

蓝莓蜂蜜燕麦饼干

对于一位全职妈妈，能够亲手做饼干和面包给家人吃，真的是一件很幸福的事。让我们一起来做这个既简单又营养美味的蓝莓蜂蜜燕麦饼干吧！一次可以多烤一些，摆在密封罐内，就是小朋友及长辈们随时可以享用的最佳点心了！

材料：

- 无盐奶油 110g (4 oz)
- 中筋面粉(all purpose) 110g (1 cup)
- 燕麦片(oats) 150g (2 cup)
- 蛋 1 egg
- 蓝莓干 50g(1/2 cup)
- 黑糖(brown sugar) 50g(1/2 cup)
- 蜂蜜 30g(1 tablespoon)
- 盐 1/2 teaspoon
- 肉桂粉(cinnamon) 1 teaspoon
- 香草精 1 teaspoon
- 泡打粉(baking power) 1/2 teaspoon

做法：

1. 将无盐奶油放在室温软化后，加入黑糖用搅拌器以低速打匀。
2. 加入蛋、香草精、蜂蜜，搅拌均匀。
3. 将所有干料(面粉、盐、肉桂粉、泡打粉)过筛，分两到三次加入，搅拌均匀。
4. 加入燕麦片及蓝莓干，不用搅拌器，改用刮刀搅拌均匀。

5. 预热烤箱至 350°F。
 6. 烤盘表面抹上少许油，或是铺上烘焙纸。用汤匙将一一舀起面团放在烤盘上，面团之间的间隔约 2-3 公分，再以汤匙将面团压。
 7. 放入烤箱烤 12~13 分钟，取出后放凉即可食用。
- ※ 蓝莓干可改成葡萄干、蔓越莓干...等。也可依个人喜好加入少许坚果类(切碎核桃、腰果)或是芝麻，口感会更丰富。 — P.L.



波特兰灵粮堂

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

联络人： 黄瑞发牧师

电邮： bolccip@gmail.com



本刊文章欢迎非营利性转载，但请注明出处。

2014年

十月

简体版

恩典之路



「如果你们听过他的道，领了他的教，学了他的真理，就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的。又要将你们的心志改换一新，并且穿上新人，这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。」

<以弗所书 4:21-24 >

一份认识一点改变

本期内容：

- 一份认识一点改变 1
- 房屋洁净祷告 3
- 食谱：蓝莓蜂蜜燕麦饼干 4
- 波特兰灵粮堂聚会与联络 4



「快跟土地公、池府王爷、天公伯说，保佑你赚大钱、娶个漂亮太太、再生个金孙给阿嬷抱。」还记得每次回到乡下阿嬷家，阿嬷总是欢欣的准备满桌的大鱼大肉，要我们烧香拜拜说完心愿后，才心满意足的准备吃饭。台湾是个宗教信仰非常自由的地方，大多数的民众是道教多神论者，什么大小事都有不同的庙宇可以求助，这间不灵可以再换一间，换到灵验为止。如果觉得光烧香拜拜没用，还可以求签、掷杯、买光明灯、安太岁、捐香油钱...等。甚至可以求一张符咒烧在水里，连符带灰一起喝掉，包你一次全部亨通。说来也奇怪，即使这么多所谓的神明环绕，也三不五



房屋洁净祷告

有些事情会使人或物沾染污秽，变成属灵的不洁。例如：行犯罪的事、流人血的罪、交鬼、行巫术和拜偶像等，这些都会沾染污秽，带来属灵的不洁。

当我们新居搬迁、装修之后、店铺开张，旅行到新的地方，到新的办公室上班…等，我们都可以奉耶稣基督的名做洁净的祷告。透过我们的祷告，可以借着祂的宝血，除去我们所处环境里属灵的不洁。以下是祷告范例：

亲爱的父神！你的话语说：「世界和其中所充满的都是我的」（诗篇 50:12），我要奉主耶稣基督的名，宣告这个房间（地方/建筑）是属你的，祈求主赦免过去在这地曾经犯罪得罪你的人，也用你的宝血洁净这地。我也要奉主耶稣基督的名，靠着你赐给你儿女的权柄，命令那不属基督的灵，离开这里，到耶稣要你们去的地方，永远不准再回来。求耶稣的宝血洁净遮盖这地方，差派你的使者，四围安营守护我们，求主的圣灵和你荣耀的同在，充满这地方，赐恩给我们，向我们仰脸，赐我们平安。这样的祷告是奉靠主耶稣基督得胜的名求，阿们。

— 黄师母

在基督耶稣里保守你们的心怀意念。」（腓 4:4-9）

今年父亲来美国看孙女，停留在这二个星期，总是威严和极有主见的他，离开前留下一句话在他的来程机票背面：「随波逐流的思想人生 v. s. 坚定信仰的思想人生」。很讶异自己看来只有一点点的改变，却在他短暂的停留中，冲击着他这一辈子的人生思想。这对我的冲击也是非常大。我亲爱的父亲、母亲和弟弟，愿 神保守祝福你们，也希望不久后你们可以认识这位一点一滴渐渐改变我的 神。

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！作者说：「因为我知道，我的 神必随时在我身旁看顾我、垂听我和供应我，总有一份踏实的平安在心里」，这也是我对人生「能有一份踏实的平安在心里」的期盼，求你帮助我认识你，好让我的生命充满你的平安。这样的祷告是奉靠主耶稣基督的圣名求，阿们。



房屋洁净祷告可参考圣经相关经文：
利 18:27、19:2、31；结 36:18；
民 9:10-11；希 9:21-22

满足，流行、名牌、高级餐厅、风景名胜，但却忘了寻找心灵上那真实的需要。就好像面对一直缠着父母哭闹的小孩，你总只是拿糖、玩具或游戏给他，去换来短暂的安宁，不仅让他陷入无止境外在刺激的追求，也没有解决他真实的需要。小朋友最需要父母的鼓励、拥抱或是陪伴，去填满那小小心灵上的满足和安全感。

认识主耶稣后的生命，很难用言语形容，因为那是在心里面小小渐进式的转变——可以说是潜移默化吧！刚开始我还是我，什么事也没有发生，慢慢的有一天，我突然发现为什么我会说脏话？从小到大说了几十年了，怎么现在开始觉得怪了？竟然不用别人说教，自己觉得刺耳起来。后来竟然每次说都别扭起来，接下来就几乎完全改了。现在看到地上的垃圾无法置之不理踩过去了；对人说话大声些，马上也觉得好像不应该这样，会自责起来。现在的生命，好像多那一点点的改变，比以前多了一点分寸，多了一点爱心，多了一点耐心，多了一点同理心，心里的平安也多一份。因为我知道，我的 神必随时在我身旁看顾我、垂听我和供应我，总有一份踏实的平安在心里。正如圣经上所说：「应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉 神。神所赐出人意外的平安，必

时跟长辈朋友常常进出庙宇，我心中的平安却总是很短暂，稍纵即逝。

建国南北路是一条贯穿台北市南北向的高架快速道路，带给城市很多的交通便利，每星期六日也有著名的建国假日花市。这条美丽又便利的快速道路，却是我常常思考生命的道路。当时我女朋友的教会就在建国南路旁，而建国南路下的公有停车场，也就理所当然的成为我等待她聚会完的地点。自从她认识耶稣后，我便常常在想为什么我的排名后退了？本来男朋友应该排在家庭后，是谁又插队进来？恋爱 8 年，竟然抵不上一个刚插队的家伙！每个星期我们约会的时间，从星期日早上 10 点延后到中午 12 点。在那两年，来回两小时的车程和在停车场等待的时间，常常不由自主的陷入想不出答案的循环里。

每个人的人生总有转折点，也许是一场考试、一份新工作、一个新地方、或是新认识了一个人。感谢 神，让我在 17 年前，认识我人生的伴侣，也藉由她让我认识了 神。虽然认识神的时间不长，但我不仅知道她是神派来传福音给我的天使，而且认识神后更是使我对生活和生命有了奇妙的改变。从前的我看似外表坚强，心理却常常充满着不安和黑暗，无论如何都寻不着那份可依靠的平安。后来发现以前总是追求世上的外在欲望与