉倒入容器里，搅拌均匀至没有任何结块。
4. 将面包放置烤盘上，放进烤箱烤约 8~10 分钟，将面包烤至口感酥脆。
5. 将奶油或 cream cheese 涂在面

2014年

六月

简体版

恩典之路



「主—耶和华啊，你是我所盼望的；从我年幼，你是我所倚靠的。」

<诗篇 71:5>

绝望中的希望

如果我告诉你，我第一次叫「爸爸」是在我十四岁那年的时候，你一定以为我来自于一个破碎的家庭。让我慢慢地告诉你我的故事。

解放后不久，我的父亲由于面临被捕之险，决定带领家人坐船偷渡去台湾。由于需要冒极大的危险，他们便决定把两岁大的我留给住在上海的外公外婆，免得全家倾覆。童年的我，生活是艰难的。外公不久被捕劳改，我靠着外婆摆个小摊卖葱、姜来维持我们寒怆的生活。而当我被通知，因为我阶级成份不好而不能入想进的小学时，六岁的我似乎看到了自己一辈子前途的黯淡。我经常茫然地对着我的家庭照片发呆，遐想着与我的兄弟姐妹们在那个遥远的地方一起玩耍。我的希望在哪里呢？

一天，一个老奶奶偷偷地告诉我外婆说，这世上有个救主耶稣。外婆不但相信了，并且像个快要被溺毙的人看到水中的浮木一般，紧紧地抓着这个希望不放。每天清晨四点，她便起来

本期内容：

绝望中的希望 1

初为人父 2

掌上明珠 3

食谱：香蕉杏仁裸麦面包 4

波特兰灵粮堂聚会与联络 4





祈祷，这样持续了三年，没想到，奇迹就这样地出现了。我父母搬了家，新居的邻舍有个弟弟在香港，透过他的转信，断绝音讯八年之后，我的父母终于和我们又联络上了。有一天街坊的人民警察跟外婆说：「老奶奶，你为什么不申请到香港去呢？」虽然多年前我们曾经申请过三次，但因政府知道我父母在台湾而都没有批准。当时在这位警察同志的鼓励下，我们鼓起了勇气再试一次。没想到三个月之后，这位警察同志又来了，说：「你们的申请被批准了！这孩子的爹在香港一家银行里做事呢！」后来我才知道那位在香港转信的朋友，不但他的职业和我父亲的一样，并且他的名字也和父亲雷同，只差中间一个字。这不是奇迹吗？

至今我还清晰记得我们团圆的那晚，当我父亲在黑暗里轻手为我拉好被子时，我花尽气力握住泪水，假装熟睡，享受那刻迟来的温馨。——陈逸

亲爱的朋友！如果你看完这篇文章有感动的话，可以作以下的祷告：

天上的父神！圣经的话「敬畏祢投靠祢的人、祢为他们所积存的、在世人面前所施行的恩惠、是何等大呢。」我很想来投靠祢，求祢帮助我认识祢，让我在生命中能逢凶化吉。我现在生活中也有一难处（*对神详细而具体的说出你的难处*），求祢帮助我，给我智慧来解决，让我像作者一样经历祢的神奇作为。谢谢祢垂听我的祷告，奉靠主耶稣基督的圣名求，阿们。

初为人父

在我工作之余，我每天有一部分时间是在家里带我们还在学爬的孩子。孩子每天都是早晨六点左右起床，我便开始忙着喂食、和他玩耍、以及哄他休息睡觉。日复一日，我发现孩子成长中的变化。

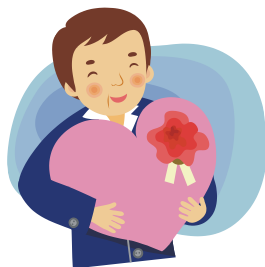
还记得几天前，孩子刚开始学爬的时候，一步步前进的同时伴随着哭闹，从孩子充满挫折感的眼神中，似乎希望我留意到他的艰难。但是，现在孩子的哭闹不再，丝毫不费力气的从房子的这一头爬到那一头，我的心中暗自为孩子感到无比骄傲。

感谢神！使我参与了孩子成长的过程。我不否认，从前我从来没有想过会有孩子，不想要也不感兴趣。看到别人抱着孩子，我都会敬而远之。直到最近这两三年，因为教会的缘故，使我重新认识神，是神教导我家庭的重要性，祂使我有对人生及下一代的盼望，是祂告诉我不只要爱自己、更要爱别人，珍惜自己所拥有的，并且抚育敬虔爱神、爱人的下一代。回忆起当时我们在台湾的教会推行「多产、倍增、掌权」这个口号，是的！神已在我的生命中掌权！求神赐给我智能和良善的品格去教育我们的孩子，使我继续努力成为称职的好爸爸。——新爸爸



本刊文章欢迎非营利性转载，
但请注明出处。

掌上明珠



我是个新手爸爸，家里的宝贝女儿快要两岁，最近这两年的生活真的是和以前截然不同。常听到俗话说：“天下父母心”，真的是直到为人父母才感受到其中的酸甜苦辣。

生命的奇妙真的不是我们可以理解的，每次想到都不禁要赞叹造物者的伟大与奇妙！感觉上好像突然间一个新的生命就这样出现在我们的生活中。我们的生活从此改变，多了一个只会哭笑和吃喝拉撒睡的小丫头，所有生活上的大小事也多了一个必须多考虑的人。这一年多来，我已经早忘了俩人世界的模样，现在是快乐的三明治日子。小丫头永远要夹在爸爸和妈妈中间，一下拉拉爸爸去这边，一下拉拉妈妈去那边。我才发现其实幸福和快乐就是这么简单，不用千里寻找，不用物质金钱换取，只是拉拉小手，简单拥抱，甚至只是和她“呼噜呼噜”的对话。

她就像是一个开关一样，每次的微笑、拥抱，甚至轻声的呼叫，都可以把一切的忧虑一扫而空。每次回到家看到小丫头，步履蹒跚的张手向我奔

跑过来，口中还发出丫丫学语的“叭叭、爸爸...”，心里的满足与喜悦是无法言喻的！上班的疲累也就完全一扫而空！当她学走路时，我在旁边虽提心吊胆，却也必须放手让她自己练习；当她学习自己吃饭时，我虽然看不惯满桌子和地上的饭粒，却也得让她用自己的小手不断地尝试... 对我这个新手爸爸来说，人生多了好多不一样的经验和好多需要学习的新事物——但是我乐在其中。

有了这新手的宝贵经验，让我对与父神之间的关系也有了新的体认。虽然我信主没有很久，圣经读的也不多，真理有些也是一知半解的。但我想，天上的父神看待我们就像是我看待女儿一样，只要我们将我们的心转向父神，向祂说说话，甚至只是叫祂一声「阿爸父」，想必祂必然满心欢喜地看顾我们。——GT



「你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。」

<以弗所书 6:4>