



# NOVA Adult Day Care Center & Home Care 乐园日间护理中心

4-088

我们的宗旨：老有所依、老有所乐。让您享受家一般的温暖。

维州唯一  
华人创办老年活动中心

- 健康管理：**专业医生定期会诊并提供理疗服务、专业护理人员每日基础健康检查
- 生活辅助：**专车上门接送、预约医生、陪同就诊、外出购物
- 营养膳食：**提供中餐西餐、品种丰富、营养均衡
- 康娱活动：**日常锻炼、设施齐全、定期开展丰富多彩的文娱活动
- 居家护理：**专业护理人员上门照顾日常起居、亲情陪伴
- 福利咨询：**Medicaid(白卡)和Medicare(红蓝卡)相关事宜
- 倾情服务：**专业护理，亲情式融入



招聘 诚邀您加入我们的团队：  
司机、办公室人员 RN注册护士、PCA护理人员



办公室：703-433-8888 传真号：703-433-1111

地址：44675 Cape Ct, Suite 130, Ashburn, VA 20147 Email: bartel@novaleyuan.com



# 真善美日间保健中心

4-068

12910 Cloverleaf Center Drive, Suite 100, Germantown, MD 20874 Web: www.jasminecenter.com



欢迎致电查询

邹秉雄  
240-683-0033  
吕思慧  
240-386-7882  
中心电话  
240-232-2288

### 中心特色

- 精国、粤、台语的专业医护及护佐
- 专业社工协助申请各类社会福利
- 舒适安全的交通车到府接送
- 营养丰富的早、午餐及点心

### 中心宗旨

We are an equal opportunity employer

- ♥ 最真诚的贴心照料
- ♥ 最完善的保健设施
- ♥ 最美丽的场地环境

邹秉雄、吕思慧主理

华人最优秀的保健服务团队  
至诚为您提供最专业的服务

真诚 善良 美丽  
Truth Goodness Beauty



一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

## 生老病死不过才一个轮回

請常念  
阿彌陀佛

7-162

歡迎和我們一起在線學習  
由出家法師講解佛經



扫描进入ZOOM在线学习

需要ZOOM ID及如何拨打电话上线学习，详见右边文章后面介绍。

時間：周一至周五晚上：7:30 pm

周六上午：9:00 am

联系电话：301-683-8831, 240-621-0416

电子邮件：guanyintangusa@gmail.com

一对年轻姐妹在鲜花绚烂的花园中，遇见一位风烛残年的老妇人。小女孩看着发白面皱、齿落背佝的老妇人，问：“姐姐，我们会不会变成她那样呢？”“会的，一定会变成那样的！”

衰老，是现代人的头号大敌，没有一个人愿意自己变老，于是想方设法挽留逝去的青春。然而，“青山留不住”，看着皱纹一天天增多，谁也不能阻止无常的脚步。

有一部影片中，曾有一段很有意思的对话：一对年轻姐妹，在鲜花绚烂的花园中，遇见一位风烛残年的老妇人。

小女孩看着老妇人发白面皱、齿落背佝，问：“姐姐，我们会不会变成她那样呢？”“会的，一定会变成那样的！”

人老了以后，身上、脸上都是沟壑纵横，布满皱纹。又因体内的血肉减少，骨头和皮之间的肉慢慢干了，使得骨节暴露无遗，牙腮骨、关节头也全都凸出在外……

看到这种情景，许多老人闷闷不乐，特别苦恼。其实没什么可苦恼的，就好比到了秋天，再怎么洒水、施肥，鲜花仍会慢慢枯萎，人老了也是同样，这完全是自然规律，所以应当顺其自然。

前几年，有个六十多岁的老人，想做乳房整形手术。医生担心她身体吃不消，手术可能有风险，但她却执意坚持，非做不可。当记者问及原因时，她直言不讳地回答：“就是为了美丽。这样才会越活越年轻，越活越愉快，爱美并不是年轻人的专利！”

还有一个八十多岁的老大爷，去医院做了除皱手术。他告诉记者：“我平时爱锻炼，身体没有任何毛病，就是脸上皱纹实在太多了，看起来特别不舒服，所以，我下决心求助于整容医生的妙手，毕竟爱美之心人皆有之！”

2007年，一个62岁的老人也接受不了变

老的事实，非要做面部拉皮、隆胸等多项手术，结果手术没有成功，整容让她永远离开了人间。而且，术前她没有把整容的事告诉家人，对老伴也只是说是6000元的小手术，但实际上却花掉了25万人民币。

我也认识一个很有钱的老人，身边许多人常吹捧她越老越年轻、越老越漂亮，她听了以后美滋滋的，十分受用。但实际上，谁都看得出来，这只是恭维而已。然而，就是为了这些恭维，她自己饱受了很多痛苦。

现在许多老人，不懂生老病死的规律，一味地做些毫无意义的事，却不知衰老一旦降临，再怎么躲避也无济于事。

《瑜伽师地论》中，讲了人老之后的五种状况：

一、盛色衰退：身体、脸色的光华消失，不复年轻时的模样。

二、气力衰退：昔日力气充沛，年老后虚弱不堪。

三、诸根衰退：眼、耳、鼻等诸根日益老化。

四、受用境界衰退：过去可任意享受各种妙欲，人老后就有心无力了。

五、寿量衰退：寿命日渐穷尽，有减无增。人人都难逃这五种命运，生老病死是一种规律，谁也没办法超越。有些人因承受不了衰老的痛苦，故希望尽快死去，可实际上，当死亡真正降临时，他们又特别害怕，唯恐避之不及……

不过，同样是衰老，修行人在面对的时候，与世人就有天壤之别，甚至还能利用它导人向善。

日本有一位良宽禅师，毕生精进修持，从未懈怠。晚年时，家乡的亲戚来找他，说他外甥不知上进，整日花天酒地、不务正业，希望禅师能用佛法开导他。于是禅师答应回去看

看。禅师回到故乡后，外甥对他的突然到来，有预感是来教训自己的，但仍然殷勤接待，并特地留他住了一夜。谁知禅师一句重话也没说，好像什么事都不知道的样子。

第二天，禅师临走时，对外甥说：“我老了，两只手老是发抖，你能帮我鞋带子系上吗？”外甥很高兴地照做了。

这时，禅师语重心长地说：“谢谢你了！唉，人老了，做什么都没用，连一个鞋带都不能系。你要好好保重自己，趁年轻的时候，把人做好，把事业基础打好。”说完后，禅师就离开了，对他的非法行为只字不提。

但从那天以后，他的外甥痛改前非，再也不去花天酒地了。可见，有些老禅师因为一生修行，点点滴滴的行为都能感化他人。

其实，人一旦老了，就应该坦然面对。不要明明已经80岁了，却非要年轻40岁，想重新过美好的生活，这是办不到的。萨迦班智达也说：“诸人羡慕得长寿，又复恐惧成衰老，畏惧衰老望长寿，此乃愚者之邪念。”一味地渴望长寿，畏惧衰老，这是愚人的邪念。

当然，这一点口头上谁都会说，可衰老真正到来时，自己到底会如何面对？这要看肚子里有没有一点境界了。如果有的话，实际行动中就会做得出来。

大华府观音堂：

网上佛经学习：周一至周五每晚7:30pm-8:30pm《佛说无量寿经》讲座。

电话参加：1307158592 再拨ID号码：97869843406#

Zoom 登陆：ID: 97869843406, 密码：498; 欢迎大众随缘学习!

咨询电话：301-683-8831, 240-621-0416