

主後二零一八年四月刊

第292期

佳美雙月刊



我當日所領受又傳給你們的：第一，就是基督照聖經所說，為我們的罪死了，而且埋葬了；又照聖經所說，第三天復活了。 ~ 哥林多前書15:3-4 ~

佳美團契 Glorious Family Fellowship

哥城華人基督教會 Columbus Chinese Christian Church

目 錄

- 03 2018新年立志 / 支柏阳弟兄
- 05 受洗见证 / 驰姐妹
- 07 在路上的遇见 / 景明弟兄、钱萍姐妹
- 09 净化我们的思想，过圣洁的生活 / 陈惠民
- 15 健康专栏：阿尔茨海默氏症 / 赵小松
- 18 最后的路程 / 青橄榄提供
- 21 佳美每月祷告会
- 23 佳美月刊征稿通知

這些事你要殷勤去做，並要在此專心，使眾人看出你的長進來。

~ 提摩太前書 4:15 ~

2018新年立志

支柏阳弟兄

新年立志会上，施布喜牧师分享了提摩太前书第四章的经文，非常喜欢其中在第15-16节里，使徒保罗激励提摩太要长进：“这些事你要殷勤去作，并要在此专心，使众人看出你的长进来。你要谨慎自己和自己的教训，要在这些事上恒心。因为这样行，又能救自己，又能救听你的人”在今天这个新年第一次的聚会上，我想分享的是以下三个方面：

在过去的一年

作为一个基督徒在信仰上的长进

我是2011年感恩节受洗的。这些年来，从内心来讲，感觉自己好像在信仰上一直是不温不火，尤其是在灵修方面不够热切，虽然周五都有参加查经班，但在圣经

的深度学习，特别是主日崇拜方面还做得不够。可能主要是因为有时会觉得人与神的交流，各有不同，不必都在教堂里学习。但后来有看到圣经里教导说，做为基督徒，主日崇拜是必修课，作为基督徒要经常去教会，与主亲近。看到这些教导，让我从心里认识到了，我们的信仰不是一个宗教，仅仅靠着自己的冥想，要想得到圣经的真道是遥遥无期的。只有通过圣经的深度学习，通过从牧师的证道中，通过经常去教会与主亲近，才有可能真正地让耶稣基督进入你的内心和生命，让他成为你的救主。回首过去的一年，主要是在圣经的学习上，借着参加BSF查经班，比以前要用功许多，也就有了很多的得着。我所在的喜乐家庭组，大多是资深的基督徒，而我就可能是最年轻的了。去年组里的弟兄姐妹们让我做组长，可能也是从一个侧面，给我一个在主里成长的机会，当



然这同时也是一个压力。不过，还是非常感恩，有这么好的弟兄姐妹们，一直在给与我很多的帮助，陪伴着我帮我在主里成长。感谢主，在这里献上我的祷告：“亲爱的天父，我感谢您。我相信耶稣基督死在了十字架上是为我的罪受刑，我相信祂已复活，现在已做了万王之王。主啊，我恳求耶稣基督进入我的心里，进入我的生命中，饶恕我的罪，给我新生命。我愿意学习基督，以他为导师，顺服基督，以祂为我的主。谢谢天父您听我的祷告，奉主耶稣基督得胜的名求。阿们。”

在主里的事工方面的工作

前面已经提到，我们喜乐组有很多的资深的基督徒。而恰恰在我们喜乐组，在过去的几年里就有张鸣弟兄，廖格姐妹得了重病。他们两位在灵修方面都是非常有着落的，尤其是在经文学习方面一直对组内的弟兄姐妹们帮助良多。当初大家得知他们得病的消息时，心里除了震惊，还有疑惑：我们不懂上帝为何要把这苦难加在他们身上。当然作为基督徒我们明白“我们不知道明天将如何，但我知谁掌管明天”。组内的弟兄姐妹们都一直在为他们的医治祷告，向主求。在感动中，我们喜乐的全体弟兄姐妹们去年为他们两位分别办了简朴而又温馨的生日party。在这两次聚会里，真真切切感受到了大家对能见证主的医治大能所怀着的感恩的心。“因为你们立志行事，

都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。”
(腓立比书2：13)

怎么使自己的家人都得救

自从我在2011年受洗后，一直有在想家人也要得救的事。从去年开始的BSF本年度查经是查罗马书，而罗马书开篇第一章第十六节的经文是：“我不以福音为耻。这福音本是神的大能，要救一切相信的，先是犹太人，后是希利尼人。”这经文让我想到我回国的时候，好像都没有去找过当地的教会参加崇拜活动。不仅如此，更重要的是，我都还没有尝试过把这福音传给在国内的父母。自我审视之下，主要还是怕他们一口回绝，所以没有去尝试。可是罗马书的经文对我们是个好的提醒！我们要学习保罗，不以福音为耻，首先至少要把这宝贵的福音传给自己至亲的人！所以在这里我要自勉，要经常地恒切地为父母祷告，求主让我能在他们面前活出新生命，让他们也能因着我而愿意进入到主内来，相信耶稣！也请弟兄姐妹们为我祷告，为我的父母祷告，让他们在不久的将来，能归于主内，得享主的救恩！

受洗见证

驰姐妹

我是OSU物理系的博士，读了七年半最近刚毕业。一年前我男朋友离开OSU去加州工作后，我发现我的生活质量骤降，我一个人住，一个人做实验，没有朋友。而科研上理想与现实越来越大的差距，加上自我批评和负面思维的习惯，让我一直在抑郁的门外徘徊。我从那时起开始参加教会和小组的活动，起初的动机是孤独想有个群体，想有人关心。让我持续参加活动的另一个动机是，我感受到信仰里很多思维方式是对我们生活工作中的心理状态有帮助的。

提到信主，我最大的困难起初是科研训练中一步到一步要逻辑严谨和信仰中凭信心跳跃的差别。但细想到后来发现我最大的困难是在国内接受的马克思的无神论，这自然会让我对信仰产生很多的质疑。所以很长一段时间我虽然对信仰的内容感兴趣，知道对我们有好处，也几次做了尝试。但因每次遇到神的论述都是以抽象的方式理解的，而并不会应用。不过即便如此，在渐渐的熏陶渗透下，每次读经、听讲道或门训后，都对我的心态上有了另外一个角度的启发。还有一个帮助是，在我找工作最抑郁无助时，听着音乐并祷告，发现会得到解决的方案和正确的方向。

之后的几个月进入到了找工作无望、写毕业

论文要来不及了的阶段。我第一次面对未来的不确定性，在心态上没有储备，一上来就被吓破了胆。面前的任务像一座座高山，越大压力就越不想迈出步子。加上负面思维，一点点小事都会放大成我的未来要完蛋了。那时多亏了小组W姐妹无私舍己的支持，还有她在论文写作上专业的帮助，“背着我”走了一段路，我终于及时完成了毕业论文。在去年12月中旬博士论文答辩通过的那天，父母和亲戚都在微信群里欢呼庆祝起来。

可谁知，就在同一天，男朋友提出了分手的想法，因为我在毕业阶段一直将我的抑郁情绪发泄到他身上，来缓解我的压力。我们的辅导知道后第一时间打来了电话帮助我，详细讲解了与亲近的人相处中生气的罪，并提醒我虽然眼前想的是要挽回，但更重要的是这件事对我生命中要改变的东西的提醒，并进一步向我传福音，询问我信主四条中困难在哪一步。我因此发现我不应该抽象的去理解神，而是要真实的相信神的存在。我算是那次通话决志的，对岸是青草地，我要凭信心先过到那边去。那周末的聚会后牧师进一步回答了我对信仰还存留的疑问，比如如何相信，与科学类比的话，我们没有直接用肉眼看到电子，但所有的观测与理论自治，我们就相信这个



科学理论是对的，那么那边多人在信主后生命有了真实的改变，为什么不能相信神的存在呢。之后辅导鼓励我用《一步一步学箴言》做为灵修材料。我深深认同人的原罪。我认识到圣经并不是教你傻傻的做个好人，而是带着明辨和谋略的。它既给你做人道理的智慧，又给你力量去改变累积很久的坏习惯。我意识到很多生活中的不开心是因为自己心里的罪，比如贪心、骄傲、嫉妒、争竞、懒惰的罪。而很多与人相处中的矛盾，也可以通过对罪的学习而改善。通过门训我进一步发现，我现阶段生命中的两大诉求：追求理想的诉求和提高与人相处能力的诉求，都是可以从信仰中得到帮助统一起来的。

随后，我男朋友因看到我有真实的改变与很大的进步欣然的与我和好了。我因那段时间接触了很多，思索了很多，花在灵修读经上的时间很多，我发现读经带给我了生命力，就像人生的正确使用说明书，用信仰的思维去想，从神的角度去想。那段时间心情是通透舒畅的，我不再害怕找工作的不确定性，哪怕这次找工作不是最理想

的，我相信只要依赖圣经持续以这样的状态去生活，我的人生就一定是向上走的。那一刻是一个转折，自此之后，我的求职似乎180度大转弯，在我激动于两个面试有望努力转成offer时，第三个、第四个地方就来了offer。好事开始一件又一件的发生在我身上，超过了我的预期。我觉得这些是主为我开的路，我是神国的子民了，为我开路是为要我更好的完成神交给我的人生的任务。

经历了想通信主的过程，我觉得这是要用心感受不是用脑逻辑推理的，并且看看他都为你做了什么。我从前在心态上没有储备，是在这次触礁后才开始寻找解答的，我希望能在今后的生活中持续灵命成长，这样在以后再次压力大不确定性的阶段，可能不是毕业了，可能是别的事情，能够像保罗一样得了秘诀，知道如何处贫贱，或饱足或缺乏，都可以喜乐平和，乐观积极。

在路上的遇见

景明弟兄 钱萍姐妹

弟兄姐妹们，平安！

当听到柏杨弟兄吩咐我们在小组做个分享，我们答应得并不是很干脆，我们贫乏得实在是不足以说什么，这并不是谦虚。但感谢主，这要求仍然催促着我们整理这段心路历程和大家分享。

我们是九十年代初在新加坡信主的。那时我们一个在新加坡的生物研究所工作，一个在中学教书，信主给我们的生命带来了新的意义。我们日常生活也从两点一线（家 - 工作单位）的循环，改变为（教会 - 家 - 工作单位）三点一线的循环。虽简单，但不容易，跟随耶稣的道路并不平坦，我们同样经历了风风雨雨、磕磕碰碰。日子一晃二三十年就过去了，随着年纪的增长，人生的种种困境不期而至：身体的软弱、生活的压力、事奉的倦怠、情绪的低落、内心的失落……种种软弱、无力、有限，催逼着我们要重新审视自己的人生。多年来，为了孩子，为了生存，劳碌捕风，多年信主，灵命却仍然贫弱，生命仿佛只有向上的挣扎，没有向下的扎根。

而今我们已面临退休之年，人生已进入下半场，何去何从？也曾在困顿中挣扎了好几年，也在祷告中求神带领，最终还是决定一面先后辞去

工作，一面寻求神的带领。虽然八年前就有到美国定居的机会，但我们一直以为神要我们回去中国，那是我们熟悉的环境，且一直都在为此祷告。而俄亥俄州的哥伦布是我们从未到过，完全陌生的地方，一年前做梦都想不到的地方，奇妙的是我们几乎没有什么挣扎，神就把我们拉出熟悉稳定的生活圈，把我们带到陌生的哥伦布，虽然在这里我们只是生活了短短四个月，但神却让我们经历了祂奇妙的爱。

过去近三十年炎热繁忙的都市僵化的生活，我们甚至早已经忘记冬天的寒风是刺骨的、异乡的路途是孤寂的，是神让我们抽离出那已经习惯舒适的环境，在体验陌生寒冷之中，单单安静在祂面前，远离了平时的喧嚣、脱去尘世的面具，才有机会看见自己的软弱和衰败，感谢主，祂给了我们这个时空安静自己，检讨自己，去发现自己内心的转向。

同时神也向我们展示了祂的大爱和美好，祂让我们在这里遇见了哥城华人教会的弟兄姐妹们，我们虽然素昧平生，但却亲密、喜乐如家人。谢谢你，兴宜、义军、温平、茂宁、书华、儒龙、德纲、柏杨 张鸣、Hongwu、振贺、津

涂、亦晶弟兄；谢谢你，格格、素云、慧玲、Cindy、瑞鑫、李静、玉香、艳艳、文琴、庄液、马璇、Lisa、田薇、Yan Guan、世漪、谢红、关虹、秦卫、汪怡姐妹；还有很多我们不熟悉姓名，但熟悉那可亲的笑容的弟兄姐妹，感谢你们的各种帮助和支撑，即使身处严寒，却如沐春风。感恩能和你们在一起交通、敬拜和领会真理，更让我们有一个角度看见自己灵命的贫弱，操练谦卑；感谢哥城的余牧师余师母、张牧师和各位同工，感谢哥城华人基督教会，无论是团契、敬拜和主日学，都让我们感受到家的温暖、亲切和美好，更得着真理的建造。

我们将于本月31号离开哥城，到洛杉矶去。再见了，弟兄姐妹们，相信我们来到哥城的经历

绝不是偶然的，我们的相遇也绝非偶然。在这儿四个月的经历中，无论是寒冷和温暖；孤寂和热情，这一切都丰富了我们的生命，帮助我们回望自己的足迹，激励我们探求心灵的故乡，触摸神为我们所造的那个原始的自我形象。求神让我们回到祂真实的面前，重新确立自我的身份，确立人生迟暮下半场的召命。感恩！

弟兄姐妹们，愿主与我们喜乐一家人同在，阿门！

主内

景明、钱萍 谨上

2018年3月26日

净化我们的思想，过圣洁的生活

陈惠民

凡是真实的，可敬的，公义的，清洁的，可爱的，有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要去行，赐平安的神就必与你们同在。 腓 4:8

Whatever is true, whatever is noble, whatever is right, whatever is pure, whatever is lovely, whatever is admirable –if anything is excellent or praiseworthy – think about such things. Phil 4:8

这是我最喜欢的经文之一，因为它指出了人最终能否成圣的一个关键环节：人的思想。人在其一生中大部分的时间都在思想，甚至在夜间的睡眠里思想仍然活跃，我们称之为梦。你可不可以尝试一下让你的大脑处于什么都不想的“真空”状态，5分钟，10分钟，30分钟，1小时？很难做到。人的脑海里每时每刻都充满着各种各样的念头。这些念头影响着我们的言语和行为，反映出我们的内心。人心是一个复杂莫测的世界，是魔鬼和上帝争夺灵魂的战场，而人的思想念头是这场战争中的武器。你的思想决定你的品味和人格，对你的一生起到决定性作用。我们可以用下面这个简单的图表来看看思想的重要性：

思想 → 言语 → 行为 → 习惯 → 品德 → 灵魂归宿

Thought → Words → Actions → Habits → Character → Destiny

你的思想会在你的言语中流露出来，你的言语会左右你的行为；你的行为久而久之会成为你的习惯，你的习惯会构成你的品格，而你的品格将决定你灵魂的最终归宿——是与上帝永远同在，还是与神永远隔绝。

法国哲学家笛卡尔曾经说过：“我思故我在” “I think, therefore, I am”。实际上这句话可以理解为我的思想决定了我的存在，决定了我是什么样的人：I am what I think (spiritual dimension) 就像有人常说的：You are what you eat (physical dimension).

人性的秘密隐藏在思想中；思想的种子在灵魂这块土壤上孕育，发芽，开花，结果。你撒下什么样的思想种子，就会得到什么样的品德果实。请看由纯洁的思想孕育出的好品德（讨神喜悦的人格）：

Accountability	责任感	Courageous	勇敢
Attentiveness	专心	Courtesy	礼貌
Availability	服务他人	Creativity	创造力
Burden bearing	为人带求	Decisiveness	果断
Caring	关怀	Deference	遵从
Cheerful	乐观	Dependability	可靠
Committed	承担	Detachment	客观
Compassion	同情	Determination	坚定
Confident	信心	Diligence	勤奋
Considerate	为他人着想	Discernment	洞察力
Contentment	知足	Discretion	审慎明智
Conviction	坚信	Endurance	忍耐
Cooperative	合作	Enthusiasm	热情
Excellence	卓越	Optimistic	积极乐观
Faith	信仰上帝	Orderliness	有条理
Faithfulness	忠诚可靠	Patience	耐性
Flexibility	随遇而安	Peaceful	平和
Forgiveness	饶恕	Peacemaking	使人和睦
Friendly	友善	Persevering	坚忍

Generosity	乐与施舍	Persuasiveness	说服力
Genuineness	真诚	Prayerful	祈祷
Gentleness	温柔	Punctuality	守时
Helpfulness	助人	Purposeful	有目标
Holy	圣洁	Reliable	可靠
Honesty	诚实	Repentant	悔悟
Honor	尊敬	Resourcefulness	随机应变
Hopeful	有盼望	Respectful	尊重
Hospitality	盛情好客	Responsible	负责任
Humble	谦卑	Reverence	敬重
Humility	幽默	Self-Control	节制
Initiative	主动	Self-disciplined	自律
Integrity	正直	Sensitivity	敏感
Joyfulness	常常喜乐	Sharing	与人分享
Justice	正义	Sincerity	诚挚
Kindness	恩慈	Teachable	虚心受教
Love	关爱	Tenderheartedness	怜悯
Loyalty	忠心	Thankfulness	感恩
Meekness	亲和	Thoughtfulness	细致
Merciful	仁慈 宽容	Thriftiness	节俭
Moderation	中庸	Tolerance	容忍

Obedience	顺服	Trusting	信靠
Trustworthiness	可信任	Truthfulness	真实
Unselfish	不自私	Virtue	持守美德
Wisdom	充满智慧		

我们再来看看从邪恶的思想念头中滋生出的罪恶品性：

Pride	骄傲	Disobedience	不顺服
Self-Righteous	自以为是	Defiance	藐视
Shifting Blame	推卸责任	Scoffer	嘲弄
Making Excuses	找借口	Scorner	鄙视
Hypocrisy	虚伪	Arguing	争吵争辩
Stubbornness	顽固	Complaining	发怨言
Self-Will	偏执己行	Vanity	虚荣心
Judging others	论断别人	Tattletale	饶舌
Selfishness	自私	Meddling	好管闲事
Greedy	贪心	Foolish Speech	戏笑的话
Confidence in Riches	依靠财势	Unclean Speech	污秽的言语
Envy, Jealousy	妒忌	Flattery	奉承
Covetousness	贪婪	Hatred	仇恨
Theft	偷盗	Bitterness	苦毒
Debt	欠债	Hitting	打人

Easily Swayed	摇摆不定	Biting	咬人
Double-minded	怀二意	Kicking	踢人
Fainthearted	心意不坚	Revenge	抱仇
Giving up	泄气	Cruelty	虐待
Depression	沮丧	Bullying	欺负人
Fear	胆怯	Unkind Speech	刻薄的言语
Worry, Anxiety	忧虑	Name Calling	替别人取绰号
Laziness	懒惰	Insensitivity	麻木不仁
Unfaithful	不忠诚	Lack of Compassion	缺乏怜悯
Haste	欲速则不达	Bad Friendship	结交损友
Impatience	不耐烦	Poor Manners	没有礼貌
Anger	发怒	Teasing	捉弄人
Pleasure-Seeking	放纵私欲	Trouble Making	故意捣蛋
Immorality	淫荡	Drunkenness	醉酒
Sinful Desires	私欲	Lying, Deceit	说谎
Immodesty	不端庄	False Witness	假见证
Wastefulness	浪费	Gossip	闲言闲语
Carelessness	粗心	Slander	恶意中伤

人一时的念头往往左右人的一生，使其或成就辉煌，或前程断尽。前共和党黑人总统后选人Ben Carson 就是一个很好的例子。八岁的时候他的父母离异，母亲独自把他和哥哥带大。特定的家庭环境使年幼的Carson脾气暴躁，心里冲满了苦毒。有一次一个朋友因他的肤色侮辱了他，他气愤之极，暴

跳起来。当时他的脑海里想的就是要报复。他操起一把小刀冲向朋友，朝着朋友的肚子猛的刺去。。。这时他的眼前一片黑暗，一场悲剧即将发生，等待着他的会是什么呢？怜悯的上帝啊，你的爱无处不在，深厚长远。就在这千钧一发之时，上帝伸出了他慈爱的手，挡住了这把刀子。刀子刺在了朋友的皮带扣上。Carson被自己的行为吓坏了。如果不是上帝的干预，后果不堪设想，他的朋友将遇害，而他自己将琅琅入狱。这时他想起了母亲曾带他去过的教会，他仿佛看见了耶稣向他投来的慈爱怜悯的目光。他决意要回到上帝的话语中来，让自己的思想充满美好的东西，充满神的话语。从那以后他的人生彻底地改变了。后来，他成为有名的脑外科专家。他的例子说明，一念之差，失之千里。

保罗说要思想真实的，美好的，纯洁的，高尚的东西。那么什么才是真实的，美好的，纯洁的，高尚的呢？当然是神的话语。从人来的只能是苦毒邪恶的念头。我们往往对别人给自己的过犯耿耿于怀，不能饶恕；对别人取得的成就嫉妒不满；骄傲，总是以为自己比别人强；自私，以自我为中心，甚至当别人的车开自己前面的时候我们也会心怀不满。所以，我们需要用神的话来改变我们的心思意念。我曾经参加过早期IFI的小组活动，我们曾大量背诵圣经经文，目的就是要随时随地思想神的话语，以净化自己的灵魂。

在当今这个人欲，物欲，权欲横流，众人远离真理的时代，我们怎样才能过着纯洁，高尚，和有尊严的生活呢？答案就是，让神的话语充满我们的思想，净化我们的灵魂。诗篇1：2说：“惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福”。

健康专栏 阿尔茨海默氏症

赵小松（神经科医师）

阿尔茨海默氏症是一种导致记忆，思维和行为问题的痴呆症。痴呆症是一种记忆力丧失和其他严重影响日常生活的认知能力的总称。阿尔茨海默氏症是痴呆的最常见形式，占痴呆病例的60%至80%。症状通常发展缓慢，随着时间的推移会变得更糟，变得严重到足以干扰日常工作。阿尔茨海默氏症不是衰老的正常部分。已知的最大危险因素是年龄增加，而且大多数患有阿尔茨海默氏症的人年龄在65岁以上。但阿尔茨海默氏症不仅仅是一种老年病。约有20万65岁以下的美国人患有年轻发病的阿尔茨海默氏病（也称为早发性阿尔茨海默氏症）。阿尔茨海默病是一种进行性疾病，随着时间的推移，阿尔茨海默氏症恶化。在早期阶段，记忆力减退是轻微的，但随着晚期阿尔茨海默氏症，个体失去进行对话并对其环境做出反应的能力。阿尔茨海默氏症是美国第六大死因。

阿尔茨海默病通常进展缓慢，有三个阶段-轻度（早期），中度（中期）和严重（后期）。由于阿尔茨海默症以不同的方式影响人，每个人都会经历不同的症状。尽管疾病进展速度各不相同，但阿尔茨海默病的症状会随着时间而恶化。平均而言，一位患有阿尔茨海默氏症的人在确诊

后四至八年内可以生活，但可以长达20年，这取决于其他因素。与阿尔茨海默氏症相关的大脑变化始于疾病发生前的几年。这个持续数年的时间段被称为临床前阿尔茨海默病。下面的阶段提供了一旦症状出现后能力如何变化的总体思路，并且应仅用作一般指导。它们分为三类：轻度阿尔茨海默病，中度阿尔茨海默病和严重阿尔茨海默病。请注意，由于各个阶段可能会重叠，因此可能难以将患有阿尔茨海默病的人处于特定阶段。

轻度阿尔茨海默病（早期）

大脑的显微变化在记忆丧失的第一个迹象之前就开始了。大脑有100亿个神经细胞（神经元）。每个神经细胞与许多其他细胞连接形成通信网络。神经细胞群有特殊的工作。有些人参与思考，学习和记忆。其他人帮助我们看到，听到和闻到。为了完成他们的工作，大脑细胞像小工厂一样运作。他们获得物资，发电，建设设备并摆脱浪费。细胞还处理和存储信息并与其他细胞进行交流。保持一切运转需要协调以及大量的燃料和氧气。科学家认为阿尔茨海默病可以影响细胞工厂的正常运行，但他们不确定麻烦发生在哪里。就像一个真正的工厂一样，一个系统中的备份和故障会在其他领域造成问题。随着损伤扩

散，细胞失去了完成工作的能力，最终死亡，导致大脑发生不可逆转的变化。

在阿尔茨海默氏症的早期阶段，一个人可以独立行动。他或她可能仍然开车，工作并成为社交活动的一部分。尽管如此，这个人可能会觉得他或她有记忆失误，比如忘记熟悉的文字或日常物品的位置。接近个人的朋友，家人或其他人开始注意到困难。在详细的医学访谈中，医生可能能够发现记忆或注意力集中的问题。常见困难包括：

- 记不起正确的词或名称
- 在遇到新人时，记不清新人的名字
- 在社交或工作环境中难以完成应有的工作和任务
- 忘记刚读过的材料
- 丢失或错放贵重的物品
- 不能有效地计划或组织完成事情

中度阿尔茨海默病（中期）

中度阿尔茨海默氏症通常是最长的阶段，可以持续很多年。随着疾病的发展，患有阿尔茨海默病的人需要更高水平的护理。您可能会注意到患有阿尔茨海默症的人混淆词语，沮丧或生气，或以意想不到的方式行事，如拒绝洗澡。大脑中神经细胞的损伤可能使其难以表达想法和执行日

常任务。此时，其他症状会显着，可能包括：

- 忘记事件或关于自己的个人历史
- 感觉喜怒无常或退缩，特别是在有一定挑战的社交情况下
- 无法回忆自己的地址或电话号码或他们毕业的高中或大学
- 搞不清他们在哪里或是哪一天
- 需要别人帮助选择合适季节或场合的服装
- 有些人无法控制大小便
- 睡眠模式的变化，如白天睡觉，夜间变得焦躁不安
- 容易流浪和迷路
- 人格和行为变化，包括可疑和妄想或强迫性的重复行为

严重的阿尔茨海默病（晚期）

在这种疾病的最后阶段，个体失去对环境作出反应，进行对话并最终控制运动的能力。他们可能仍然会说出单词或短语，但沟通痛苦变得困难。随着记忆力和认知能力的不断恶化，可能发生重大的人格变化，个人需要广泛的日常活动帮助。在这个阶段，病人会：

- 需要日常活动和个人护理的全天候协助
- 失去对最近经历以及周围环境的认识
- 身体能力的变化，包括行走，坐下以及最终吞咽的能力
- 沟通越来越困难
- 易感染，特别是肺炎

没有一项测试能诊断一个人患有阿尔茨海默病。虽然医生几乎总能确定一个人是否患有痴呆症，但确定确切原因可能很困难。诊断阿尔茨海默氏症需要仔细的医学评估，包括：

- 彻底的病史
- 心理状态和情绪测试，
- 身体和神经检查
- 测试（如血液测试和脑成像）可排除痴呆症状的其他原因

记忆困难并不意味着你有老年痴呆症。许多健康问题会导致记忆和思考问题。当痴呆症状是由可治疗的情况引起的，如抑郁症，药物相互作用，甲状腺问题，过量使用酒精或某些维生素缺乏症时，可能会逆转。有经验的医生诊断阿尔茨海默氏症的准确率超过90%。出现早期症状后的第一步是找到一位让您感觉舒适的医生。许

多人联系他们的常规初级保健医生或内科医生关于他们关于记忆丧失的担忧。初级保健医生可能会将您转介给专门诊断和治疗阿尔茨海默氏症和相关痴呆症的医生。

专家包括：

- 神经科医生，他们专门研究大脑和神经系统疾病
- 精神科医生，他们专门从事影响情绪或心理障碍疾病
- 心理学家，他们在测试记忆和其他心理功能方面经过特殊训练。

目前，阿尔茨海默氏症无法治愈。但药物和非药物治疗可能有助于认知和行为症状。它们可以在有限的时间内帮助减轻症状，如记忆力减退和困惑。它们可以暂时减缓痴呆症状的恶化，并改善患有阿尔茨海默病和其护理人员的生活质量。研究人员正在寻找新的治疗方法来改变疾病的进程，并改善痴呆症患者的生活质量。今天，阿尔茨海默氏症处于生物医学研究的前沿。研究人员正努力尽可能多地揭示阿尔茨海默病和相关痴呆症的许多方面。在过去的20年里，我们所了解的阿尔茨海默氏症的百分之九十已被发现。一些最显著的进展揭示了阿尔茨海默氏症如何影响大脑。希望这种更好的理解会导致新的治疗方法。

最后的路程

青橄榄提供

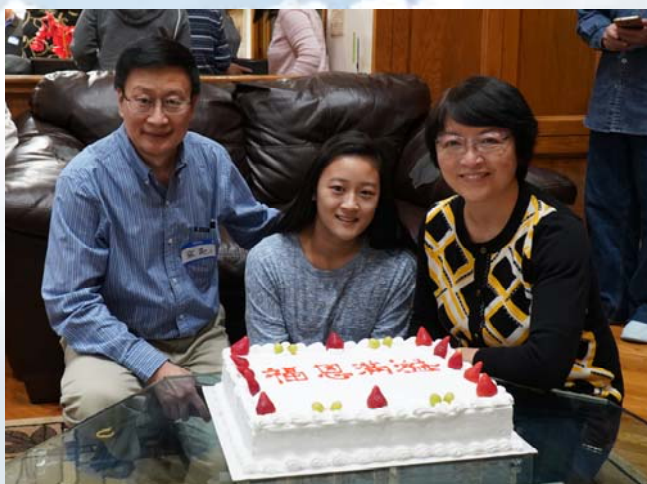
神啊 你的道路
高过我们的道路
神啊 愿你的意念
指引我们前行

愿我们看见远处的
云柱和火柱
愿我们看见脚前的
亮光和明灯
愿我们扬声高唱
我心坚定
我心坚定
我要唱歌
我要歌颂
我的灵啊 放眼望去
到处是马其顿的呼声
到处是饥渴的灵魂
到处是发白的庄稼
到处是待占领的迦南
麦秋已经过去
夏令已经完毕

晨星即将出现
时间更加紧急

愿我们听见进军的角声高昂嘹亮
让我们随着征人一同歌唱
应当努力前行

神啊 你的道路
高过我们的道路
神啊 愿你的意念
指引我们前行
愿我们看到前一代的脚踪
愿我们听到出征人的战歌



愿神的儿女们
一同高唱
我心坚定
我心坚定
我要唱诗
我要歌颂
我的灵啊
应当努力前行
神让千万同胞
走出国门
布满了世界各地
你我正是其中的一部分
神又在你成熟稳定之际
将众多的年轻学子
带在你我的身边

这不是偶然的巧合
定然有神美好的旨意
我们既得了神儿子的位分
焉知不是为了现今的时机
恩主培育我们一生一世
使用我们常是一事一时

神啊 你的道路
高过我们的道路
愿你的意念
指引我们前行
愿我们想到主耶稣的呼召
愿我们看到前一代的脚踪
愿我们听到出征人的战歌
前行，前行！



禱告事項

沈秀成/李重敏

佳美 每月禱告會

喜樂組帶領

为团契负责各项服侍的弟兄姐妹求恩典。求 神赐他们寻求顺服的心，在各项工作中寻求 神的旨意，做成金银宝石的工作。求 神祝福岗位上的变动，呼召祂要使用的人。

在要来的受难日和复活节，愿 神在我们的敬拜纪念中让我们的心看见主耶稣为我们死，复活在父 神的荣耀中，被祂的爱充满。

为张凯弟兄、赵剑姊妹一家工作变动和搬迁求恩典。主与他们同在，就有智慧能力，求 神带领，他们一家就有平安喜乐。

为川普总统和现任政府祷告。求 神赐顺服的心，在各样的事上行公义好怜悯，有谦卑的心行 神的旨意。

继续为我们在病痛中的，身體軟弱的兄弟姐妹和慕道友祷告：继续为廖格姐妹，李慧姐妹，吴深川弟兄，张鸣弟兄，马牧野弟兄祷告，在生活上有困难的兄弟姐妹和慕道友，也求 神的憐憫，照著他們的需要賜下供應，安慰與平安。

禱告事項

沈秀成/李重敏

佳美 每月禱告會

溫馨組帶領

华语堂布道会

为布道会的讲员吕绍昌牧师祷告。求圣灵感动他，激励他来宣扬 神的话语；并赐给他属天的智慧，把天国的奥秘用浅显的语言传达给听众，打动慕道友的心。同时也为讲员的行程祷告，求 神看顾他的整个行程，安全抵达，保守在Columbus的三天的讲座，平安返回。

求 神感动还没有认识主的华人来参加布道会，通过讲员的信息来认识耶稣，认识真理。感动已经预备好的慕道友，给他们以勇气来当众决志信主。

感谢 神有这么多的兄弟姐妹来服侍 神，为布道会准备付出。求 神继续大大地继续使用他们。为布道会的宣传、宣传单张的发送、讲员的接送、陪谈员的准备、儿童看护、敬拜的带领、晚餐的准备等事工祷告。

为布道会之后继的各个团契小组的跟进事工们祷告，愿 神赐给他们精力和爱心去联系邀请新决志的兄弟姐妹，使他们在属灵的道路中成长。

佳美月刊征稿通知

[… 傳福音，報好消息的人，他們的腳蹤何等佳美 …]

佳美月刊编辑组诚恳邀请弟兄姐妹们、慕道友、以及朋友们积极使用并开垦这块属灵的园地，期盼佳美月刊能够成为弟兄姐妹之间心灵交流、共鸣、以及互通资讯的管道。同时也能够成为神大大祝福的器皿，并在这末世宣扬福音，造就信徒。愿佳美月刊的事工能蒙 神大大的喜悦，也愿 神祝福祂的话语，赐福与在这块园地辛勤耕耘的弟兄姐妹们。

佳美月刊广泛的接受任何形式的来稿，包括散文、诗歌、图画、摄影，以及美食谱，稿件内容包括（并不局限于）：

1. 个人见证、读经心得、属灵体会、一切勉励并造就人的话语
2. 团契小组的集体见证、分享，以及鼓励的话语
3. 团契福音事工见证
4. 特邀稿件、采访、录音，及译文

哥城華人基督教會 Columbus Chinese Christian Church

4141 Maize Road, Columbus, Ohio 43224

Phone: (614)715-2212 Fax: (614)263-9298 www.columbusccc.org

佳美團契

團契主席：郭全林 / 團契副主席：丁伦汉 / 月刊主编：孙荔萍 / 月刊副主编：刘金清

本期责任编辑：李方莹 / 版面设计：青橄榄 / 編輯：南守彦、庄液、刘金清、李方莹、马娜、肖晴