



# SFCC 40<sup>TH</sup> NEWSLETTER

March 2010 Volume 2, Issue 3

## Community Service Focus of the Month 本月愛社區活動

### 徵召留學生服務義工

西雅圖台語教會的初期，是由一群台灣來的留學生所組成的查經班，在過去的四十年，台語教會在神的帶領與祝福中成長為今日的教會規模，神也將台語教會擺在一個特別的位置來幫助留學生。在我們之中，很多人也都曾經是留學生，我們了解那種離鄉背井到異鄉求學的困難，特別是當留學生們初抵美國，人生地不熟，加上新的文化、語言的挑戰等等，使留學生對於即將展開的學校生活令人怯步。如果您也有過類似的經驗，您一定記得在那困難的時候，有人適時伸出援手的珍貴！

機場接送是我們可以幫助留學生在這裡適應新生活的方式之一，若您有這樣的負擔，請向關懷組執事沈佑歸或 Mike 聯繫。



欲成為機場接送義工，必須符合以下資格：

- 年滿二十五歲
- 持有未逾期之華州汽車駕照及保險
- 近三年內無重大交通違規紀錄



### 留學生的分享

作者：陳智毓 譯者：潘冬慧

(作者幾年前留學華盛頓大學時，曾於 SFCC 聚會並受洗成為基督徒)

在展開我的大學旅程之前，我不斷地想著自己還沒有準備好去適應一個新的地方。對於要認識新的環境和人群的害怕，是我最主要必須去面對的障礙。2003 年 8 月 23 日是我第一次到西雅圖並且正式成為華大新生的日子，我姐姐和她的一個好朋友來機場接我，就在那個時候，我鬆了一口氣，也感到從一個初次見面的人那裡而來的關心。學年開始之後，我姐介紹其他從 SFCC 來的朋友給我，在那時候，我還是有點害羞，也還沒有準備好認識那麼多人，但意外的是，我在 SFCC 認識的新朋友，他們對待我就像是他們的一份子，像是一個大家庭。我可以認識到在運動、學業、和作菜等興趣上的同好。雖然我在美國的那幾年，無法在台灣慶祝一些傳統的節慶，但是 SFCC 為每一個節慶所準備的活動就好像我們是在台灣一樣，在那裡很難感到自己是個完全的陌生人。除了節慶之外，你也有機會認識他們，他們宛如是你的兄弟姐妹一樣；你也可以詢問有關生活、工作、購物、旅行，和許多其他話題，他們的回答總是提供許多幫助。更重要的是，

你可以做你自己，也不必將自己隱藏在面具之後，認識彼此的弱點和長處是建立真正的友誼的基礎。

自從認識 SFCC 這個大家庭之後，我可以說你不但可以在西雅圖結交到朋友，也得到了一個一輩子都可以信賴和彼此分享的大家庭，即使我現在已經離開西雅圖了，我依然為我能在剛到西雅圖的時候認識這些朋友，覺得感恩和倍受祝福。你可以確定的是，他們總會是那群關心你的人。

### UPCOMING EVENTS 活動預告



- |           |                                   |
|-----------|-----------------------------------|
| 本月愛社區活動   | 留學生服務義工                           |
| 四月份愛社區活動  | 認養或贊助兒童                           |
| 3/18-3/20 | 西北基督教教育研習會                        |
| 4/2 (五)   | 8 pm 受難日聯合禮拜 (英台語)                |
| 4/4 (日)   | 12 pm 復活節聯合禮拜 (英台語)               |
| 4/9-4/10  | 青少年團契 Acquire the Fire conference |
| 4/17(六)   | Renee Stearns from World Vision   |
|           | (邀請世界展望會總裁夫人演講)                   |

# 主日講台：先改變自己(上)

聖經章節：林後 5:14-17; 約 15:1-8

2010年1月17日

陳仰聖牧師

此篇講章乃同工聽牧師講道所整理  
 下來的稿子，在此鼓勵聽得懂台語  
 的弟兄，上網站親自聽牧師講道  
 動的講道，願聖靈透過此篇講章  
 動聽道者並賜力量幫助聽道者。

<http://www.seattlefcc.org/worship/bulletin.php>

它是眾人的願望，它是進步必有的  
 步驟，它是歐巴馬總統競選時的口  
 號，也是許多人的新年志向。它有  
 就是「改變」。改變有種，有的在  
 外面的、外表的改變，有的在內  
 改變。有一些改變是個人變化的，  
 有一些改變是家庭的改變，有一些  
 社會的改變；世界環境的改變，就  
 在這裡要談的是內在的改變。

關於個人內在的改變，有六點我們將一起探討：

## 一、「改變自己」是最容易被忽略的事

大家都明白改變的重要，也很希望  
 改變。特別是一人，是去死，是因  
 種人，需要改變。其實，死人是  
 另一種人，是他在無從改變自己  
 在改變，所以無從改變自己。很  
 知覺，他不知道自己的需要。很  
 味人，他沒有自覺性的改變，忽  
 改變，但只重視外在的改變，略  
 容、化妝來變換外貌，卻忽  
 心的改變。常常我們努力的改  
 的人、家裡的人、教會的弟兄  
 妹、改變我們的團契、團體、社  
 會，以及世界；我們總是要改  
 人。我有機會替許多新人證婚，  
 新人在挑選結婚的教堂時，注  
 教堂是否有彩色玻璃，有些會  
 會的擺設，例如要有祭壇，才  
 像是教堂。當然，所唱的詩歌  
 都是經過審慎選。所以有人說：  
 很多要結婚的人都會想著：  
 「Aisle Altar Hymn.(走道、祭  
 壇、詩歌)」這幾個單字的諧音是  
 I'll alter him，意思是我要改變

他。雖然才差了幾個字母，意義卻  
 去甚遠。特別是好些女孩子都想  
 相著。現在沒關係，以後我再來  
 他。其實在當這當中，我們最容  
 略了一個人，那就是自己。我  
 改變你，沒想到我自己也要改  
 變。也就是這種一直要改變別人  
 願改自己的心理，容易造成的  
 不愉快。首先是一些衝突的自  
 生。我要改變你，但是你覺得不  
 需要改變；我想改變你，你還不  
 要我改變；這樣兩人就會起衝  
 動。我只如此，還會帶來心裡的  
 痛苦。因為我是好意要改變你，  
 我幫你，結果我就變得很快樂。  
 我就開始有憂鬱的傾向。再來，  
 你不讓我改變，那我就換地方，  
 我就離開，大家不必在一起；我  
 的教會做禮拜：搬到別的地方去  
 住。這就是最容易被忽略的事：  
 改變自己。

## 二、改變自己是最合理的

我們如果要改變一樣東西，當然  
 由近到遠來動工。那甚麼是離我  
 最近的呢？就是我自己。我就在  
 這裡啊！我們中國的聖人孟子說：

「枉己者，未有能直人也。」我  
 自己若彎曲，就無法教他人正直；  
 我自己若不正，就無法教他人正。  
 還有一個改變自己是很合理的原  
 因：改變自己不必得到別人的同  
 意。如果你要改變他人，要得到  
 人的同意，然而常常他人並不同  
 意。但是我們有主權來改變自己，  
 這是我的選擇，我的權利，我可  
 以改變我自己。

## 三、改變自己所帶來的影響是非常深遠

改變自己常常有連鎖效應，一個  
 果有改變，通常身邊的人都大改  
 變。有在看著。旁人看到了我們  
 變，他會知道，就算他嘴上不願  
 認，心裡通常會受到感動，也會  
 出一些調整來因應我們的改變。  
 如我們優待別人，常常別人會  
 待我們；如我們虐待別人，別人  
 也會虐待我們；我們如果對別人  
 有禮貌、有禮貌、友善，別人也  
 會回報；反之亦然。人際的交往  
 以用打球來做比喻：你用力地打，  
 球就跳得高；你如果打得輕，它  
 就跳得低。有一個孩子叫強尼，  
 他來到一個曠野，對著山谷大聲  
 喊著：「我是強尼。」山谷回應  
 他：「我是強尼。」他又喊著：「我恨

你。」山谷也低聲地會應：「我恨  
 你。」他哭著回家告訴爸爸，這  
 山谷裡住了一個壞人，一直學我  
 說話，我說我恨他，他也說恨我。  
 爸爸告訴他，你再去一次，但是  
 這次要講一句好話。強尼到了山  
 谷喊：「我是強尼。」山谷也回  
 應：「我是強尼。」強尼又說：「我  
 愛你。」山谷也回應了：「我愛  
 你。」

## 四、改變自己非常不容易

如果說，要改變別人是一件難事，  
 那麼要改變自己，絕對也是很難  
 的。我想至少有三個原因。第一，  
 我們已經定型了。我們已經是大  
 人，中老年人了，很多個性習慣  
 已經長久形成，這就是我，我的  
 性就是這樣，這要怎麼改呢？所  
 謂江山易改，本性難移，要移山  
 還容易，要改變一個人的性情是  
 很艱難的。聖經也告訴我們，古  
 人皮膚是黑的，豈能夠改變他  
 的顏色呢？豹的身上有很多的斑  
 點，豈能改變牠的斑點呢？聖  
 經說道，如果可以的話，那麼這  
 些習慣行惡的人就會行善了。人  
 好，可是好像總是改不過來。我  
 經一直都是這樣子，這就是我的  
 性了。第二，每個人都有盲點。我  
 們的眼睛長在頭上，專門拿來  
 看別人，不是來看自己，所以特  
 別容易看見別人的缺失。我寫文  
 章時，拿給別人校正，別人一眼  
 就看出錯處。我自己寫得眼睛發  
 花，常常看不到自己有哪裡出錯，  
 別人卻可以很快地指正。第三，  
 我們是很想改，不是不想改，可  
 是在沒力氣，可謂心有余而力不  
 足。人是很能幹，卻在有些關於  
 事情上，我們反而做不到。「力  
 拔山，不能自舉其身。」一個有  
 力量的勇士，能夠把山舉起來，  
 有辦法把自己抱起來嗎？沒有辦  
 法吧！我們無法將自己抱起來。  
 有限的，「明察秋毫，不能自觀  
 睫。」我們的眼睛很容易看到一  
 些極細微的東西，連地上的一根  
 毛也不放過，但是你能看到自己  
 的毛嗎？有一些事情我們自己在  
 做，改變自己就是這麼的難。

(下期待續)

## 五、改變自己需要上帝的幫助

## 六、改變自己是一條漫長的道路，是一輩子的事



## 大家來運動：讚美操事工介紹

讚美操於 2003 年創始於台灣，現在已推廣到世界各個角落。讚美操最主要是以神的話語來潔淨心靈，以優美的音樂來提昇氣質，以肢體運動來保持健康，以口唱心和來讚美神。我們教會跳讚美操是在 2008 年由迦勒團契的聚會開始，他們在一個主日崇拜中用的讚美操中的「主禱文」來讚美敬拜神。由於優美的音樂以及神的話語深深打動會眾的心，使得我們心中有份感動，覺得應該把這麼好的讚美操推廣到社區，使教會以外的人士也可享受神的話語和優美的音樂，並同時以肢體運動來保持健康。於是教會會友中幾個同工在 2008 年 10 月份成立喜樂讚美操團隊。自前年十月起，每週四晚上 7:30-9:00 租用「亞裔銀髮族基金會」場地，對外開放鼓勵大家參加。感謝主，從推行至今目前已有三、四十人參加過讚美操。參加的人都深深感受到讚美操是一項有益於身、心、靈健康的運動，因為有神的話語滋潤心靈，又能以肢體運動來保持健康。為了方便退休的老人在白天可以參加這項有益於身、心、靈健康的活動，我們在去年八月起，每個星期三中午 1:00-2:00 在北表爾威老人中心(Bellevue North Senior Community Center)也開始了讚美操的事工，目前有十多位退休老人參與這項活動。我們希望藉著讚美操，神話語的滋潤，每一個人都能以感恩喜樂面對生活，享受彩色的人生。如果你也想享受這個有益於身、心、靈健康的活動，請和姚怡朱姊妹(425 865 8457) 或郭芃圻姐妹(425 246 2580) 連絡。歡迎您來參加。



周三 1:00-2:00 pm 北表爾威老人中心  
周四 7:30-9:00 pm 表爾威亞裔銀髮族基金會



## 關懷組事工介紹

### 金蘋果信箱—鼓勵的話

「凡可稱讚的都要思念」(箴言 25:11)

使徒保羅在腓立比書裡勉勵我們基督徒在主裡要常常思念弟兄姐妹的優點，給他們一些鼓勵，並要互相學習。保羅說：「弟兄們，我還有未盡的話，凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的、若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，這些事你們都要思念。你們在我身上所學習的、所領受的、所聽見的、所看見的，這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在。」(腓 4:8-9)

為了回應保羅的勉勵，教會關懷組準備了一個「鼓勵的話」的信箱，放在教會走廊裡，希望我們弟兄姐妹能夠養成一種欣賞別人優點及好行為，並給予讚美的習慣。這樣定能夠使弟兄姐妹的感情更融洽，大家更能同心合一的來建造一個神所喜歡的教會。

希望從今天起我們練習每個星期思考一位弟兄姐妹、青少年子弟、牧師同工的所言所行，有哪些是你所欣賞、你所敬佩的，哪些是純潔的、是好的德行、是可愛的、是你想學習的，都寫在一張短箋，投入「鼓勵的話」的信箱裡。我們關懷組的同工會把你的短箋轉送給你所鼓勵的弟兄姐妹手裡，你可不必署名。相信經過一段時間後，我們教會定會有很大的不同。是人人喜歡來的教會，是賜人平安與喜樂的神所同在的教會。



# SFCC 40<sup>TH</sup> NEWSLETTER

## 本期內容：

本月愛社區焦點活動	1
留學生的分享	1
活動預告	1
主日講台：先改變自己	2
大家來運動：讚美操事工介紹	3
關懷組事工介紹	
金蘋果信箱 – 鼓勵的話	3
宣教士事工簡介	
Stuart Bullington	4

我們已設網站  
歡迎點訪

[www.Seattlefcc.org](http://www.Seattlefcc.org)

## 西雅圖台語基督教會

Seattle Formosan Christian Church  
333 NE 76<sup>th</sup> Street Seattle, WA 98115  
Phone: 206.522.8084  
E-Mail: [Info@seattlefcc.org](mailto:Info@seattlefcc.org)

台語禮拜 主日上午十時  
English Service Sunday 12 noon



## 宣教士事工簡介一

### Stuart Bullington 牧師夫婦

#### SFCC 異象：成作一個傳福音、宣教、向目標邁進的教會

這一期月刊要為大家介紹一位特別的宣教士，Stuart Bullington：大家也許對他並不是很熟悉：在過去幾年，我們教會每年都支持補助他的宣教事工，所以在這裏要特別介紹他和他的事工。

Stuart Bullington 本來是一位電機工程師：後來由於神的呼召，他放棄了工程師的職務：開始傳福音給國際留學生，尤其是對亞洲國家的留學生傳福音成為他宣教的負擔。他曾經來過我們教會分享他所屬的“國際學生組織”，他們的使命是“分享基督的愛給國際留學生，並幫助他們在所屬的當地教會可以得到很好的信仰造就”。當他還在西雅圖期間，他的宣教負擔是台灣留學生。他透過查經、英語教學把福音傳給留學生。後來他從西雅圖分派到台灣，繼續留學生的宣教事工。他在台灣認識了他的太太 Beth。他們夫婦幫助留美的學生在美國當地找到教會，也幫助那些留美學成回台灣的學生，可以繼續在台灣當地教會接受信仰造就。

在台灣服事數年之後，他們被分派到香港的宣教工場。之後 Bullington 一家在 2009 年被分派回到了美國費城服事。他們夫婦繼續對費城附近幾所大學的亞洲留學生做福音宣教的工作。願上帝堅定他手所做的工，並祝福他的服事！

若對 ISI 事工想更深入了解的兄弟姐妹，歡迎上網站 [www.ISIonline.org](http://www.ISIonline.org) 查詢。