

# 聖潔生命會 (香港分會) 瑜伽中心

香港郵政總局 信箱 679 號  
香港九龍青山道 195A 雅怡居 1 字樓  
(地鐵長沙灣站 A2 出口)

Tel: 2725 9628 Fax: 2725 9756



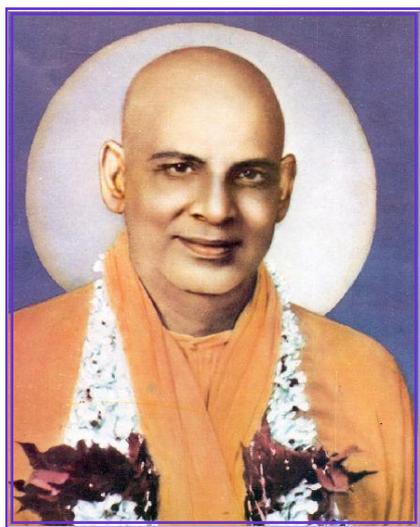
# The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

G.P.O.Box 679 Hong Kong  
1/F., Art Court, 195A, Castle Peak Road, Kln., H.K.  
(M.T.R. Cheung Sha Wan Station Exit A2)

e-mail: [tdls\\_yoga@yahoo.com.hk](mailto:tdls_yoga@yahoo.com.hk)

<http://www.hkyoga-dls.org>

## 聖者施化難陀大師 (Sri Swami Sivananda) (1887-1963)



大師於 1887 年 9 月 8 日清晨在南印度 Tamil Nadu 的 Pattanadai 村出生，俗名 Kuppuswamy。父名 P.S. Vengulyer。母名 Srimati Parvati Ammal。大師自小已有深厚的宗教情操道德修養，受家庭宗教薰陶，經常協助父母採集花葉，作奉獻 Shiva 神之用。他喜歡布施，把所有的與他人或動物分享。

1903 年他考進大學，在校內活躍，喜歡戲劇，尤其是莎士比亞的名劇仲夏夜之夢。後來他選了醫科，習醫期間，異常勤奮，第一年已能回答高年級的試題，低年級時已可進入手術室協助，增加了學習機會。大師畢業後曾到 Madras 行醫及行政工作，後決定遠赴馬來西亞，發展他的理想。大師在

一橡膠園附近的醫院行醫，他以幽默正面的說話鼓勵病人，讓病人開心，也寫了一些保健與食療的書籍，幫助窮人獲得健康。大師在馬來西亞時已經修習瑜伽，他曾收到一位 Swami Satchidananda 所贈的“Jiva Brahma Aikyam”，因而開始對神的追尋。

大師在 1923 年離開馬來西亞，回到印度，成為雲遊四海的尋道者，找尋自己的上師，四海為家的苦行，大師視為朝聖，這段期間讓他學習會忍耐種種的苦，在苦樂中都保持內心的平安，以平等觀待人，學會與不同的人相處。1924 年 6 月 1 日，大師在 Rishikesh 遇到他的上師 Swami Viswananda Saraswati，並在恆河出家。

大師出家後在 Swargashram 住下來，他小心計劃自己修行方法：就是研經，服務各種的實修，以侍奉周圍的人來淨化內心，培養聖德，以 Hatha Yoga 來奠定健康的基礎，深入研習經書，長時間祈禱，冥想。飲食輕而少，少交談結伴，少辯論爭拗。作息有時，生活簡樸。大師在 1936 年左右開悟成道。大師在 1936 年成立聖潔生命會，宗旨是傳揚靈性知識和侍奉人群。大師在 1938 年起出版 Divine Life 月刊，1943 年 12 月 3 日開始 24 小時 Mahamantra 唱頌。

大師在生時已把瑜伽宏揚至西方，在 1956 年派 Swami Vishnudevananda 到香港，1958 年香港瑜伽學會成立。大師在 1963 年 7 月 14 日圓寂，並葬於修院內。

服務  
Serve

愛心  
Love

施予  
Give

淨化  
Purify

冥想  
Meditate

開悟  
Realize