

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

25th Anniversary
Commemorative Issue



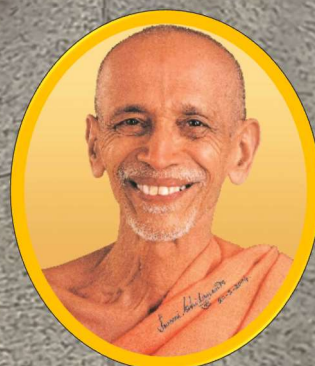
二十五周年會慶
紀念特刊

(2000-2025)



聖者施化難陀大師

(H.H. Sri Swami Sivanandaji Maharaj)



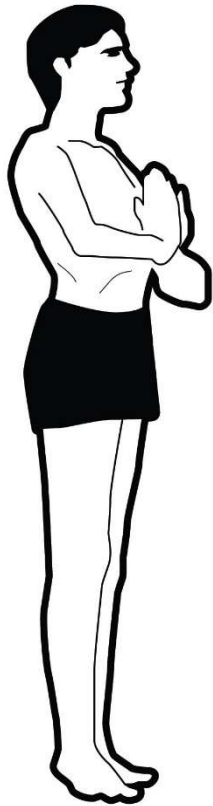
聖者慈達難陀大師

(H.H. Sri Swami Chidanandaji Maharaj)

17-5-2025



目錄



- ❖ 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
- ❖ 首席會長鄭驊峰老師獻辭
- ❖ 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
- ❖ 委員賀辭
- ❖ 相片集
- ❖ 共同禱文

施化難陀大師開示

- 牧牛女們對奇詩拿的愛

翻譯：麥偉恆

本文來自《虔敬與梵唱》(Bhakti and Sankirtan)一書

有些無知的人說：「奇詩拿(Krishna)不是上主。祂不是神的化身(Avatarā)。」祂是一個激情的牧牛郎，放蕩地與牧牛姑娘們(Gopis)嬉戲玩耍。」當時的主奇詩拿是什麼年紀？祂不是一個七歲的男孩嗎？祂身上能有一絲情慾嗎？誰能理解神愛之舞(Rasalila)和情侶念流(Madhurya Bhava)的秘密，那最高虔敬(Bhakti)的頂峰、對自性完全的臣服(Atmanivedan)或是對上主完全的臣服？只有那羅陀(Narada)、蘇卡德瓦(Suka Deva)、采坦耶(Chaitanya)、秘若白(Mira)、哈菲茲(Hafiz)、羅摩難陀(Ramananda)、那些女皈依者們(Sakhis) 或牧牛姑娘們才能明白神愛之舞的秘密。只有那些女皈依者才有資格做這事情。當祂還是個孩子的時候，祂不是創造了奇蹟嗎？祂不是顯示出祂是主哈里(Hari)的化身嗎？當祂還是個嬰兒時，祂沒有向祂的母親展示過大宇宙的達顯(Virat Darshan)嗎？祂沒有站在蛇王卡利亞(Kaliya)的頭頂上去殺死它嗎？祂不是複製出了無數的奇詩拿嗎？誰是那些牧牛姑娘？她們不就是那些在所有地方都只看見到奇詩拿，而且也把自己視作為奇詩拿的陶醉於神的生命嗎？笛子(Murali)的聲音便能夠把她們帶入神聖的狂喜或與神交流的狀態之中。她們超越了肉體意識。

奇詩拿神奪走了她們的衣服，使她們變得赤裸。這其中有著偉大的哲學。祂教導她們：「牧牛女孩們啊！不要執著於任何事物。放棄肉體觀念和性別觀念，而且達到那無身體的和無性別的不朽神我(Atman)。」

布林達文(Brindavan)的牧牛女孩們都是主極好的信徒。她們完全臣服於主。本來是天神(Devas)的牧牛女孩透過強烈的愛與奇詩拿融合。她們對奇詩拿的愛是神聖的愛。在月色明亮的晚上，奇詩拿神吹奏著祂的笛子。牧牛女孩們立刻衝向她們的愛人所在的地方。她們的內心都被攝入了奇詩拿之中。當他們聽到笛聲時，他們就忘記了一切事情。

她們有些人在擠牛奶時離開了家。有些人在給丈夫食物時離開了家。有些人還沒有把煮好的米飯從火上拿下來。有些還沒有等到牛奶煮沸。有些人一直在餵孩子飲牛奶。有些人正拿著食物。有些人正在給客人食物。但她們的工作都是半途而廢的。他們的衣服、頭髮和飾物都很凌亂。他們跑了去見奇詩拿。奇詩拿正是他們的生命能(Prana)和靈魂。她們一秒鐘也無法忍受與祂的分離。牧牛姑娘們是多麼虔誠！你能想像嗎？這超出了所有人的想像。

當奇詩拿神突然消失時，她們便在森林之間遊蕩。她們問樹木是否見過她們的愛人。她們向藤蔓、泥土和鹿查問。她們模仿祂的行為，甚至自稱奇詩拿。她們所有的思想都只向著奇詩拿。她們只談論祂。她們只歌頌祂的事蹟。她們心中充滿了奇詩拿。她們沉浸在祂的愛中。她們沒有其他想法。她們沒有其他願望。她們沒有想到自己的家或親人。她們來到亞穆納(Yamuna)河畔，齊聲歌唱有關奇詩拿的歌曲，並熱切祈禱祂的歸來。

奇詩拿對他們的虔誠感到高興，他突然出現在她們面前，並對她們這樣說：

「歡迎各位大人！我能為你們做些什麼？在巴賈(Vraja)都安全嗎？告訴我你們來這裡的目的。夜晚很可怕，而且野獸周圍出沒。回巴賈去吧。這裡不是女人該來的地方。你們有你們的母親、父親、兒子、兄弟和丈夫。他們正在搜索你們。不要傷害任何人。更何況，你們現在看到了這片花朵裝飾著的森林，被滿月的柔光照亮，樹木和它們柔嫩的枝條在雅穆納河的微風中輕柔搖曳，顯得格外美麗。現在，賢惠的姑娘們，趕緊回家去照顧你們的丈夫吧。小牛和你們的孩子都在哭泣。去讓他們喝點水吧。如果你們是被對我的愛所迫而來，那麼這很合適也很恰當，因為所有人都愛我。對丈夫的忠誠是女性唯一的偉大信仰。她們應該尋她們的朋友的幸福，並撫養他們的孩子。丈夫可能是邪惡的、年老的、生病的或貧窮的。但那些渴望更高境界(Lokas)的人不應該放棄自己的丈夫。與丈夫以外的人建立關係是可恥且不適當的。除了如此親近的方式之外，您還可以透過其他方式表達對我的愛。所以你們就回你們的家去吧。」

牧牛姑娘們一時之間都驚訝得發呆了。她們悲痛欲絕。為了奇詩拿，她們放棄了一切，聽到這些嚴厲的說話語她們難以忍受。最後，她們終於開口：「主啊，你不應說出這些刻薄的話。我們已放棄一切目標，尋求祢的庇佑。你啊，難以接近，請勿拋棄我們，請像最初的原人(Purusha)看待那些尋求解脫的人們一樣，以慈悲的心態看待我們。愛人啊，談到我們對丈夫、兒子和朋友的責任，彷彿祢是宗教導師，但祢本身就是這些宗教訓誡的目標。所以讓他們在你裡面安息吧。你是一切眾生最偉大的朋友，因為你其實就是他們的自性。我們為什麼要關心丈夫或兒子呢？他們其實都是痛苦的根源；我們依戀著祢，祢是永恆的快樂之源。」牧牛女孩們用這些話表達了她們對主奇詩拿的最深切的愛慕。我們在牧牛女身上發現了真正意義上的完全自我臣服(Atma-Nivedan)。她們甚至不關心自己的生命。那麼她們怎麼能關心她們的親戚、朋友和牛呢？

如果你想得到奇詩拿(Krishna)，你必須作為牧牛女孩(Gopi)來侍奉他。你必須以牧牛姑娘的心態來崇拜祂。懷著牧牛姑娘的情感(Gopi Bhava)來崇拜奇詩拿的信徒便會享受到愛侶情感(Madhurya Rasa)。

為了剷除邪惡、守護正義而化身為人的主奇詩拿不能與牧牛姑娘產生的性本能或激情扯上關係。祂是祂的信徒的奴隸。

唯有透過虔敬(Bhakti)，我們才能獲得主的恩典，並跨越輪迴之海。現在讓我們唱主奇詩拿的聖名「OM Sri Krishna Govinda Hare Murare, Hey Natha Narayana Vaasudeva」。讓我們永遠記住世尊(Bhagavata)的咒語，它能給我們帶來至高無上的平安和永恆的極樂：「Om Krishnaya Vaasudevaya Haraye Paramatmane, Pranatah Klesanasaya Govindaya Namonamah」——我們向您頂禮膜拜。至尊主哈里(Hari)啊！哥文達(Govinda)啊！瓦蘇德瓦(Vasudeva，所有生命的內在主宰)之子，奇詩拿啊！祢會消除那些向祢頂拜的人的痛苦。

榮耀歸於諸世尊(Bhagavatas)，榮耀歸於維亞薩(Vyasa)，榮耀歸於奉獻者(Bhaktas)！榮耀歸於主奇詩拿！願主奇詩拿和諸世尊的祝福降臨到你們所有人身上！

慈達難陀大師開示 — 神聖上師尊

翻譯：麥偉恆

本文來自《走在這光明中》(Walk in This Light)一書

全能的主、人類之父、充滿仁慈、慈悲和愛的親愛的上帝，此刻，我們虔誠地聚集在這裡，在敬愛的神聖上師面前，這僕人祈求，願祢的神聖恩典灑滿此刻聚集在這裡的所有人。對就是超然的大梵(Brahman)的祢，我們頂禮致敬，感謝祢賜給我們生命，讓我們知道它的價值。願我們充分珍惜生命給我們的無限範圍和機會，使它成為通往永生的光榮朝聖之旅。願我們充分知道自己的福氣，而且完全明白神給我們的計劃。

蒙福的靈性光輝、尊貴的上師尊！我們滿懷虔誠、信心和簡樸地向祢鞠躬，並熱切而真誠地接受祢在這神聖的三摩地聖壇中的臨在的這份禮物以及與祢親近的這份禮物。在這座位於神聖的恆河母親河畔的聖地，我們再次在黎明時分熱切地來到祢身邊，坐在靈修團契中，而且沉思那永遠純潔、永遠完美、完全圓滿的至高的自性(Paramatman)。我們來沉思，虔誠祈禱地坐著，嘗試透過這團契來祝福自己，並以這理想的方式開始一天，好使正當這天的每一分鐘過去時，我們將使這天變得圓滿，神聖和快樂。

幸得上師尊的啟蒙教導，我們的生命正朝著那個把我們從黑暗和永無休止的生死輪迴中解放出來的方向發展。我們的生命是向神性的昇進。接近上師

尊 (Gurudev) 這一偉大的喚醒力量的臨在，對我們來說就是每天更新覺知，提醒我們要專注於達到醒覺的努力，而且我們永不要停歇，直到我們進入至高無上的實相的意識中。

那超越一切黑暗的光中之光，安住於我們的內在，是我們本身的自性 (Self)。內在沒有黑暗。一切黑暗只存在於內心；黑暗無法觸及自性。那個其實就是我們的自性是超越內心的。這是必須去掌握的偉大教誨。上師尊用簡潔的現代語言闡述了偉檀多 (Vedanta) 的精髓。「萬物皆無，萬物皆不屬於我。我既非內心，亦非肉體，我乃是不朽的自性。」「萬物皆無」的意思是，除了大梵 (Brahman) 之外，沒有任何東西存在。任何認為梵天之外還存在其他事物的想法都是無知和錯覺。必須再次又再次地、專注地、一心一意地把專注放在這個目標上。上師尊說過：「整個靈修生活就是專注；整個瑜伽就是專注。」專注就是要將一個人的全部注意力和能量聚焦到這個生命中的單一目標上。

從遠古時代起，偉大的開明先知和聖賢們就知道梵天是超越一切暫時變化的表象的唯一偉大實相，從那時起，就不斷有神聖的使者來到這個世界，喚醒人類，並使其恢復神聖的地位。在這條綿延不絕的使者隊伍中，在二十世紀裡，人類偉大的導師之一被派到了我們身邊——上師尊聖者施化難陀大師 (Gurudev Sri Swami Sivanandaji)。他來到成為了人類的喚醒者、啟發者、嚮導和幫手。

上師尊呼籲人類去認識，在生與死之中，永恆的存在就在那裡。上師尊一直提醒人類，生命是一份珍貴的禮物，一個黃金機會，一個獲得至高幸福的難得機會，我們應該這樣認識生命，這樣看待生命，並且這樣生活。對於這種無限的恩典，我們無法感謝他，除了我們也將自己的生命視為向神性和完美的提升。

願祂最美好的祝福讓我們理解聖潔生命、無私和服務的秘訣。為什麼上師尊曾經寫道：「業力瑜伽是最好的瑜伽？」為什麼他離開馬來西亞並定居在斯瓦格修道院 (Swarg Ashram) 卻沒有停止他的醫療活動？即使在深度冥想、嚴酷苦行和不間斷的靈修練習中，他仍然抽出時間為受苦受難的人和病人提供服務。上帝給了他什麼深刻的洞見，讓他覺得即使當他還是苦行人 (Tapasvin) 和出家人 (Sannyasin) 時，為窮人和有需要的人服務也是值得的？願我們也擁有跟他一樣的，使他能夠為所有人服務的內在理解。

上師尊曾經開玩笑說：「聖者慈達難陀大師薩拉斯瓦提 (Sri Swami Chidananda Saraswati)，文學碩士，哲學博士！還有什麼比成為出家人 (Sannyasin) 和一名大師 (Swami) 更高的學位或榮譽呢？」為什麼人們要在自己的名字後面添加更多無意義的字母？出家的崇高和偉大是否需要這些字母？他說：「無需添加任何東西；出家的地位本身就如此至高無上，不需要任何額外的東

西。你不需要在彩虹上塗色。」因此，他說，這種靈修的生活、這種捨棄的生活是至高無上的。

如果從世界各個角落，數以百萬計的人都對他心存感激，數以百萬計的人的生命得到了轉化，並提升到了新的高度，那麼原因是什麼呢？施化難陀大師大君(Swami Sivananda Maharaj)是如何實現這一目標的？許多人從未瞥見過他，從未跟他會面過，從未跟他說過話，從未親眼見過他——然而，成千上萬的人卻過著改變了的生活，而且每天早晨他們都滿懷感激和愛意地回憶著他。為什麼？因為他與所有人分享智慧教導，並將其傳播到世界的每個角落。他這樣做是懷著偉大的目的的；這是他在地球上的重要使命。

他意志堅定，而且用盡一切可能的方式來傳播他的教導。他一生致力於傳播靈性知識，並激勵他所有的弟子也這樣做。「分享知識；讓每個人都知道。」這些知識已經進入你們的生活和內心，並使你們成為修行者(Sadhakas)和神的真正信徒。它使你們成為懷著理想要變得有原則、有紀律的人類、有高尚的價值觀、道德和靈性的人類。

由於這種力量和光的存在，也由於這種知識及其影響力在你內在產生的令人振奮的靈性力量，他存在於你的內在。施化難陀大師存在於你的非暴力(Ahimsa)、真理(Satyam)和梵行(Brahmacharya)，而且在於你的服務、奉獻、日常冥想和對悟證神的渴望之中。通過聖潔生命的概念，施化難陀大師就存在於你們內在。施化難陀大師以「成善、為善、仁愛、慈悲、探究我是誰、悟證自性」的形式存在於你內在。施化難陀大師以這種動態的靈性知覺的形式存在於你內在。我向成為了這光輝的、令人鼓舞的、強有力的靈修教導的施化難陀大師頂禮致敬和崇拜。

這偉大的智慧傳承不僅適用於印度人民，也適用於地球上的所有生命。具有超凡經驗的偉大先知和聖賢沒有受任何狹隘的民族主義觀點的限制。他們的願景是為了所有人。他們祝福三界都能獲得最高的幸福——下界的生靈、地球上的居民、和甚至天界的天人。他們知道，即使是天界中天神們近乎完美的享樂，也會消亡，因為那裡有始也有終。偉大先知的信息是為了每一個曾經出生、現在存在、和將會出現的人類。他們的信息具有永恆的有效性。

懷著崇敬之心看待這全球人類的共同傳承，我們發現這些偉大的教義不僅是為了我們的靈性福祉，也是為了每個人的全面福祉。它們旨在為現在和將來帶來益處。它們不僅適用於實際的世俗生活，也適用於更高靈性境界的內在生活。我們以各種方式認識到每天吸收經典的智慧並在其光芒下生活的必要性。研習和實踐 -- 這是一條理解和實踐並存的道路。

透過這些方式，偉大的聖賢們嘗試使我們徹底明白到，我們的世俗生活的各個面向都有著至關重要的、直接的關聯的這個真理。透過與你分享這些想

法，我希望能夠服務這個崇高使命，去傳播上師尊的知識。再次、再次、又再次去思考這個問題，並嘗試完全理解這訊息想要告訴你什麼。

我希望以微小的方式服務上師尊的偉大靈性使命，將神聖的智慧帶給東方和西方的所有時代的所有生命。願上帝祝佑你們能理解所聽到的內容的意思。願上師尊的賜福降臨到你們身上，就在他非常仁慈，日復一日地在這座神聖修道院的莊嚴的三摩地聖壇中親自賜予我們的每天靈修團契中，使你們能夠把你們明白的內容轉化為行動。哈里唵。

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

Blessed self,

Om Namo Bhagavate Vasudevaya

Om Namo Bhagavate Sivanandaya

Om Namo Bhagavate Chidanandaya

Om Namo Bhagavate Krishnanandaya

Immensely happy to know that Hongkong DLS yoga centre Branch is celebrating 25th anniversary, even though DLS branch was looking after by Late Khanchand Murjaniji with other devotees! When I visited Hongkong during the year 1986 only four persons met me at Hindu temple in Happy valley! Due to untiring effort of Shri Hariji, Ms. Prakashiniji, shri Ramanaji, Mr. Johnnyji, Ms. Kripaji, Ms. Vikashini ji, Ms. Jayaji, Ms. Lakshmi ngji, all committee members as well as yoga friends who is meeting me during all these years, DLS (Yogacentre) is progressing and growing with grace and blessings of Gurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj! May abundant grace and blessings of Gurudev continue to bless all these sincere aspirants of yoga for many more years to come is my heartfelt prayer on this auspicious occasion of 25th anniversary (Silver Jubilee) Of DLS (Yogacentre) Hongkong Branch! Kindly continue your noble service to Gurudev, follow:

“Practice & Preach” saying of Gurudev in your daily life, bring many more yoga aspirants in the fold of Life Divine is my request to you all! Even though i know all by face, difficult to remember names, sorry if im not mentioned here, due to lack of memory of anyone’s name, Gurudev’s Grace will be upon you all Yoga Friends of Hongkong! “Be good & Do good”!

Om Namo Bhagavate Sivanandaya!!

Yours, in the service of Gurudev Sivananda,

Swami Yogaswarupananda

President, DLSHQ,

P.O: Shivanandanagar 249192

Dist: Tehri-Garhwal (Ukd) India

Camp: Nexon (France)

25th April, 2025

蒙福的自性：

Om Namō Bhagavate Vasudevaya 謹向無處不在的神明頂禮。

Om Namō Bhagavate Sivanandaya 謹向施化難陀大師頂禮。

Om Namō Bhagavate Chidanandaya 謹向慈達難陀大師頂禮。

Om Namō Bhagavate Krishnanandaya 謹向奇詩拿難陀大師頂禮。

欣悉聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心慶祝分會成立廿五周年。分會初時由已故的梅珍妮先生及其他同修管理。當我在 1986 年首次訪港，只有四位同修到跑馬地印度廟與我會面。之後得到鄭驊峰先生、吳志文女士、彭少雄先生、黃振盛先生、鄧錦秀女士、區亮貞女士、梁熙桐女士、吳婉雯女士、一眾委員及多年來與我會面的瑜伽朋友不懈努力，聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心蒙受祖師施化難陀大師的恩典和祝福，不斷進步和成長。在聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心吉祥的銀禧紀念之時，我衷心祈求祖師豐盛的恩典與祝福加持各位真誠的瑜伽慕道者。懇請你們持續向祖師獻上神聖的服務，遵從：在日常生活中“實踐，宏揚”祖師的教導，鼓舞更多的瑜伽慕道者。

雖然我很熟悉各位的面孔，可是難以記得每人的名字，如未能在此一一列出大家的名字，很是抱歉。祖師的恩典將與香港所有的瑜伽朋友同在！“成善、為善”。

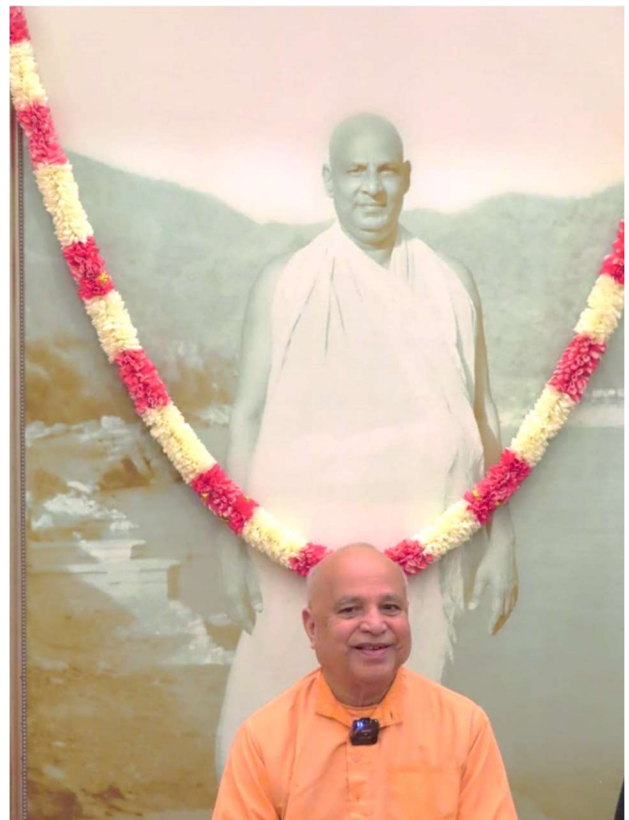
Om Namō Bhagavate Sivanandaya 謹向施化難陀大師頂禮。

服務祖師施化難陀大師

聖潔生命會印度總會會長

瑜伽斯樂巴難陀大師

2025 年 4 月 25 日 (發文於法國內克松)



首席會長 鄭驊峰老師獻辭

— 毋忘初心：本會成立與發展的關鍵

70年代後期，我開始追求靈性的道路。自從在跑馬地印度廟（Hindu Temple）閱讀到施化難陀大師（Swami Sivananda）的著作後，我心裏就認定：這就是我要的答案。當時我很想皈依祖師門下，可是祖師早已圓寂，苦無皈依的途徑。在那兩三年間，祖師的著作不離我身，我閱讀速度奇快，祖師的話語，不覺深深植入我心，他的教導，經常自動在心裏盤旋；而祖師的容貌，更時刻浮現眼前。我沒有形式化地祈禱，心裏只有一個很強的念頭，不斷對祖師說：“要是能夠有您做我的上師，那會是多麼美好。”那念頭並沒有感情或語言上的造作，也沒有功利或其他計算考慮，就只有一顆又真又直的心。也許，這就是真的禱告吧。

一天，祖師真的答允我的請求。1983年7月，有朋友通知我祖師的繼承人慈達難陀大師（Swami Chidananda）來港弘法。我出席他的講座，講課後追著他到講堂外面，鼓起勇氣請求他傳授我聖咒（Mantra Diksha）。他當時一面笑著，一面回頭，沒有丁點的詫異。他沒有問我甚麼，就跟我約好皈依的時間地點。我心裏明白，神知道我的心意，我的靈性修行道路開始了。我不認識神，但神認識我，祂以慈達難陀大師的形相來到我面前，建立起師徒關係。

慈達難陀大師只是每兩三年來港一次，然而他的教導，他的保護，他的祝福是時刻不離的。我絕對明白瑜伽的道路是難行的，沒有上師的指引與祝福，寸步難移，更遑論得到甚麼成就。師徒的連繫是在心靈的，那溝通平台並不在各類電子通訊，而在“真心”與“直心”。上師吩咐我做的事情，我一定放在“第一位”，並且盡全力去做。不問原由，不計利益，不計艱辛，不計力量。我只是深信一點，他是開悟了的聖者，他知道的一定比我多，他叫我做的一定有原因。我一直學習“真心”、“直心”地接納上師的差遣。往往多年後回首，我才發現上師為何當時發出這樣指示。例如在1992年，一眾印度與華人弟子到啓德機場送別上師。其間，上師在眾人面前把兩張祖師的海報交付給我，指示要掛在我靈修聚會的地方。那時，我何來有靈修聚會的地方？沒想過多年後竟然會出現聖潔生命會（香港分會），而分會真的有兩個中心，而我也真的負責本會的靈修聚會。今天，這兩張祖師的海報就真的分別掛在兩個中心內。

1986年，上師派瑜伽斯樂巴難陀大師訪港，沉寂了的香港瑜伽學會也復會。上師的心意即是神的心意，憑著他的祝福，我有機會在香港瑜伽學會服務上師。當時我發現了一個問題，就是瑜伽同修雖然很尊重祖師與總會派來的大師，對哈達瑜伽也很深入地研習，但普遍對祖師綜合瑜伽的教導欠缺全面、有系統的認識。我覺得我們稱施化難陀大師為祖師，我們就應該認識他的教導，修學他傳授的瑜伽，教授他傳授的瑜伽；要達到這目標，必須要有一群全新培訓的瑜伽導師，不單純是式子的瑜伽導師，而是綜合瑜伽的導師。我有心願開辦瑜伽導師訓練班，教導祖師的綜合瑜伽。我的想法就是那麼簡單。沒有甚麼護法、傳承那麼複雜的想法。1993年，我向慈達難陀上師說出了我的想法。他對我完全信任，完全沒有懷疑我的動機與能力，就祝福我開辦這班。在梅真尼先生與關何惠渝女士的協助下，在1994年課程就正式開班，並在1995年完結。上師在1995年來港，出席學員畢業禮，把親自簽發的證書逐一頒發給學員。之後，導師們並沒有停止聚會。得到關太的協助，他們每月一次聚會，一起修習瑜伽式子，一起分享生活點滴。現在回想起來，他們有的也是「真心」與「直心」。

後來，吳志文導師建議，希望籌組一個瑜伽中心，讓導師們有一個安穩的教學地點，我當然同意，得到吳導師鼎力支持，慷慨借出物業，結果在 2000 年在青山道成立了本會第一個中心。其後得到慈達難陀上師與瑜伽斯樂巴難陀大師的祝福，本會順利發展，2011 年增設北角的中心，不覺已是 25 周年慶典。

在這時刻，我的反省是，本會的成立與發展完全是祖師與上師的祝福，並不是我們任何一個人的能力。表面上我們都有付出與參與，但其實我們只是祖師的工具，無論我們付出過甚麼，那只是一場對神的奉獻。

我心裏的呼聲是：“毋忘初心”。那初心非常簡單，不必深奧學理，不必發大宏願。那初心就是願祖師的教導永存於世，更多更多的人得享祖師的教導與祝福。祖師的祝福又來自哪裏呢？是來自神。神恩通過祖師、上師、大師流到我們身上，我們願意保存一顆「真心」與「直心」，讓他人受惠嗎？畢竟，聖潔生命活動都是神的心意。我們曾幾何時，都是沒有想太多，計算太多的。秉持著「真心，直心」，克盡己職。努力工作，坦然付出，不計名利權位，神自然會完成祂的計畫。

會長吳志文獻辭

各位瑜伽同修：

今年是聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心成立第 25 年。

25 年來，本會除了得到祖師施化難陀大師及上師慈達難陀大師的加持，讓本會在香港得以把祖師的綜合瑜伽推廣。聖潔生命會印度總會的瑜伽斯樂巴難陀大師（現在已經成為聖潔生命會印度總會的會長）25 年來不斷地支持及祝福，令本會在困難時，都安然渡過。在過去幾年的新冠肺炎在全球及香港肆虐時，又或個別同修患病時，大師都經常為各位同修加持及祝福！

祖師的瑜伽教導世界聞名，有很大的影響力，讓瑜伽同修有信心參加本會的各項活動。我們亦得到一群致力推廣綜合瑜伽的導師協助一切會務，更難得是鄭驊峰老師在靈修方面不遺餘力、無私地持續舉行靈修聚會，二十多年來為同修服務。

我們一直能夠堅持本會的宗旨，去推廣祖師的綜合瑜伽，不會盲目跟風去做一些無謂的改變；例如：瑜伽式子班上課中有學生想要加音樂、又有學生提出如果好像外間在課室內裝上鏡子可以看到自己做式子時是否做得好...等等提議，這些都是令修習者分心、不能專注的事，本會不會盲目跟隨。

25 周年會慶到了，想寫一篇文章放在特刊，就想起 30 年前我皈依 Guruji 上師慈達難陀大師時的一段錄音，相信對有心去尋求瑜伽自性開悟的同修很有幫助。慈達難陀大師說：「現在，開始你神聖的旅程；這是你內在隱藏著的一個旅程！但是你會經歷到神之處！所以這條路是非常精微。所有持咒、唸 MANTRA 及冥想的過程都是靈性的歷程！

初時身體等各方面參與，坐得正直些。稍後就完全是精神的過程！所有這些咒都一樣，是幫你接觸你至高無上的本體！所以在這基本之下，不同宗教的咒其實沒有分別。

咒是用聲音象徵至高的本體，這是用語言象徵著神的符號！這些咒是很神聖的！咒內的力是神的力量。所以，咒同神都是一樣，沒有分別！

神，對我們來說是見不到、聽不到！咒就可以聽到甚至可以寫出來；見得到！用口唸出聲；聽得到！所以基本上咒就是神！顯現到使自己唸到聽到見到而已！這是代表宇宙至高的聖靈！

咒是神聖的！咒是神！只不過是用言語、一個聲音表現的神。在印度的哲學，聲音的神或是語言的神。這是很神聖的關係，是你與神之間的關係！所以咒要自己很認真地保持在自己的內心，不用透露，更不是用來告訴別人聽的。例如有人在你身邊，就不用唸出聲音，自己獨處時當然可以出聲地去唸！此外亦可以抄寫。上班時亦可以在心內默默想着咒語。總括：修習咒，可以唸誦、記掛及抄寫三個方法；唸出聲時叫持咒 Valarie Japa，抄寫咒語叫 Likhita Japa，內心默唸叫做 Manasic Japa。

所以當你接受咒就是代表你接受神，因為咒根本就是神！當你在領咒的一刻開始，你在神內，神在你內！

所以，取咒日是你一生中最大的日子！神用咒的形式來到你處！咒在這三個世界是最寶貴的東西！沒有別的可以比咒更珍貴！」

各位看了慈達難陀大師講解後，應該明白傳咒的意思。慈達難陀大師說他會給咒予一些誠懇的學員及徒弟，而對他自己來說傳咒只有一個動機，是希望大家在靈性進化的歷程上做得更快，亦是使靈修者在那麼多靈修過程中起了核心作用，以支持及鼓勵着你在靈性的生活中，因為慈達難陀大師不是以傳授聖咒來招攬門徒，亦不是因為給咒予人來封自己做上師 GURU；純粹幫大家在靈性上進步而已！所有不同的咒只有同一意義；同一解釋：「我是向這至高的靈性崇拜！」這些至高的聖靈可能有不同的形相；這不是重點，重要的是你自己如果有喜歡的，就崇拜這個形相的神，所以這個咒是你同神直接的關係。繼續要發展及培養此關係，就是你自己要做的功課了！如果每日都能持之以恆地去修習，及每日都將自己的心放出來，就越能進步得快。關於取咒的知識上希望大家都清楚了！

慈達難陀大師作最後總結：「咒是永恒存在的！咒是一切生命，亦代表著至高的知識；至高的存在、亦是至高的喜悅！」

這是我珍藏了三十年的寶物，現在同大家分享。

仍然未有皈依的同修們，趁有機會見到現在總會的會長瑜伽斯樂巴難陀大師，就不要錯失良機，盡快考慮皈依啦！

吳志文 Prakashini

2025 年 5 月 6 日

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.

本會於 2000 年 5 月 17 日成立，師承並傳揚印度聖潔生命會(The Divine Life Society)(「印度總會」)祖師施化難陀大師(Swami Sivananda)的綜合瑜伽(Yoga of Synthesis)的教義，並為印度總會在香港的唯一分會。

本會之成立，一切都是神恩。

祖師在自傳裏有以下的開示：

「聖潔生命會分會是當今人類的一大福祉，是神恩的真實賜予。它是充滿靈性活力的瑜伽修行聖地，也是實踐《偉檀多》智慧的聖地。弘揚聖潔生命之道，正是人類的希望所在。」

「通過踐行聖潔生命，人類將在此生此時此地，擺脫愚昧、痛苦與磨難，超越悲傷，進入平安與至樂的境界。聖潔生命為人類帶來和平與靈性和諧，淨化人心，昇華本性，並綻放那內在隱藏的、光輝璀璨的聖潔本性。」

「聖潔生命會分會的宗旨，非為積聚財富、名利或聲譽，唯願通過在不同的中心創造靈性的氛圍，為世間帶來和平與和諧。」

祖師更進一步開示了「聖潔生命」的訊息：

「在眾生裏見到神。服務眾生。愛護眾生。善待眾生。懷抱慈悲。視眾人如己。神在你內，以敬神之心服務人群。服務人群實是敬神。」

願此訊息響徹自由，遍及每一片土地；願此訊息進入每個家庭，深入每個人心中。」

感謝神恩，感恩祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師及現任印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師的恩典及加持，以使本會得以創建及成長。

瑜伽斯樂巴難陀大師自 1986 年起開始來港弘法，明年（2026 年）已是 40 周年，也是印度總會成立 90 周年的重要年份。

十年樹木，百年樹人。

漫漫長路，一步一腳印；今年已是本會成立 25 周年。

本人有幸能成為本會其中一份子，更有幸能成為鄭驊峰老師的學生之一，特此衷心感謝。特別感恩的是，在鄭老師的指引下，於 1995 年「瑜伽導師訓練班」畢業後，幸蒙神、祖師及上師的恩典，隨即可以皈依上師慈達難陀大師，得蒙傳授聖咒；並於 2013 年 11 月 9 日，蒙瑜伽斯樂巴難陀大師賜予聖名:Ramana。這都是本人的靈性道路上的兩個重要里程碑。

鄭驊峰老師自從 1994 年-1995 年親自任教「瑜伽導師訓練班」，瑜伽導師（即與本人一起於 1995 年畢業的同學）畢業後，均持有由聖潔生命會印度總會前會長慈達難陀大師(Swami Chidananda)及鄭老師簽發的畢業證書，並蒙慈達難陀大師親自頒發畢業證書。在鄭老師指導下，上述瑜伽導師成立本會。

薪火相傳，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，以弘揚祖師施化難陀大師「綜合瑜伽」的教導。

誠如瑜伽斯樂巴難陀大師於 2025 年 1 月 11 日致本會的重要指示：

「Hariji 在香港傑出地侍奉祖師，弘揚祖師的教導，不遺餘力。自 1986 年起，他一直安排我在香港的弘法活動。他從來並不要求權力與地位，名聲與榮耀。他只是誠懇地侍奉祖師！

我要求所有聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心的會員，尊 Hariji（鄭驊峰先生）為聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心的創建者與首席會長，他的名字應排列在首，位於所有人之上，我要他繼續領導與指引聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心，持續侍奉祖師更多年。」

適逢本會二十五周年會慶，願神與祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師及印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師的恩典，福澤廣被，讓眾生蒙福，吉祥圓滿；並在鄭驊峰老師的領導與指引下，同修日益精進，本會會員團結同心，為祖師的「綜合瑜伽」的教導在香港繼續傳揚，讓「聖潔生命」之光不斷發光發熱！

彭少雄 Ramana

2025 年 5 月

副會長鄧錦秀獻辭

謹向尊敬的祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師及瑜伽斯樂巴難陀大師頂禮：

聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心成立 25 周年了，踏入四份之一世紀，時間飛逝，本會由年幼期步入壯年期了。

本會這幾年經歷 COVID-19 世紀疫情肆虐，靈修聚會、唱誦聚會所有活動都停辦，瑜伽堂時常停課、復課…循環運作，令到會務裹足不前。

又在這期間曉峯大廈漏水，引致北角本會要大裝修，耗費龐大，本會依然屹立不倒，是受到祖師的恩典及庇佑。（因許多坊間的瑜伽中心已經結業了）。

印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師這幾年 11 月份都間斷來香港，因受疫情影響，不可以每年都來。大師雖然年紀 80 多歲。但大師到港都為本會主持所舉辦的活動：包括公開講座、內部講課、瑜伽營、同修皈依…等項目。

鄭驊峰老師在疫情期間，每個星期三晚上都在網上講課，令我們學習瑜伽知識不會停頓。到疫情後鄭老師又在每個月第二及四個星期六，在北角本會恢復靈修聚會，時間提早在晚上五點至七點。人數沒有疫情前這麼多人，因現在可以網上聽課。

最近鄭老師教授許多新歌，尤其是 Shri Shanaishchara Stotram（土星禮讚）Mahalakshmi Ashtakam（大吉祥女神八頌）Nava Naga Stotram（九大龍王禮讚）。鄭老師叮囑同修門每天都要唸誦以上的禱文，不要間斷。因為現在時局不穩，災禍連連，唸誦以上的禱文对大家是有幫助的。

鄭老師在 Facebook 都傳送許多瑜伽知識和訊息，現在科技進步，許多資訊都來之網上，幸好本會部份新晉同修迎頭趕上，將本會的資訊、瑜伽式子傳送 Facebook 裏，令到同修們快速知道本會的訊息。

蒙上師的恩典，過去幾年本會雖然經歷許多困難，但由鄭老師的帶領下：領導層、各行政人員、委員、副委員、工作小組組長及義工們都謹守崗位，互勵互勉，砥礪向前，盡心盡力服務本會，令本會的會務蒸蒸日上，邁向光輝的未來，發光發亮，成善！至善！

藉本會 25 周年會慶，願施化難陀大師、慈達難陀大師、瑜伽斯樂巴難陀大師的恩典令眾生蒙福，世界和平，吉祥圓滿！

鄧錦秀

2025 年 4 月 14 日

行政人員賀辭

祝賀聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心 25 周年會慶

我們懷著喜悅與感激之情，迎接瑜伽中心 25 周年會慶。在這特別的日子裡，我們回顧過去，展望未來，並感謝每一位曾經與我們一起經歷過艱難歲月 and 美好時光的同修們。

自 2000 年瑜伽中心成立以來，我們致力於傳遞祖師施化難陀大師和 Guruji 慈達難陀大師身心靈的教導。從一開始的簡單教室，到如今有本會的永久會址，我們的成就離不開每一位導師與學員的支持和付出。

回顧過去，我們經歷了 SARS 的陰霾、社會運動的挑戰，以及全球疫情 COVID-19 的肆虐。在這些艱難時刻，我們的瑜伽同修不僅沒有被困境擊垮，反而謹守崗位成為彼此的支柱，提供愛與支持。正是這股力量，讓我們在困難中堅持，並繼續致力於服務社會，在非繁忙時段加開長者瑜伽班，讓不同年齡人仕也可以參與，傳遞瑜伽的正能量。

在這 25 年的旅程中，我們見證了學員的轉變與成長。每一個的笑容，每一份的進步，都成為我們前行的動力。在導師的悉心指導下，學員們不僅提高了瑜伽技巧，更在心靈深處找到了寧靜與自信。

今天，我們用感恩心慶祝過去的努力，更展望未來的發展。瑜伽不僅僅是體位的練習，更是心靈的修行。我們堅信，在大家的共同努力下，瑜伽中心將繼續發展壯大，成為一個更莊嚴的瑜伽道場。

感謝印度總會會長瑜伽斯樂巴難陀大師對香港同修的愛與關懷，每年來港主持瑜伽營。感謝鄭老師的靈修課，感謝領導層和每一位導師。還有學員和支持者。讓我們一同慶祝這 25 年來成果，並攜手共創更加光明的未來。

導師培訓主任 區亮貞

恭賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立 25 周年。

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

25 年是一段長久的日子，香港分會能夠繼往開來，秉承祖師及上師的教導，全賴鄭老師的悉心引導與帶領、領導層的努力不懈及各位同修的無私服務及貢獻。萬分感激！！

蒙上師的加持，認識聖潔生命會，並有機會服務於上師的蓮花足下！實屬萬幸！！

願神明的恩典、祖師與上師的祝福繼續加持香港分會，讓祖師的綜合瑜伽一直流傳，令更多同修一同踏上聖潔生命的道路！成善、為善！

秘書 吳婉雯

Hari Om

2025 年 5 月 17 日是聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心慶祝分會成立 25 周年，在此祝願分會繼續秉承神、施化難陀大師、慈達難陀大師及瑜伽斯樂巴難陀大師的教導，發揚瑜伽精神，用慈悲仁愛的心繼續服務社會、團結分會同修，無論當中遇到多少艱難，也要堅信在神和上師加持下，都能勇敢面對困難及考驗。

謹祝 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心邁向新一頁繼續發光發亮！

總務主任 梁清薇 Kripa

2025 年 5 月 12 日 敬上

恭賀 聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立 25 周年。

謹向宇宙中無處不在的各神明頂禮
謹向尊敬的祖師施化難陀大師頂禮
謹向尊敬的上師慈達難陀大師頂禮

香港分會的成立和發展，見證着神的恩典，祖師及上師的祝福。

承蒙祝福，香港分會獲聖潔生命會 印度總會會長 瑜伽斯樂巴難陀大師的加持，鄭驊峰老師及各領導層的指導及引領，屹立香港廿五載，宏揚祖師綜合瑜伽的教導，服務社群。能夠為香港分會服務，實在是本人一個很大的福德。

瑜伽斯樂巴難陀大師曾經說：祖師成立的聖潔生命會，就好像聖潔的恆河，任何人只要是曾經沐浴於聖潔和神聖的恆河，都可以得到淨化，乃至解脫生死。同樣地，參與任何聖潔生命會的服務或活動，就猶如沐浴於聖潔和神聖的恆河。香港分會是聖潔和神聖恆河的分流，能夠參與到香港分會任何的服務和活動，就等同於沐浴在聖潔的恆河之中，得到淨化，從中學習到祖師及上師的教導，讓身心靈也得到潔淨和平安。十分感恩大家給予的機會及恩典。

祝願香港分會各同修們繼續努力，秉承祖師及上師的教導，活出聖潔的生命，宏揚祖師的綜合瑜伽，發光發熱。

秘書 梁熙桐 Jaya

我的瑜伽之路

在三十多年前，我在坊間學習哈達瑜伽，得恩師麥麗貞推薦，接受香港瑜伽學會舉辦的瑜伽導師訓練班，當時有幸遇上尊敬、博學的鄭驊峰老師。那是我與這門古老智慧初次相遇的時刻。在 Sri Swami Sivananda 護佑與鄭老師悉心的引領下，我逐漸體悟到瑜伽遠非僅是身體的伸展，而是整合身、心、靈的一套完整科學。一條通往內在光明的神聖路徑。真想不到自始，瑜伽改變我的生命軌跡。

在二十五年前，聖潔生命會香港分會成立。我亦有幸地成為本會服務的一員，見證並參與了這二十五年的成長歷程，從最初幾位同修的聚會，到今天成果，每一步都凝聚著上師的恩典與同修們的服務。

現在，承蒙信任，我有機會能擔任本會行政工作，在過去的歲月，看似平凡的事務，實則是實踐業力瑜伽(karma yoga)的場域，我學會(磨練)了將日常工作轉化為無私心奉獻服務的契機。

我們的上師 Sri Swami Sivananda 的教導常在心中："服務、愛心、施予、淨化、冥想、開悟"——這簡單而有力的箴言，指引著個人與聖潔生命會的成長方向。

展望未來，願聖潔生命會香港分會繼續作為純粹瑜伽智慧的守護者與傳播者，在這急速變幻的國際都會中、在世界動盪不安時代裡，為所有尋求生命轉化的人們點亮明燈。讓我們攜手，將這份神聖傳承，以貼近當代需求的方式薪火相傳，讓這永恆智慧持續綻放，給予更多心靈找到內在不滅的聖潔之光。

財務主任 張樂賢 Mohini

Hari Om.

回顧在聖潔生命會香港分會瑜伽中心度過的廿餘載，與其說是「服務」，不如說是「參與」的更為貼切。年輕時初識瑜伽，僅視其為運動仍被深深吸引，機緣巧合下參加了瑜伽導師班，方知瑜伽遠非簡單的肢體伸展，而是靈性知識以及修習方法。有幸接觸到祖師、鄭老師的教導。在瑜伽中心，早期因生活諸多牽絆，對中心的活動參與並不頻繁。

鄭老師在二十多年前已在中心義務講解瑜伽知識，我雖心生嚮往卻常因生活未能配合，而無法親自參與，幸得鄭老師與同修的關懷，將講課錄音帶回給我，讓我得以在這段時期仍能汲取瑜伽的智慧，至今銘感於心。

及後我終能較穩定地參與中心的活動，並逐步接觸到中心的各項事務與活動預備工作。這些工作對當時毫無經驗的我而言，無疑是挑戰。我硬著頭皮，邊學邊做，幸有身邊同修的協助與包容。他們在事務中給予指導，寬容我的錯誤與不足，讓我在學習中不斷成長。活動籌備的過程中，即使有不足，總能順利完成，我深信是靠大家同心協力，亦仰賴祖師及上師的加持與祝福。無論是自己單純參與中心的活動，抑或投入預備工作，對我而言，是讓我得以親近上師的教導。也是對祖師及上師所賜予種種恩惠的回應。

廿餘年間在中心的生活有甜酸苦辣，卻始終如我的第二個家。在能力範圍內盡力參與，希望略盡綿力。瑜伽中心能持續運作至今二十五年，除了祖師的加持與引領，亦要衷心感謝鄭老師、會長以及所有成員的無私付出與奉獻，和眾多參與者的支持與投入。

值此 25 周年慶典之際，衷心祝願聖潔生命會香港分會瑜伽中心蒸蒸日上，祈願祖師施化難陀大師及上師慈達難陀大師的教導廣佈流傳。願中心未來繼續成為眾人修練與成長的地方。

活動統籌主任 梁世卿 Savita

素食顧問 鄭鍾瑞華賀辭 — 得享甘露

1930 年初，祖師施化難陀大師在冥想時，得見 Krishna 神。當時 Krishna 神對他說：“施化，醒來吧！把你的甘露與他人分享。”之後，祖師就立志把生命的甘露（瑜伽知識與智慧）與他人分享，因此成立了聖潔生命會總會。

聖潔生命會（香港分會）瑜伽中心是印度總會的官方分會，與祖師及總會血脈相連。本會的成立是祖師施化難陀大師、上師慈達難陀大師賜給我們極為難得的禮物。

願我們都能在本會中得享這分神賜的甘露。

“What you have is His gift to you.

What you do with what you have is your gift to Him.”

Swami Chinmayananda

“你所擁有的都是祂賜予你的禮物。

你怎樣善用你所擁有的，就是你回報給祂的禮物。 “

哲邁雅難陀大師

工作小組組長賀辭

祝賀本會成立 25 周年，願在祖師、上師加持庇蔭下，將本會推廣"綜合瑜伽"繼續發揚光大，願每位成員都活出聖潔生命，身心靈健康。

文獻整理組組長 馬惠英

祝賀聖潔生命會(香港分會) 25 周年會慶，祈求祖師、上師恩典加持，祝願本會繼續發光發亮！祝福大家身體健康！身心愉快！。

素食組組長 陳美蓮

祝賀聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心舉辦 25 周年慶典，祈求祖師施化難陀大師與慈達難陀上師恩典加持，祝福本會班務興盛，會員與日俱增，大家一同實修祖師教導的綜合瑜伽，使身心靈得到和諧，健康愉快。

義工組組長 廖慧卿

謹向尊敬的神明頂禮！

謹向尊敬的施化難陀大師、慈達難陀大師及瑜伽斯樂巴難陀大師頂禮！

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心成立 25 周年，銀禧紀念意義非凡，謹此衷心祝賀。我身為編輯組組長，有幸參與了 20 周年與 25 周年兩次紀念特刊之制作，見證本會之成長。本會 25 年來風雨兼程，同修堅守祖師、上師及大師的教導，在香港傳揚綜合瑜伽，暖人心扉。願本會未來繼續發光發熱，心懷成善之志，篤行為善之道，引領更多人活出聖潔生命。

編輯組組長 鍾詩嫻

委員賀辭

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心 25 周年誌慶

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心，宏揚祖師施化難陀大師綜合瑜伽。一群熱心的瑜伽愛好人士，重新開辦中心。其後得到總會承認為香港分會。

最初來到中心學習式子和呼吸法，目的身體健康，內心平安。進一步修習整套綜合瑜伽，尋找絕對真理。

感謝領導層處理日常會務，推動瑜伽發展。

感謝鄭老師主持每次的靈修聚會。聚會前用心備課，將對經書的理解，冥想的經驗和我們分享。

感恩瑜伽斯樂巴難陀大師每年來港授課，由瑜伽基礎哈達瑜伽到幾年前開始教導瑜伽經典博伽梵歌，無私心的教導。

期望每一位同學多參與聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心舉辦的所有活動。

祝願大家平安 平安 平安

委員 區紹裘

敬賀聖潔生命會(香港分會)成立 25 周年
敬祝 會務蒸蒸日上
年年勝往年

關美蓮
鄭武州 致意

北角本會展新貌

為慶祝本會成立 20 周年，北角本會於 2020 年外牆換上新玻璃貼，新貼的設計圖案以印度總會的建築物作為背景。



2021 年 2 月 23 日
北角本會
舉行裝修動工前
[祝禱動土平安]聚會



2021 年 4 月 3 日
北角本會
重新祝聖典禮



瑜伽斯樂巴難陀大師
越洋與我們一起參與祝聖



會慶聚會



2023 年 5 月 7 日
慶祝本會成立二十三周年會慶暨會員大會



2024 年 5 月 17 日
慶祝本會成立二十四周年會慶暨會員大會



2023-2024 年 11 月
聖潔生命會印度總會會長
瑜伽斯樂巴難陀大師訪港



2023 年 11 月 8 日
大師到港



2023 年 11 月 17 日
歡送大師離港



2023 年 11 月 9 日
公開講座

2023 年 11 月 10-12 日
瑜珈營





2023 年 11 月 15 日
內部講課

2023 年 11 月 16 日
同遊天壇大佛



2024 年 11 月 12 日
歡迎大師到港

2024 年 11 月 13 日
公開講座



2024 年 11 月 15-17 日
瑜伽營



2024 年 11 月 19 日
歡送大師離港



元旦日同心唱誦聚會



新春唱誦及團拜



2023年2月4日

2024年3月2日



2025年2月15日



7 月上師節



2021 年 7 月 24 日



2022 年 7 月 9 日



2023 年 7 月 8 日

2024 年 7 月 20 日



祖師及上師誕辰月



2020 年 9 月上師誕辰聚會

2021 年 9 月 25 日



2022 年 9 月 3 日



2022 年 9 月 24 日



2023 年 9 月



2024 年 9 月 7 日



排燈節



2020 年 11 月
祝福唱誦聚會



2021 年 11 月 6 日

2023 年 11 月 11 日
瑜伽營內慶祝排燈節



教務組及導師聯絡組聚會

2021 年 12 月 4 日
教務組聚會



2024 年 11 月 30 日
聯合聚會



其他活動

2021 年 9 月 5 日
慈達難陀大師
圓寂 13 周年
紀念唱誦取聚會



向尊敬的永遠名譽會長
伍炳垣師傅致敬意
舉行告別唱誦聚會
2022 年 7 月 2 日



2023 年 5 月 20 日-6 月 17 日
施化難陀大師圓寂 60 周年紀念唱誦聚會



2023 年 5 月 20 日



2023 年 5 月 27 日





2023年6月3日



2023年6月10日



2023年6月17日



2024年8月24日
強弱機危分析(SWOT)工作坊

2024 年 6 月 1 日師祖出家 100 周年紀念唱誦

青山道本會



北角本會



2024 年 9 月印度總會之旅

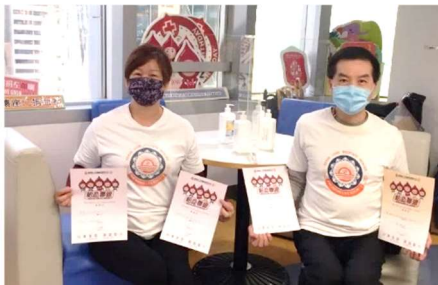


布施活動－捐血

2020 年捐血#27
(9 月上師誕辰月)



2021 捐#血 28
(1 月元旦月)



2021 年捐血 29
(5 月會慶月)



2021 年捐血#30
(9 月上師誕辰月)



2022 年捐血#31
(1 月元旦月)



2022 年捐血#32
(5 月會慶月)



2022 年捐血#33
(9 月上師誕辰月)



2023 年捐血#34
(1 月元旦月)



2023 年捐血#35
(5 月會慶月)



2023 年捐血#36
(9 月上師誕辰月)



2024 年捐血#37
(1 月元旦月)



2024 年布施活動- 捐
血 38



2024 年捐血#39
(9 月上師誕辰月)



2025 年捐血#40
(1 月元旦月)



瑜伽推廣 - 國際瑜伽日

2019 年 6 月印度領事館
頒發參與獎章



2020 年 6 月



2021 年 6 月 21 日



2022 年 6 月 18 日
網上國際瑜伽日





2023 年 6 月 17 日



2024 年 6 月 21 日



靈修聚會 - 講課

2020 年網上講課

- ✚ 十八聖德;
- ✚ 我愛你給孩子的信,
- ✚ 共同禱文; 教言類要,
- ✚ 施化難陀瑜伽師頌,
- ✚ 持咒與唱誦,
- ✚ 上師寶履禮讚,
- ✚ 猴神四十頌

2021 年網上講課

- ✚ 施化神節 2021
- ✚ <師心即我心: 如何領導聖潔生命會分會>
- ✚ 施化難陀大師的 108 個名號

2022 年網上講課

- ✚ 出家
- ✚ 上師: 苦難時的甘露
- ✚ 死亡與渡亡
- ✚ 排燈節的祝福

2023 年網上講課

- ✚ 施化神的形象與聖潔生命
- ✚ (魚眼女神)寶珠五頌
- ✚ 祖師法脈流香江回顧與前瞻
- ✚ 祖師法脈傳天下

2024 年已完成網上講課

- ✚ 土星頌讚
- ✚ 大吉祥女神八頌,
- ✚ 上師的期望 - 弟子的責任
- ✚ 上師的不同讚歌

2025 年網上講課

- ✚ 女龍神的咒語,
- ✚ 九大龍王禮讚

THE UNIVERSAL PRAYER 共同禱文

Swami Sivananda 施化難陀大師

首席會長 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. (Existence-Consciousness-Bliss Absolute.)	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, Equal vision, balanced mind, Faith, devotion and wisdom.	求祢賜給我們諒解的心、 平等觀、平衡的心境、 信心、虔誠和智慧。
Grant us inner spiritual strength, To resist temptations and to control the mind.	求祢賜給我們內在的精神力量， 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、 憎恨、憤怒和妒忌中釋放出來。
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,	願我們在一切名相中見到祢，
Let us serve Thee in all these names and forms,	願我們在一切名相中侍奉祢，
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。



Be Good Do Good
成善 為善



地址： 香港北角明園西街 26 號曉峯地下

九龍青山道 195A 雅怡居 1 字樓

Address: G/F., Mount East,
26 Ming Yuen Western Street,
North Point, Hong Kong

1/F., Art Court,
195A Castle Peak Road,
Kowloon, Hong Kong

Tel/Fax: 2887 8719 / 2887 8791

2725 9628 / 2725 9756

email: dlshk@ymail.com



Facebook:

- Timeless Calendar
- Epistles of Swami Sivananda
- Conquest of Anger



Website: Facebook:
www.hkyoga-dls.org