

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心

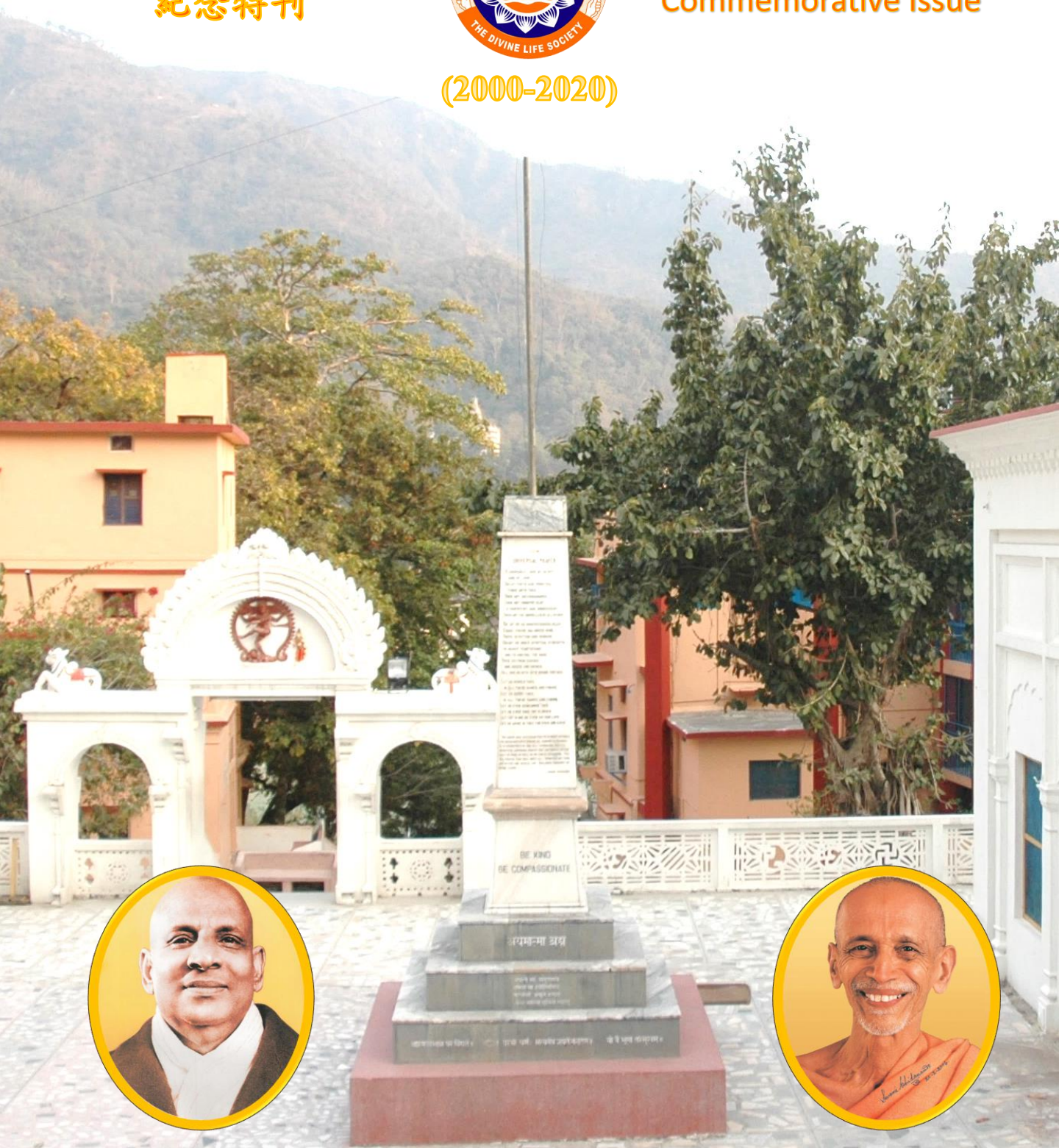
The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

二十周年會慶
紀念特刊



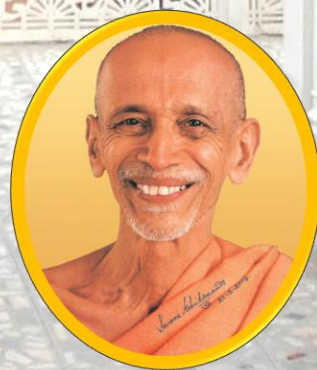
Twentieth Anniversary
Commemorative Issue

(2000-2020)



聖者施化難陀大師

(H.H. Sri Swami Sivanandaji Maharaj)



聖者慈達難陀大師

(H.H. Sri Swami Chidanandaji Maharaj)

17-5-2020



目錄



- ❖ 共同禱文
- ❖ 領導層序言
- ❖ 施化難陀大師開示
- ❖ 慈達難陀大師開示
- ❖ 瑜伽斯樂巴難陀大師獻辭
- ❖ 永遠名譽顧問鄭驊峰老師
- 《施化難陀大師法脈的承先啟後》
- ❖ 會長吳志文獻辭
- ❖ 副會長彭少雄獻辭
- ❖ 副會長鄧錦秀獻辭
- ❖ 行政人員賀辭
- ❖ 顧問賀辭
- ❖ 工作小組組長賀辭
- ❖ 永久委員/委員/副委員賀辭
- ❖ 相片集
- ❖ 本會會歌 - 聖潔生命之歌及其意義

THE UNIVERSAL PRAYER

共同禱文

Swami Sivananda 施化難陀大師

永遠名譽顧問 鄭驊峰老師(Hari Cheng) 義務翻譯

O Adorable Lord of Mercy and Love!	慈悲和仁愛的上主！
Salutations and prostrations unto Thee.	謹向祢頂禮致敬。
Thou art Omnipresent, Omnipotent and Omniscient.	祢無處不在、無所不能、無所不知。
Thou art Satchidananda.	祢是絕對的存在、意識和極樂。
Thou art the Indweller of all beings.	祢是一切萬有的內在者。
Grant us an understanding heart,	求祢賜給我們諒解的心、
Equal vision, balanced mind,	平等觀、平衡的心境、
Faith, devotion and wisdom	信心、虔誠和智慧。
Grant us inner spiritual strength,	求祢賜給我們內在的精神力量，
To resist temptations and to control the mind.	以抗拒誘惑，控制內心。
Free us from egoism, lust, greed, hatred, anger and jealousy.	把我們從私心、情欲、貪念、憤怒、憎恨和妒忌中釋放出來。
Fill our hearts with divine virtues.	並且讓我們心中充滿了聖潔的美德。
Let us behold Thee in all these names and forms,	願我們在一一切名相中見到祢，
Let us serve Thee in all these names and forms,	願我們在一一切名相中侍奉祢，
Let us ever remember Thee,	願我們永遠惦念著祢，
Let us ever sing Thy glories,	願我們永遠歌頌祢的榮耀，
Let Thy name be ever on our lips,	願祢的聖名永遠在我們口中，
Let us abide in Thee for ever and ever.	願我們永遠安住於祢之中。

領導層序言

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心於2000年5月17日成立，時稱「聖潔生命會瑜伽中心」(“The Divine Life Society Yoga Centre”)，並蒙 瑜伽斯樂巴難陀大師(Swami Yogaswarupananda) 親臨青山道本會主持揭幕及祝禱。(註: 大師於2003年獲選為聖潔生命會印度總會副會長，並於2019年7月7日獲選為聖潔生命會印度總會會長。)

本會創會成員由持有聖潔生命會印度總會前會長 慈達難陀大師 (Swami Chidananda) 於1995年親自頒發畢業證書的瑜伽導師(即本會永久委員)組成。

本會於成立當年開始實行「幹事會制度」。幹事會成員包括：主席、副主席、文書、財政、總務。幹事會處理本會所有事務。

本會師承印度聖潔生命會(The Divine Life Society) (「印度總會」) 創會會長 施化難陀大師 (Swami Sivananda) 所傳的「綜合瑜伽」 (“the Yoga of Synthesis”)。本會按會章宗旨，以非牟利方式運作，旨在香港推廣瑜伽，傳授施化難陀大師所傳的「綜合瑜伽」教義。

本會於2002年蒙印度總會授權，是香港特別行政區唯一的聖潔生命會分會組織。並於2007年5月12日會員大會通過，將本會名稱正名為：「聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心」 (“The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre”)。

會章的訂立，是本會組織架構及行政運作上的基本共識。

本會於2011年11月12日經特別會員大會通過修訂會章，將「幹事會制度」更改為現行的「會長制度」，以北角本會為永久會址，並蒙 瑜伽斯樂巴難陀大師親臨主持北角本會永久會址的啟用儀式及祝禱，並代表印度總會頒發委任狀予會長及兩位副會長。

現行的會長制度及本會組織架構，包括領導層、主要行政人員及工作小組。

領導層成員共三位，包括一位會長及兩位副會長。按會章，領導層為本會最高權力單位，主理本會之決策與運作；並指導各主要行政人員與各個工作小組策劃、組織及舉辦各項活動。

主要行政人員共六位，成員包括秘書(兩位)、財務主任、導師培訓主任、活動統籌主任及總務主任。

工作小組共十組，包括原定的編輯組、翻譯組、義工組、教務組、導師聯絡組及文獻整理組，隨後於2015年增添唱誦組、攝錄組、素食組及美術設計組。

另外，本會實行會員制度。按會章，本會會員共分六種，包括永遠名譽會長、永遠名譽顧問、顧問、委員(包括永久委員)、副委員及普通會員。

在導師培訓方面，本會積極培訓導師，分別於2005年(第一屆)、2006年(第二屆)、2007年(第三屆)及2015年(第四屆)舉辦共四屆的《瑜伽導師訓練課程》。學員修習期滿，考試及格，照章獲頒授瑜伽導師的資格。薪火相傳，以弘揚祖師施化難陀大師「綜合瑜伽」的教導。

領導層序言

本會從成立到1周年、5周年、10周年、15周年，到今年2020年5月17日，為本會成立20周年。一路走來，實在不易。一切都是神恩！

感恩施化難陀大師、慈達難陀大師、瑜伽斯樂巴難陀大師的祝福及加持！

慈達難陀大師在《祂在你左右》曾說：「上師是永恆存在的，“祂充滿在我的生命之內，我在何處祂都與我同在，我是祂的一座活動殿宇，祂在我之內引導我走上正確的方向”」。

瑜伽斯樂巴難陀大師自1986年開始，一直以來，懷著施化難陀大師和慈達難陀大師對香港信眾的大愛，超過30多年在香港傳揚瑜伽，令香港信眾得以蒙福。

本會永遠名譽顧問鄭驊峰老師，自1994年「香港瑜伽學會」舉辦《瑜伽導師訓練課程》開始，遠遠超過20年，一直培育及啟導後學，誨人不倦，承先啟後，不遺餘力。

本會永遠名譽會長、永遠名譽顧問、主要行政人員、顧問、委員、副委員，各工作小組組長及其成員，各導師及職員等一直以來，在不同範疇下，緊密合作，群策群力，為本會服務上師的工作付出了很大的努力。

領導層特此感謝大師及本會同仁並致以崇高的敬意。

藉本會成立二十周年慶典，領導層特別安排編製這本《二十周年會慶紀念特刊》，以作誌慶紀念。

本會自成立以來，無論「聖潔生命」的路如何難行，蒙上師的祝福及加持，並有幸得到本會同仁和同修的支持和鼓勵。我們深信，只要我們秉持上師的教導，向著上師所指引的正確方向前進，一起為服務上師而繼續努力，學習放下自我，把我們的心念、思想、言語、文字、行為以及工作，全然交託給上師，一切迴向給上師，「聖潔生命」的光輝自可不斷發光發亮。願我們一起互勉。

同心為會，發光發熱！

祝各位身體健康，吉祥圓滿！

聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心

領導層

2020年5月

施化難陀大師開示 - 人類成就之冠

翻譯：麥偉恆

靈修是一門精確的科學。上帝是可驗證的現實。三摩地 (Samadhi) 是真實的經驗。在每處和每個角落，都有無數聖賢曾宣揚過超越的靈修經驗的明確事實。比起在三摩地裡經驗的無上完美的極樂，所有世俗享受集合起來的滿足實在微不足道。這就是為什麼昔日的仙聖們 (Rishis) 將神定義為那個當達到了的時候，便沒有別的還要達到，便沒有別的還要渴求的境界。悟證神是人類成就的冠冕。

讓我再說一遍，悟證神是所有人類的成就中的冠冕。我們是出生來為了悟證神。生為人類沒有比這更大的意義。生為人類的並非授予我們來使我們可以考慮進入太空或潛入海洋深處作為我們事業的頂峰。這些事業具有世俗的價值，但遠比不上駕馭一個人的內心和發揮他的靈性潛能。

引爆核彈並向太空發射火箭可能使內心興奮，但它們不能滿足人們的靈性飢餓。它們無法使人類內心安寧。

在最近的過去，科學技術在人類的善良以及潛在的邪惡方面取得了長足的進步。藉着發明奇妙的儀器，它們體現了偉大的冒險精神和非凡的人類創造力。那裡有能量在，那裡有發明的天才，那裡有發現的精神。但是，可惜的是，它們全都轉移到純粹物質的領域，而沒有考慮到人類的靈性成長。

毫無疑問，科學已經進步了，但是付出了什麼代價呢？科學為人類的福祉做出了貢獻，但它的濫用卻悲劇地在之後留下了破壞，荒廢，恐懼和道德墮落。科學取得了長足的進步，生命的靈性價值卻下降了。據說文明已經進步了，但是其進步的跡象卻被越來越多的精神病醫院，離婚法院，少年法院，精神病診所和監獄所破壞。

遏止那潮流並改變其路線。讓科學和道德價值觀取得平衡的進步。過平衡的生活。在日常生活中體現基本的美德。實踐瑜伽。你將有豐富的收穫。你將獲得強健的身體，清晰的理智，內心的安寧和靈魂的充實。

瑜伽是一種生活方式。它是在聖靈中的生活。瑜伽不是教條，信仰或宗教。它是生命本身的、是整體自我發展的、是和諧生活的科學。把你的生活紮根在堅實的道德基礎中。沒有道德基礎，靈性就無法活着。從《山上寶訓》中汲取靈感。控制內心和感官。潔淨並擴大你的心。在受苦難的人中服務上帝。適應，調整，容納。

西方和東方不再對彼此陌生。人類正在逐漸意識到自己的靈性責任。有強大的力量正在起作用。一場全球規模的靈修革命正在進行，使東方和西方更加接近。在這場團結、博愛、融合科學與靈性來造福人類的革命中，盡善盡美地發揮你的作用。

願神引領我們所有人從虛幻到真實，從黑暗到光明，從死亡到永生。

慈達難陀大師開示 - 追求和平

翻譯：麥偉恆

我們經常談論和平，這是當今世界上最受歡迎的討論話題之一。國家之間的和平，我們社會裡的和平，我們學校裡的和平，我們家庭裡的和平，我們自己內在的和平。然而，儘管每年在智囊團，集思廣益的會議和國際會議上花費了數十億元和數百萬小時，我們還是得不到這非常渴求的和平。

找到這種難得的寶藏的秘訣是什麼？讓我們討論一下。因為沒有內在和外在的和平，一切都是沒有意義的。我們可以花費數百萬元在我們的城市中建立豪華的市中心，但如果我們與另一個國家交戰，他們將在一秒鐘內將這個中心炸毀。我們可以花費數千元建造漂亮的房屋，但是如果我們的鄰居是我們的敵人，我們的窗戶將被砸碎，新的草坪將被摧毀。我們可以努力並成功完成工作，但是如果我們回到家中，屋裡是動盪不安的，那一天在工作中獲得的成功就不會有喜悅，因為沒有人可以與我們分享。我們可以致力於獲得高學歷，最高榮譽和美麗的身材。但是，如果我們內心是痛苦的，任何外在的成就也不能安慰我們。

最近在芝加哥，一位女士來見我。她說她感到壓力和緊張。她說為了晚上入睡，她服用了一種叫做「冷靜」的藥丸。我告訴她，她不需要食「冷靜」。我說：「只要鎮定你的姿勢即可，你將在夜間睡得很漂亮，而且整天保持安寧。」如果我們內心是和平的，內心是謙虛的，那麼外面的一切都不能擾亂我們。因此，今天的第一個信息是，鎮定你的姿勢和你將永遠不需要吃「冷靜」。

障礙和解決方案都埋藏在這句說話裡。聽著：「我想要和平。」我們有什麼？一個「我」，一個「想要」和一個「和平」。如果消除「我」和「想要」，剩下了什麼？「和平」。你不必尋求和平，找到和平或創造和平。你所要做的就是消除「我」和消除「想要」，和平就在那裡毫無保留地顯示出來，給整個世界去接收。其實正是「我」和「想要」掩蓋了這寶藏，使我們看不見它。

那麼，如何消除它們？首先，讓我們談談「我」。「我」是和平的最大障礙之一。「我」是我們的自我。「我」是我們的擁有感，作為感和自豪感。這個「我」說：「我想要在中心之中。」這不是真嗎？我們一直希望成為那些獲得榮耀、欣賞、聲望的人。即使我們什麼也沒做，我們還是希望得到欣賞。那是我們的墮落。

我們感到非常自豪；這「我」感到非常自豪。它認為，「哦，我是如此成功。我是如此出色。」但事實是，我們只去上班；上帝工作。沒有祂的恩典，我們什麼也做不了。這一分鐘，我們坐在辦公桌前，像世界之王一樣行事。下一分鐘，我們的大腦中只要有一條神經、只要有一條微觀神經會失效，而我們再也無法說話或書寫了。一根細小的血管裡只要有一小堵，我們便甚至不能自己去洗手間。我們在餘生都必須受到餵食和照顧。

/續

慈達難陀大師開示 - 追求和平

翻譯：麥偉恆

那麼，值得驕傲的是什麼？祂工作。我們只是去上班。一旦意識到這一點，我們就可以把我們的小「我」結合到那大「我」，那共同的「我」，那神聖的「我」裡面。然後我們把我們的生命和我們的每個行動都交給了祂。然後我們說：「上帝，讓我的一小滴水與祢的大洋融為一體。讓我成為您的意志和工作的工具。」

正是通過對祂無私的臣服，那「我」的痛苦得以消除，而同時我們所有的煩惱和焦慮不安都消失了。

記住，我們說了：「我想要和平」。「我」和「想要」是和平的障礙。如果你消除了它們，那麼除了和平，別無其他。因此，首先，我們要融合這個人，用神聖的「我」，共同的「我」來阻擋「我」，並以此擺脫阻礙和平實現的自豪、自我和緊張。

然後，我們要消除那「想要」，我們的缺乏，我們覺察到的需求，我們的慾望。這些對和平有哪些障礙？我們擁有的越多，我們就越想要。人們總是認為，如果他們能獲得更多的東西，不論是更多的錢，一份更好的工作，一個學位，一個好丈夫，那麼他們就會快樂。

其實那擁有或沒擁有並不是問題。問題是那缺乏，那渴望和那預期。這些外在事物永遠不會帶來任何持久的快樂。

我們必須付出更多而且需要更少。然後，我們將知道真正的喜悅與和平。

和平來自祈禱。你用什麼名字來稱呼上帝或用什麼語言來祈禱都沒有關係。你可以用阿拉伯語向真主（Allah）祈禱，你也可以用英語向耶穌（Jesus）祈禱，或者你可以用希伯來語向阿多奈主（Adonai）祈禱，或者你可以用日語向主佛陀（Lord Buddha）祈禱，你也可以用梵文向祈詩拿（Krishna）祈禱。你使用什麼名稱或形式都沒關係。用什麼語言來祈禱都沒關係。只要祈禱。然後你將見到法。祈禱的結果就是信念。信念的結果就是愛。愛的果實就是奉獻。奉獻的果實是服務。服務的結果是平安。

通過這些—祈禱、信念、愛心、奉獻和服務，我們所有人都將必然地達到那人人追求的內在平安的狀態。然後，當我們的內在達到平時，這和諧將輻射到我們周圍的所有人，為我們的親人帶來和平，為我們的社區帶來和平，為我們的國家帶來和平，而最終為世界帶來和平。

本文在2017年5月29日上載於聖潔生命會總會網站(www.dlshq.org)

Message from H.H. Sri Swami Yogaswarupanandaji Maharaj President of the Divine Life Society, Headquarters, India 聖潔生命會印度總會會長 瑜伽斯樂巴難陀大師 獻辭

翻譯：梁熙桐

Shri HARIJI & others,
Blessed self,
Om Namō Narayanaya
Om Namō Bhagavate Vasudevaya
Om Namō Bhagavate Sivanandaya
Om Namō Bhagavate Chidanandaya

Immensely happy to know that DLS HK branch
Celebrating its 20th Anniversary in May, 2020!

In ancient Santana Dharma there is a belief that if
one takes bath in sacred river Ganga even once in
his/her lifetime, all the accumulated sins will be
washed away once for all, that person gets
liberation from the wheel of births and deaths.

To take bath in Sacred river Ganga one must go to
that river! But Our adorable Gurudev H. H. Sri
Swami Sivanandaji Maharaj emphatically
declared that he found The Divine Life Society,
which is a sacred JNANA GANGA, whosoever
participates in its activities, repetition of Lord's
name, printing of spiritual literature, service to the
needy sick and poor will surely be blessed to get
liberation, equal to take bath in the river Ganga!
One can start the branch of DLS at any place,
hence no need to go in search of river Ganga!

You are all very fortunate to participate in the
noble work of DLS Hongkong Branch for the past
twenty years in the service of Gurudev's Sacred
mission! Grace of the Almighty Lord and
Worshipful Gurudev be ever upon you all the
members of DLSHK branch is my heartfelt
prayer! God bless you with good health, peace,
prosperity and success to continue this noble
Gurudev's Seva for many more years to come,
give opportunity for others to join and derive
immense benefit of Gurudev's noble Mission!

Swami Yogaswarupananda
Sivanandashram, Rishikesh
27th March, 2020

親愛的Hariji（鄭驊峰老師）及各位：
至福之自性：
謹向保護宇宙的神明頂禮
Om Namō Narayanaya
謹向無處不在的神明頂禮
Om Namō Bhagavate Vasudevaya
謹向施化難陀大師頂禮
Om Namō Bhagavate Sivanandaya
謹向慈達難陀大師頂禮
Om Namō Bhagavate Chidanandaya

極高興得悉聖潔生命會(香港分會)在
2020年5月將慶祝20周年會慶。

遠古傳統「永恆正法」(Santana Dharma)
有這樣的信念：人只要一生中能在神聖
的恆河沐浴一次，他/她累世的惡業就可
以徹底清洗，並從生死輪迴中獲得解脫。
要在神聖的恆河沐浴，我們需要來到恆
河。但我們敬愛的祖師施化難陀大師鄭
重地宣示，他成立的聖潔生命會，本身
就是神聖的「智慧恆河」，任何人參加
該會的活動，唸誦神的名號，刊印靈性
的書冊，服務貧病疾苦，他們必蒙受祝
福，得以解脫，就如同沐浴於恆河。人
們可以在任何地方成立聖潔生命會分會，
因而無需去尋覓恆河。

大家都非常幸運，在過去二十年能夠參
加聖潔生命會（香港分會）寶貴的工作，
為祖師神聖使命服務。在此衷心祈求全
能上主、尊貴祖師的恩典，永遠祝福各
位聖潔生命會（香港分會）成員。願主
福祐各位身體健康、平安、生活富足，
為祖師的正法久住而繼續努力，延續祖
師聖潔的服務，並讓更多人有機會加入
參與，讓他們都能夠從祖師的崇高使命
中蒙福。

聖潔生命會總會會長
瑜伽斯樂巴難陀大師
2020年3月27日

永遠名譽顧問 鄭驊峰老師

— 《施化難陀大師法脈的承先啟後》

今年是聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心二十周年慶典，可喜可賀。然而，祖師施化難陀大師（Swami Sivananda）與香港的法緣，遠不止二十年。那法緣始於1956年，至今已有六十四年了。回顧這六十多年間，祖師教導在香港的發展，大至可以分成兩個階段。

第一階段（1956-1986）：以哈達瑜伽（Hatha Yoga）發展為主

1956年世界佛教總會會長馮公夏老師與忍慧法師到印度聖人谷（Rishikesh）聖潔生命會總會親見祖師施化難陀大師，求大師派高足來港傳授瑜伽。翌年（1957），祖師派偉信諾難陀大師（Swami Vishnudevananda）來港，他住在跑馬地印度廟（Hindu Temple），並在那裏教導瑜伽式子、呼吸法等。祖師的瑜伽教導正式在香港開始；當時的學員有華人，也有印度人。1958年，香港瑜伽學會（The Divine Life Society Yoga Institute Hong Kong）成立，成為印度總會在香港的正式分會。之後，除了偉信諾難陀大師外，總會的其他大師們，如慈達難陀大師（Swami Chidananda）、實哲達難陀大師等（Swami Satchidananda）分別來港教導瑜伽，學員人數漸多，水平也不斷提升，不少更成為瑜伽老師，在不同地方傳授瑜伽，瑜伽在六、七十年代，在香港十分流行。

這階段的特點是以哈達瑜伽為主。其實，祖師的教導是綜合瑜伽（Yoga of Synthesis），來港的大師都不會單單教導哈達瑜伽，必定會同時講授心性修養、自性開悟之學。印度朋友對這些教導比較容易接受，華人弟子對這些學問畢竟較為生疏，因此靈性教導在這階段並不是主流。

後來，不少瑜伽老師自設私人的瑜伽中心，各自傳授哈達瑜伽；哈達瑜伽雖然在港興盛，但香港瑜伽學會的會務卻靜止下來。期間總會仍然有大師來港講課，也開始有極少量華人弟子皈依慈達難陀大師，但靈性之學，始終未能藉著香港瑜伽學會帶領流行起來，綜合瑜伽尚未能名輔其實。

第二階段（1986-現今）：發展哈達瑜伽（Hatha Yoga）之外，同時發展瑜伽靈性教導

1986年，印度總會派了瑜伽斯樂巴難陀大師（Swami Yogaswarupananda）來港，祖師的綜合瑜伽教導再次在港復興起來。1987年，適值祖師誕辰一百周年，香港瑜伽學會重組復會。大師差不多每年都來香港一次，他的教導，除了哈達瑜伽之外，堅持同時教導其他瑜伽道路，如業力瑜伽（Karma Yoga）、愛心瑜伽（Bhakti Yoga）、冥想瑜伽（Raja Yoga）、智慧瑜伽（Vedanta）。1995年，首批祖師法脈下的瑜伽導師畢業，當時總會會長慈達難陀大師親身來港，簽發並授予瑜伽導師證書。其後為了更有效宏揚祖師的教導，聖潔生命會（香港分會）在2000年正式成立，至今為止，一直目標清晰明確地宏揚祖師的綜合瑜伽，除了推廣哈達瑜伽外，也講授其他修養心靈的瑜伽。這段期間，皈依弟子人數增加，也有不少弟子開始了靈性修行之路。

本會之後的路向：實踐聖潔生命

本會是聖潔生命會總會（位於聖人谷 Rishikesh）的直屬分會。本會的目標與總會的目標，並無二致。祖師之學，以神的悟證或自性開悟為總體目的。哈達瑜伽在大師教導中當然有其位置，但絕不是全部。綜合瑜伽是全人的培育，除了身體健康之學（哈達瑜伽）外，行為之學（業力瑜伽）、情感之學（愛心瑜伽）、內心之學（冥想瑜伽）、自性之學（智慧瑜伽）也絕對重要，不可偏廢。

三十年的哈達瑜伽發展，三十年的靈性學問萌芽。之後呢？之後就是以「開悟自性，脫生死」為目標的瑜伽路向。弟子做式子也好，讀經書也好，目的只有一個，踏上認真修行之路，以解脫生死，跳出輪迴為目標。這個階段，將是長遠的階段，如果做得好，聖潔生命會（香港分會）在世界所有分會中，才可以算是一個成熟的分會。這個目標，就是施化難陀祖師、慈達難陀上師、瑜伽斯樂巴難陀大師的心願。除此之外，沒有其他。

要達到這目標不容易，但必須要往這路向走下去。願祖師施化難陀大師祝福我們，在瑜伽修行路上，穩步前進。

會長吳志文獻辭

謹向尊敬的祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師及總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師頂禮。

自從我家兒女入學讀書開始，因為有等放學的時候，就在那時候開始學瑜伽。當然是由哈達瑜伽開始！最初由兩位經常接近香港瑜伽學會的老師教導，在機緣巧合的情況下，鄭驊峰老師開設瑜伽導師班，我報名參加了；並在1995年由慈達難陀大師手中領取了瑜伽導師證書及開始了聖潔生命之旅！

該屆畢業同學為保持聯繫每月訂立一天聚會，研討瑜伽式子及一起修習。直至2000年，在長沙灣青山道開設「聖潔生命會瑜伽中心」，後來得到印度總會批准，成為印度總會在香港的唯一分會。其後正名為「聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心」。本會於2011年開始實行會長制度。

記得當年鄭老師告訴我有這個制度，邀請我出任會長，我是搖頭搖頭再搖頭！結果本會是需要有個人去做這個職位，會務方能運作，我只好硬著頭皮答應！本會在香港開始運作時，的確有很多地方需要改善，與此同時，亦有很多進步空間。

回顧大師在2000年來港為本會在香港設立的分會揭幕，並在留港期間往大嶼山大佛遊覽，當時與大師同行的，只有四人。大師一邊行一邊嘆氣說道：「以前有很多同修同遊大嶼山，而今年特別少」！之後遊大嶼山的同行人數每年都有增加！於2018年，與大師同遊大佛並出席素宴的已有約40多人了！

每件事領導層都希望將事情做好！每一個細節都去考慮，希望安排妥當。

2019年的社會運動開始影響到交通不方便，不能夠正常聚會，由鄭老師帶領下，我們提早聚會，當然有些人未必時間適合，不能參加，亦影響到總會會長暫停一次來香港，預先訂了的瑜伽營要特別安排。

幸好鄭老師答應講課，雖然2019年大師無來香港開示，鄭老師都已經先請示大師講課內容，雖然參加人數少了，大家同心協力下將瑜伽營的節目順利完成！很多參加者都有超乎想像的滿意哩！

至今年2020年足足二十年了。雖然，今年情況受「2019冠狀病毒病」疫情影響，之前安排的大型活動慶祝都不能舉辦了，可以在家中製作的部份，本會都盡量作出安排！

特別感謝鄭驊峰老師精心製作網上講課、並有簡報作為講義，之後更安排即時聽不到的可以在本會網頁聽取及重溫！除了星期六的靈修講課外，還新增了星期三的時段，讓遠在外地的會員都適合參加！

更貼心的，是四月復活節期間，連續四晚講課，課題「持咒與唱誦」（Japa and Kirtan）。

課題是「持咒與唱誦」，是祖師施化難陀大師極力推薦的瑜伽修行方法，也最適切現代人的修行方法。特別感謝的是：這安排是上師慈達難陀大師及鄭老師送給大家的今年復活節的禮物。真是非常特別的禮物！

另外在會慶的日子，本會原先安排在2020年5月16日有大型活動，現在改為由鄭老師網上帶唱誦及短講開示，希望大家踴躍參加！

由於今次是很多人有生以來所見的第一次如此嚴峻的疫情，影響及全世界，所以本會之香港分會亦由2020年2月初的農曆新年假期後，停課及暫停一切會內的活動，直至另行通告。

開始復課前會預備提早通知學生及出通告。

所以，希望大家耐心等待！在此，祝福大家身體健康！平安渡過疫情！之後回復正常！

祝福大家！

副會長彭少雄獻辭

謹向尊敬的施化難陀大師、慈達難陀大師及瑜伽斯樂巴難陀大師頂禮。

Hari Om!

人生無常，面對世紀疫情，造成多方面嚴重的挑戰和影響，世人如何自處及應對，是當前一個重要課題。

生命有時，世人如何善用這有限的人生，活得更有意義，也許更是很多人思考的要點。

鄭驊峰老師曾說瑜伽的起始是生命的改變，「聖潔生命」是“正向光明的生命”。

記得慈達難陀大師於1995年親臨香港，在4月12日親自簽發並頒授瑜伽導師證書給由「香港瑜伽學會」舉辦、鄭老師講授的「瑜伽導師訓練班」畢業的瑜伽導師；並主持瑜伽講座，講座的主題就是：「怎樣過一個聖潔生命」(“How To Live A Divine Life”)，為我們開示祖師施化難陀大師的教導。「聖潔生命」與「聖潔生命會」在香港的開展，由此在香港燃點起一點點燭光，散發著獨特的光輝。

然而，「聖潔生命」在香港的開展，一點也不容易。最近因疫情關係，鄭老師透過網上靈修講課，講授了多個很重要的講題(見本會網頁「靈修講課」)，包括：「如何走過聖潔生命這條路」、「持咒與唱誦」及「共同禱文」(見本特刊)等。其中一個講題：「如何走過聖潔生命這條路」是鄭老師承接了上師「怎樣過一個聖潔生命」的講題，逾25年，殊具意義。顯然，這是很重要的一講，鄭老師進一步詳細地剖釋了修行過程會遇到的種種障礙，以及跨越的方法，將生命轉化成「聖潔生命」。

鄭老師曾提及慈達難陀大師給我們的開示：「大師很欣賞我們整齊的會衣，他更指出，將會衣上的格言生活出來，比單單穿在身上更為重要。聖潔生命會的會員不論是屬於甚麼宗教，都應該尊重生命，並且活出生命的崇高價值。」

慈達難陀大師承接了祖師施化難陀大師所寫的「聖潔生命之歌」(Song of Divine Life)的主題，透過不同旋律，同樣以歌曲形式表達出如何活出聖潔生命的重點。

本會由2018年開始，以慈達難陀大師這一首「聖潔生命之歌」(Song of Divine Life)(見本會網頁「本會會歌」及本特刊)定為會歌，於每次靈修聚會及唱誦聚會中一起唱誦。

鄭老師指出，持誦神的名號是大師極之重視的法門，慈達難陀大師這一首曲，以「洪名聖咒」(Maha Mantra)開始，最後此曲也以「洪名聖咒」完結。「聖潔生命之歌」以神的名號開始，具有特別含意。「洪名聖咒」在印度總會二十四小時持誦七十多年，全無間斷。本會除了長期在靈修聚會及唱誦聚會有既定安排唱誦「洪名聖咒」外，也會在重要的日子特別安排唱誦「洪名聖咒」。較顯著的例如：本會於2011年1月1日至1月2日，為慶祝當年印度總會成立75周年紀念，特別舉行《24小時唱誦》，唱誦「洪名聖咒」。另外，較特別的例如：本會於2011年4月12日Lord Rama的誕辰吉日早上，在北角本會永久會址啟用前舉行《聖咒安放儀式》，由時任幹事會成員主持，在會眾唱誦「洪名聖咒」期間，將本會會員自行抄寫的「洪名聖咒」連同瑜伽斯樂巴難陀大師的祝福電郵，安放在北角本會永久會址的中央地下。

鄭老師在「聖潔生命之歌」(Song of Divine Life)的意義(見本特刊)一文解釋，此曲主題是把如何活出聖潔生命的重點，以歌曲形式表達出來。聖潔生命是指我們的自性是聖潔的，我們在生活上，無論在行為、語言與思想三方面，都要把這份聖潔的素質生活出來，為自己，為一切眾生帶來祝福。

願上師「聖潔生命之歌」觸動慕道者的心靈。既然人生無常，生命有時，我們需珍惜這生命，應立即開始瑜伽修行，坐言起行，過聖潔的生命。願共勉。

藉本會二十周年會慶，願施化難陀大師、慈達難陀大師及瑜伽斯樂巴難陀大師的恩典，令眾生蒙福，慕道者精進，吉祥圓滿。

副會長鄧錦秀獻辭

謹向尊敬的祖師施化難陀大師及上師慈達難陀大師頂禮

聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心成立踏入20周年了，一晃眼就廿年，猶記得在2000年5月17日，瑜伽斯樂巴難陀大師在青山道本會主持揭幕禮，仍然歷歷在目，好像昨天的事情，記憶猶新。

瑜伽斯樂巴難陀大師於2003年獲選為印度總會副會長，更於去年（2019年）獲選為印度總會會長。

大師自1986年至現在（除了2019年香港發生社會事件，因為交通問題，大師不能來香港之外）。每年大師都千里迢迢，於外訪其他國家之後來香港（大約在11月到港），大師主持本會所舉辦的活動包括：與皈依者聚會、公開講座、內部講座及瑜伽營…等。大師十幾天訪港行程，每天都風塵僕僕、不辭勞苦向本會的會員教導，讓我們的瑜伽知識增加不少。

本會在這20年期間所舉辦各項活動。例如：靈修聚會、上師節、慈達難陀大師圓寂紀念日、施化難陀大師及慈達難陀大師誕辰紀念日、瑜伽斯樂巴難陀大師訪港期間本會所舉辦的活動…等，都是由鄭驊峰老師帶領主持的。

好像今年新冠狀病毒肆虐全球，各項活動都停頓了！幸好鄭老師在靈修聚會改為網上講課，令到我們學習沒有停下來。

當然領導層、各行政人員、委員、副委員、各工作小組人員、導師們、各職員及所有的義工們，都為本會付出不少，貢獻良多。本會才可以暢順運行、茁壯成長，邁向美好的將來。

藉著本會成立20周年會慶紀念，本人謹以至誠衷心感謝施化難陀大師、慈達難陀大師、瑜伽斯樂巴難陀大師、鄭驊峰老師及各同修。

祈求神、上師加持及恩典本會，祝願本會繼續發光發亮！



行政人員賀辭

謹向保護宇宙的神明頂禮

謹向無處不在的神明頂禮

謹向祖師施化難陀大師頂禮

謹向上師慈達難陀大師頂禮

謹祝賀 聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心成立20周年。祝願香港分會 繼續秉承施化難陀大師教導，集善廣益，惠及社群。

與大部份的瑜伽同修一樣，當初認識瑜伽也是從式子班開始。幸運地有機會聆聽到鄭老師的講課（喜馬拉亞山的呼喚）。就是這個呼喚把我帶進到聖潔生命會。在神的恩賜下，每年瑜伽斯樂巴難陀大師訪港，更讓我有機會得到善智慧的開示，並能夠在祖師施化難陀大師門下，皈依慈達難陀大師為上師，這一切實在是人生最大的幸福。

蒙上師的恩典，於過去的數年有機會在分會為大家服務，作為業力瑜伽的修練，唯力有不逮，請望見諒。感謝一直包容提攜的師長，一起互相扶持的同修。從學習式子到學習如何服務，在過程中才慢慢開始掌握到瑜伽是什麼。祖師的教導：服務、愛心、施予、淨化、冥想、開悟。服務只是個開始點，於未來的日子裡，願祖師及上師的恩典繼續加持香港分會，讓我們更精進，在瑜伽路上逐步實踐祂的教導，邁向聖潔生命的人生。願各位同修吉祥圓滿。

秘書 梁熙桐

謹向我們尊敬的上師

施化難陀大師 及 慈達難陀大師 頂禮

2005年參加本會之靈修聚會及各項活動，從而開始進入聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心這大家庭。蒙上師的恩典，這十多年來獲鄭老師、領導層、各行政人員及導師們持之以恆指導、鼓勵及帶引走進瑜伽道路，他們正是為上師服務的典範，遵循上師的指引，弘揚上師之道。

2010年起有幸獲邀擔任本會文書/秘書一職，相信這是上師指引，給予一個學習服務的機會。十年間之義務工作自問未能勝任。惟每年瑜伽斯樂巴難陀大師訪港的開示，教導親近善知識之重要，因而能繼續堅持下來，學習服務上師。

藉本會成立20周年，祝賀聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心繼續發光發亮。

傳承瑜伽二十載

培訓導師逾百人

服務社群唯大任

愛心施予利眾人

“BE GOOD DO GOOD”

秘書 羅雁玲

謹向我們尊敬上師頂禮！

時光飛逝，轉眼本會已成立二十年了，回想2000年5月17日，印度總會瑜伽斯樂巴難陀大師來港，為本中心主持了開幕儀式。由此，本會就成為宏揚祖師施化難陀大師的「綜合瑜伽」，在香港樹立了一個里程碑。

瑜伽「yoga」本意是「合一」，是「小我」融入「大我」的意思，即如滴水回歸大海。故此，瑜伽不光是鍛鍊體能，還有甚深智慧。祖師的「綜合瑜伽」就此作全面性教導。

我有幸地可以在本會服務，過去曾擔任文書、財政，現為服務期間，在工作上、人際上，難免偶遇難題，這亦正是磨練時刻吧！因明白服務本身是中性的，但往往依人的我執我見，而產生一種偏向行為而已。因此服務就是磨損我執吧！

同修們，本會的會衣上印有“Be Good Do Good”（向善 為善），不要輕看，讓我們活出來吧！繼往開來，薪火相傳，燃點著無止光輝，讓祖師精神永遠照耀人間！

財務主任 張樂賢

謹向尊敬的神及上師頂禮！

恭祝 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心20周年紀念，初初認識本會是參加瑜伽班，當初是好單純參加瑜伽班，並不知道瑜伽背後原來隱藏著很高深、淵博的知識，幸好本會有施化難陀大師、慈達難陀大師的加持，瑜伽斯樂巴難陀大師循循善誘的講經，鄭驊峰老師語重心長的講課，會長吳志文無私的奉獻，彭少雄、鄧錦秀副會長、各位行政人員、各位委員、副委員、導師及職員的努力，令到本會運作暢順。

祝願 本會繼續秉承上師的教導，邁向更多的20周年，讓本會繼續發光發熱！

總務主任 梁清薇

謹向尊敬的神及上師頂禮！

恭賀聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立20周年。回想2000年開始在青山道本會由瑜伽斯樂巴難陀大師開幕，到今天規模越見壯大並成立北角分會，一切都多得每一位熱心參與者的貢獻。聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心的成立是秉承著祖師施化難陀大師的教導，宣揚綜合瑜伽的理論和實踐。

一路走來，瑜伽以及在這裏認識的同修，無論在個人、靈性、生活層面都為我帶來不少支持。感激得到鄭老師及一眾瑜伽之友照顧而令我能夠持續接觸靈性教導。

我相信一直以來參與和服務瑜伽中心的每一位同路人都是和我一樣，珍惜在這裡讓人能接觸到靈性教導、也經歷到上師和瑜伽帶給我們的祝福，以及同儕的友愛。

這裡是奉祖師施化難陀大師之名成立和維持的團體，二十年來種種事都包含團結友愛、互相忍讓、鞭策砥礪。這裡亦是我的家和一個讓自己進步和學習的地方。

感謝祖師施化難陀大師、慈達難陀大師對本中心的庇蔭及為我們留下靈性知識；感謝瑜伽斯樂巴難陀大師風雨不改照顧香港成員的需要；感謝鄭驊峰老師多年來不離不棄帶來祖師施化難陀大師的教導，讓我們成長並指引路向：感謝會長吳志文、副會長彭少雄及副會長鄧錦秀，多年不辭勞苦盡心盡力；也感謝參與和服務瑜伽中心的所有人，很榮幸能夠在本會參與和服務。

祝願未來本會繼續欣欣向榮，以及所有參與者無論生活各方面和靈性都大大長進。

活動統籌主任 梁世卿

行政人員賀辭

謹向祖師施化難陀大師和 Guru 慈達難陀大師頂禮！

2000年是地球上一個千禧年份，亦是香港聖潔生命會成立的一年。俗語有云：「拾年人事幾翻新」，不覺又再翻多幾翻。在過去的二十年很多事物已有改變，連地球的大氣候都在變。但本會以祖師施化難陀大師的教導作基礎是不變的，本會宗旨是聖潔生命的原素：

Serve, Love, Give, Purify, Meditate, Realize

自2011年組織架構修訂後，一直由領導層：吳志文會長，彭少雄副會長和鄧錦秀副會長親力親為，努力去推動會務，全情投入工作，以行動支持各項動議。在領導層的帶領下，本會的瑜伽班於繁忙時段經常滿額；而在非繁忙時段會以半價或免費提供學習機會給長者或有需要人士。在本會練習瑜伽的學員，不祇是在身體上獲益，還可得到善知識。本會在每年11月份都會邀請我們敬愛的Swamiji—印度總會副會長，如今已成為會長的瑜伽斯樂巴難陀大師—蒞臨香港主持瑜伽營、公開講座及授課。無論行程有多緊密，大師也騰出時間與皈依者共敘，讓學員有機會聆聽上師的教導，更可以親近善知識。

本會成立至今有幸得到永遠名譽顧問鄭驊峰老師義務翻譯，講解施化難陀大師的著作，教唱靈修禱文，Satsanga歌曲及 Mantra。瑜伽導師們雖然不懂梵文，但得到鄭老師和唱誦組的配合，各人也能把禱文琅琅上口。

2016年是慈達難陀大師誕辰100周年紀念，香港分會舉辦了一趟印度之旅。參加人數是歷年最多的一次。我們有幸能安排在Guru的故居參觀和唱誦，深感榮幸與感恩。

在2019下半年至2020年初這段期間，因社會運動和新冠肺炎疫情的關係，香港社會運作受到前所未有的衝擊，本會所有的瑜伽班也得暫停。截至交稿時也未知課堂重開日期。幸得鄭老師用網上講課，課題包括《瑜伽偉壇多經》，徹邁雅難陀大師寫給兒童教育班《給孩子們的信—我愛你 (I Love You - Letters to Children)》，《教言精要》和歌曲《十八聖德之歌》等，還有重溫《如何走過聖潔生命這條路》，與大家分享修行過程會遇到的種種障礙，以及跨越的方法。在復活節的4天假期裏，老師每晚都給我們講課，讓同修在這段居家防疫的日子都不失道心，保持滿滿的正能量。衷心感謝鄭老師的無私教導！

藉著這二十周年的紀念慶典，祈求神和上師的恩典永遠與我們同在，讓本會能將施化難陀大師的教導薪火相傳，繼續發光發熱！

導師培訓主任 區亮貞

顧問賀辭

恭賀聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心
20周年，願聖者施化難陀大師的榮耀繼續
在本港發光發熱，眾生平安吉祥。

統籌顧問 黃振盛

感恩上師祝福和各同道們努力，高興見到
聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心慶祝二十
周年。希望未來繼續跟隨同道們在瑜伽道
上一起進步。

翻譯顧問 麥偉恆

顧問賀辭

施化難陀大師是歷史上一位大聖人，他為世人帶來了「聖潔生命」的教導，讓世人在現實生活中，實踐瑜伽的教導，聖化生命，提升靈性，邁向永恆的境界。

祖師一直祝福香港的瑜伽兒女，不是二十年，是超過半個世紀。聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心不是一座建築物，它是祖師恩典的化身。

在這麼艱難的世代，大家有福得到一個如此美好的團體，有緣學習祖師的教導，有機會提升自己，全都是祖師的恩典，大家應該心存感激。

幸福不是必然的，世界變得很快，禍福都可以來得很突然，一個私心，都可以帶來不能逆轉的傷害。大家有機會學習瑜伽，修持瑜伽，我們一定要珍惜。大家都要齊心，努力保護著這個中心的和諧，讓祖師的恩典無斷地流傳下去。

素食顧問 鄭鍾瑞華

工作小組組長賀辭

今年是聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立二十周年。

在此送上慈達難陀上師金句的祝福給本會。

願在祖師和上師的引導和加持下讓本會邁向更完善的瑜伽之路。

“The purpose of Yoga is to make man move towards God and merge into oneness with Him. 瑜伽的目的是使人邁向神，並與神合一。”

~Swami Chidananda~

唱誦組組長 鍾琇彤

Hari Om !

祝賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心，成立20周年紀念慶典！

謹向祖師施化難陀大師和慈達難陀大師頂禮！

願 香港分會在大師的足印下，繼續宏揚綜合瑜伽，秉承傳統，讓更多學員身心健康！

在此衷心感謝20年來，總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師來港教導我們，鄭老師的翻譯及深入淺出的課堂，令慧根不足的在下亦能點滴地累積所學。

還有領導層的帶領，默默耕耘，無私奉獻。各位同修的一起努力，大家就像一個家庭一樣，各出一份力，團結就是力量。讓我們同心為會，發光發熱！

Om Shanti Shanti Shantih! 平安，平安，平安！

文獻整理組組長 馬惠英

謹向尊敬的神明頂禮！

謹向尊敬的施化難陀大師、慈達難陀大師和瑜伽斯樂巴難陀大師頂禮！

祝賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心，成立20周年紀念慶典！

感謝鄭驊峰老師、香港分會領導層與瑜伽同修們的教導和無私奉獻。

願 祖師和上師的恩典加持本會及各同修，讓蒙福的我們可以為祖師施化難陀大師崇高的使命服務。以祖師的精神理念，宏揚綜合瑜伽的教導為目標，繼續努力修行聖潔生命之路！

編輯組組長 陳惠芳

工作小組組長賀辭

〈我的第二個家〉

每人都有一個家，而幸運的我有更多一個充滿聖潔及愛的第二個家。

每次到來，大家真誠相待像回家一樣。

我相信，背後有着上師的帶領及每一位真心付出，使我們都能蒙受上師的恩典！

願有更多朋友能接觸到香港分會，一起踏上步向聖潔生命的道路！

攝錄組組長 曾翠瓊

Om Om Om!

恭賀聖潔生命會(香港分會) 瑜伽中心，成立 20周年慶典！

承蒙 上師加持！

本會領導層：致力上下一心，發揮團結精神。

推廣祖師施化難陀大師的綜合瑜伽精神理念！

持續發光、發亮！

Om Om Om!

平安吉祥！

教務組組長 鄺瑞琮

Hari Om!

祝賀本會聖潔生命會(香港分會) 瑜伽中心在2020年5月17日成立二十周年慶典，祈願本會在祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師、現任印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師的恩典下繼續茁壯成長，參與修習綜合瑜伽的學員日漸成熟，領悟到在修習瑜伽所帶來的好處，感到身心靈和諧，並在靈修歷程中認識我是誰的真理。

Om Shanti Shanti Shantih!

義工組組長 廖慧卿

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心於今年踏入20周年，是一個令人欣喜的日子。十分慶幸能與大家一同渡過這難忘的時刻。

美術設計組組長 吳婉雯

Hari Om!

時光飛逝，慶祝聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心踏入二十周年，可喜可賀。

「綜合瑜伽的理論與修習方法」課程，講者為鄭老師的公開招生簡介，吸引我到青山道本會報名，毛遂自薦參加報讀。我由2002年至今(2020)年，在聖潔生命會慢慢成長，剛好踏入成年了。

回顧過去，展望將來

我是參加第一屆瑜伽導師培訓班學員(2005年開班)，現在已有第四屆瑜伽導師擔任協助會務。願本會推廣祖師施化難陀大師瑜伽精神和理念，秉承上師慈達難陀大師來港教導，現任印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師帶領香港瑜伽朋友和學生，學習活出 Be Good Do Good (向善 為善)的精彩人生與生命力。

導師聯絡組組長 吳麗芬

謹向尊敬的祖師施化難陀大師及上師慈達難陀大師頂禮。

祝賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立20周年紀念慶典！

感恩瑜伽中心給我服務機會，蒙祖師及上師恩典，有幸可以在祖師及上師足下成長，感謝總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師辛勞的教導，感謝鄭老師在課堂翻譯及講解，讓愚昧的我在瑜伽路上知識一點一滴的儲下來，感謝領導層無私的奉獻和帶領，還有同修們的合作精神。

在此願本會繼續發光發熱！繼續承傳祖師的教導 Be Good Do Good 「向善 為善」祝願大家安好！

Hari Om!

素食組組長 陳美蓮

永久委員/委員/副委員賀辭

祝聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心 - 二十周年慶

今年因為新冠狀肺炎令到全球二百多個國家地區帶來惶恐不安，禁足、封城封路不能外出。

香港也前所未有的「一罩難求」，限聚，去年香港因為社會運動再加上今年疫情，學校停課，讓市民雪上加霜。

在這段時間本會的瑜伽中心也停課停堂，很讚嘆我們的領導層，看到此情此境，體貼地發給每名導師港幣3,000元特惠金，有溫度的體貼，讓人感動！少群會善用這三仟元來發揮它的更大的功能，心存感恩！向善為善是本會的宗旨！永記在心。再祝聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心生日快樂，讓瑜伽精神遍布世界各地。

永久委員 馮少群

聖潔生命雙十慶
健康瑜伽廿載情

委員 黃美蓮

心感榮幸，有緣來到這大家庭，在綠蔭的庇護下成長，是一種福氣，在鄭老師的引導，各位前輩的循循善誘，本人愚昧，雖然學到的只是鳳毛麟角，著實也教我感恩不盡。

祝願本會瑜伽精神，發熱發光。

委員 蕭玉珠

Hari Om!

祝 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心生日快樂，繼續為瑜伽推廣發光發熱，服務社群。

副委員 譚詩慧

恭賀聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立20周年，感謝各位領導、導師教導。願各弟子、會員、學員一同跟隨大師足印，邁向更多的20年！

副委員 蕭嘉婉

Hari Om!

祝賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心，2020年5月17日成立20周年紀念慶典！謹向祖師施化難陀大師和慈達難陀大師頂禮！願祖師施化難陀大師的恩典下，本會精神持續發光發熱！

感謝本會 領導層和永遠名譽顧問，不辭勞苦帶領和教導，秉承祖師施化難陀大師精神，服務大眾！宏揚綜合瑜伽，走聖潔生命之路，向善為善。

Om Shanti Shanti Shantih!

平安，平安，平安！

副委員 曹世榮

謹向尊敬的上師頂禮

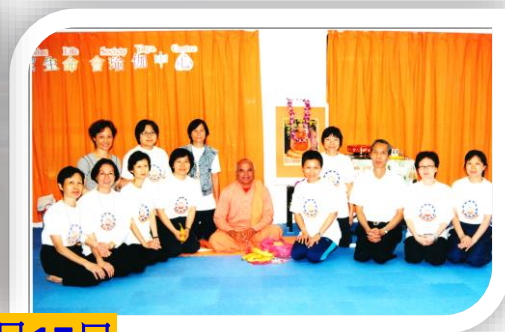
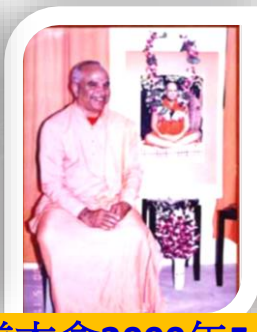
2000年是 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立的一年，同年亦是本人第一次踏入這裡工作，亦是第一次接觸瑜伽，不經不覺已經二十年啦！看著本會一步一步的成長，無論人、事、物都是向好的，入到本會每個同修都好正面，又親切，每次回本會就好像回家的感覺，藉著施化難陀大師和慈達難陀大師的教導向善為善。

祝願本會繼續發光發亮、相親相愛。

副委員 陳翠芳

相片集

本會會址



青山道本會2000年5月17日



始創中心2009年-2011年



北角本會安放聖咒2011年4月12日



瑜伽斯樂巴難陀大師
祝福北角本會會址
2011年11月12日



相片集

導師培訓班



1995年畢業瑜伽導師與鄭驊峰老師
及上師慈達難陀大師合照



第一/二屆瑜伽導師班學員領取證書
與瑜伽斯樂巴難陀大師、鄭驊峰老師
及本會導師合照



第二/三屆瑜伽導師班學員
領取證書與瑜伽斯樂巴難陀大師、
鄭驊峰老師、本會領導層及導師合照



第二/三屆瑜伽導師班學員
領取證書與瑜伽斯樂巴難陀大師、
永遠名譽會長梁黃翠眉女士、
永遠名譽顧問鄭驊峰老師、
本會領導層及導師合照



第四屆瑜伽導師班學員領取證書
與瑜伽斯樂巴難陀大師、
鄭驊峰老師及本會領導層合照

相片集

會慶及同樂日



相片集

2012年



2013年



2014年



2015年



相片集

2016年

2016年5月7日會員大會



2017年

永遠名譽會長
梁黃翠眉女士、
永遠名譽會長
伍炳垣伉儷、
董結前輩及
嘉賓參與
會慶素宴



2018年



2019年



2020年



相片集

奧比斯步步獻光明
慈善步行籌款

2012年



2013年



2015年



2014年



2016年



2017年



2018年



2019年



相片集

七月上師節－ 敬禮上師聖履儀式

2012年



2013年



2014年



2015年



2016年



2018年



2017年



2019年



相片集

瑜珈營

2004年



2005年



2006年



2007年



2008年



2009年



2011年



相片集

瑜伽營



相片集

布施活動-捐血



2010_12 #01



2011_4 #02



2011_8 #03



2012_1 #04



2012_7 #05



2012_12 #06



2013_4 #07



2013_10 #08



2014_5 #09



2014_9 #10



2015_1 #11



2015_5 #12



2015_9 #13



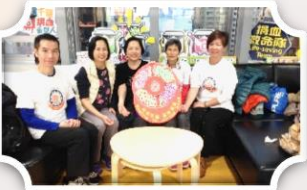
2016_1 #14



2016_5 #15



2016_9 #16



2017_1 #17



2017_9 #18



2018_1 #19



2018_5 #20



2018_9 #21



2019_1 #22



2019_5 #23



2019_9 #24



彭副會長出席
捐血25次頒獎禮



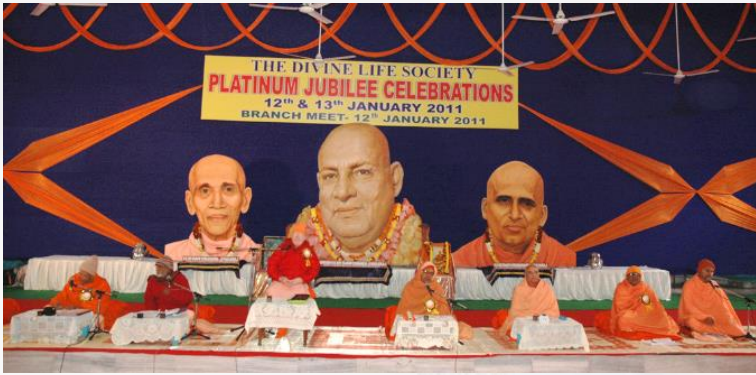
2020_1 #25



2020_5 #26

相片集

2011年慶祝印度總會
成立75周年紀念活動



Maha Mantra
(洪名聖咒)

Hare Rama Hare Rama
Rama Rama Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna
Krishna Krishna Hare Hare

1月1-2日24小時唱誦活動

愛心布施-捐血



1月1日上午10時
敬禮上師聖履儀式



1月1日上午11時開始
唱誦洪名聖咒24小時
導師/同學輪流領唱



相片集

印度總會之旅

2002年12月



2004年2月



2004年9月



2008年9月



2016年慈達難陀大師誕辰百周年紀念印度之旅

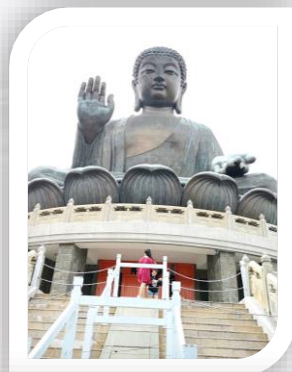
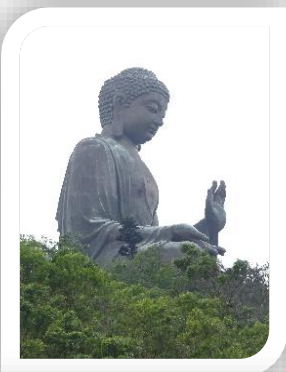


2016年9月



相片集

和瑜伽斯樂巴難陀大師
一起“走”過的日子



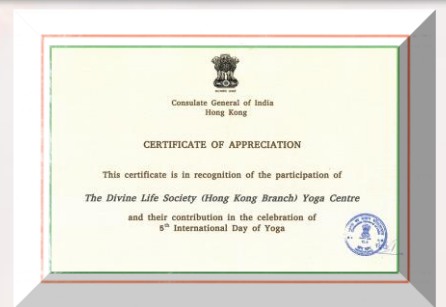
相片集

瑜伽推廣及交流

大師來港公開講座



2019年6月參與印度領事館舉辦國際瑜伽日



本會會歌

Song of Divine Life	聖潔生命之歌
Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare.	Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare.
Serve, love, give, purify, meditate, realise.	服務，慈愛，布施，淨化，冥想，開悟
Be good, do good, be kind, be compassionate.	成善，為善，仁愛，慈悲
Seva, Bhakti, Dhyana, Dvara Sakshatkar Pavo;	服務，慈愛，冥想，通過自我內省
Bhale Bano, Bhala Karo, Dayalu Bano.	成善，為善，懷著慈愛
Practise Ahimsa (non-injury), Satyam (truthfulness) and Brahmacharya (purity).	修習不傷害、真誠、梵行（貞潔）
This is the foundation of Yoga and Vedanta.	這是瑜伽與偉壇多的基礎
Practise Non-injury Truth and Purity.	修習不傷害、真誠與梵淨
This is the essence of religion and spirituality.	這是宗教與靈性的要義
Enquire, 'Who am I?' Know thyself and be free.	反省“我是誰？”悟證自性而得到解脫
Enquire, 'Who am I?' Know thyself and be free'	反省“我是誰？”悟證自性而得到解脫
You are not this body, not this mind, Immortal Self you are.	你不是這個身體，不是這個內心，你是 永恆不朽的自性
You are not this body, not this mind, Immortal Atman! Radiant Atman!	你不是這個身體，不是這個內心，你是 永恆不朽的自性，光輝的自性
Realise this and be free!	悟證這真理而解脫
This is your duty, foremost duty.	這是你的責任，最重要的責任
Therefore do it now, do not postpone.	坐言起行，不要拖延
Lead the Divine Life.	過聖潔的生命
So says Gurudev.	祖師（施化難陀大師）如是教導
Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare.	Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare.

本會會歌 - 聖潔生命之歌 (Song of Divine Life)的意義

永遠名譽顧問 鄭驊峰老師

聖潔生命之歌共有兩首，一首是施化難陀大師所作，一首是慈達難陀大師所作。兩首雖然旋律不同，內容稍有差異，但主題一樣，都是把如何活出聖潔生命的重點，以歌曲形式表達出來。慈達難陀大師的一首，以洪名聖咒 (Maha Mantra) 開始，容易上口，而且條理分明，因此本會以此曲為會歌，並於每次靈修聚會中一起唱誦。

聖潔生命是指我們的自性是聖潔的，我們在生活上，無論在行為、語言與思想三方面，都要把這份聖潔的素質生活出來，為自己，為一切眾生帶來祝福。持誦神的名號是大師極之重視的法門，而洪名聖咒更在印度總會二十四小時持誦七十多年，全無間斷。聖潔生命之歌以神的名號開始，具有特別含意。

“Serve, love, give, purify, meditate, realize (服務，慈愛，布施，淨化，冥想，開悟)”這六個詞語，已經總結了施化難陀大師一生的教導，是聖潔生命的總綱領。“Be good, do good, be kind, be compassionate (成善，為善，仁愛，慈悲)”也是祖師一生身教言教的總結，是聖潔生命的特質。

“Seva, Bhakti, Dhyana, Dvara Sakshatkar Pavo (服務，慈愛，冥想，通過自我反省)”，“Bhale Bano, Bhala Karo, Dayalu Bano. (成善，為善，懷著慈愛)”兩句是以印度文把前文重點再唱一次。這是慈達難陀大師的慈悲，由於他的弟子有印度人也有其他國籍的人，為了確保所有弟子都能掌握他的教導，他通常先以英文講課，在重要的地方總會以印度文再講一次。所以，我們在唱此曲時要明白大師的慈悲。

“Practise Ahimsa (non-injury), Satyam (truthfulness) and Brahmacharya (purity). This is the foundation of Yoga and Vedanta. Practise Non-injury Truth and Purity. This is the essence of religion and spirituality. 修習不傷害、真誠、梵行 (貞潔)，這是瑜伽與偉壇多的基礎。修習不傷害、真誠與梵淨，這是宗教與靈性的要義”。當中提到的三項德行：Ahimsa (不傷害), Satyam (真誠) and Brahmacharya (梵行)，是聖潔生命會會員承諾遵守的戒條，慈達難陀大師曾經說過，這是進入聖潔生命會的入會費，過靈性生活的代價，那也是瑜伽與偉壇多的基礎，一切宗教與靈修的共法。

“Enquire, 'Who am I?' Know thyself and be free. (反省“我是誰？”悟證自性而得到解脫)”，這是偉壇多 (智慧瑜伽) 的終極探究，開悟的大門。這句唱了兩次，以突顯它的重要性。

“You are not this body, not this mind, Immortal Self you are. You are not this body, not this mind, Immortal Atman! Radiant Atman! (你不是這個身體，不是這個內心，你是永恆不朽的自性，光輝的自性)”。在古代，上師會把最高的秘密口耳相傳給最親的弟子，稱為 Upadesa (成就口訣的開示)。大師親口告訴我們真正的我是光明不朽的自性，而並非這個會變幻的身體、內心。這就是最高的修行口訣，冥想的口訣。

既然弟子得到上師最高心法口訣的教導，便應努力修行，達至開悟，以謝師恩，“Realise this and be free! (悟證這真理而解脫)”。人生無常，生死難料，切勿浪費時光，我們應立即開始瑜伽修行，坐言起行，過聖潔的生命，“This is your duty, foremost duty. Therefore do it now, do not postpone. Lead the Divine Life.”這也是祖師的最後叮嚀。“So says Gurudev. (祖師 (施化難陀大師) 如是教導)”最後此曲也以洪名聖咒完結。



Be Good Do Good
向善 為善



地址：	香港北角明園西街 26 號曉峯地下	九龍青山道 195A 號雅怡居 1 字樓
Address：	G/F., Mount East, 26 Ming Yuen Western Street, North Point, Hong Kong	1/Floor, Art Court, 195A, Castle Peak Road, Kowloon, Hong Kong
Tel：	2887 8719	2725 9628
Fax：	2887 8791	2725 9756

通訊處：	Mail Address：	Email Address：	Website：
香港郵政總局 信箱 679 號	G.P.O. Box 679 Hong Kong	dlskh@gmail.com	http://www.hkyoga-dls.org