

如何走過聖潔生命這條路（中）



網上講課 鄭驊峰

25/3/2020（三）

上師是修行的根本

侍奉上師是甚麼？

- ◆ 師徒關係是心靈的連繫，時空並不是最主要條件
- ◆ 弟子了解上師的心願，並按照上師的價值觀把這心願實現，就是侍奉上師最大的心願就是弟子修行有成就，所以最好的上師禮物是真正修行（修正自己）。
- ◆ 服從比尊敬更重要

服從！

上師是修行的根本

不健康的師徒現象：

弟子為了名函跟上師攀緣

當上師的話是閒話，不在意，不服從

只敬拜上師，但不修正自己

到處參學，見一個拜一個，見一個跟一個

把上師與其他老師平排

弟子覺得自己很好，沒問題，只沿用舊

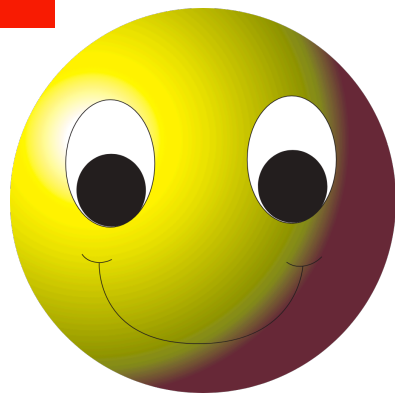
有模式過生活

我自求我道？無需要上師

聖潔生命會的會員入會費：

- ♥ **Ahimsa** 不傷害
- ♥ **Satya** 誠信
- ♥ **Brahmacharya** 梵行（貞潔）

聖潔生命
的元素



Must or Try to
be ?

聖潔生命 的元素

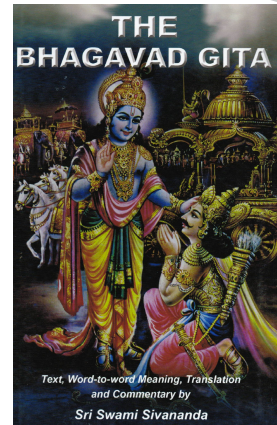
瑜伽是甚麼？

- ♥ 與神合一，即自性開悟
- ♥ 無論任何宗教，實踐信仰的教導，修行正己，與神契合，都是瑜伽

瑜伽不是一種運動嗎？

聖潔生命
的元素

綜合瑜伽 Yoga of Synthesis



Serve
業力瑜伽
Karma Yoga

Love
愛心瑜伽
Bhakti Yoga

Meditate
冥想瑜伽
Raja Yoga

Realize
智慧瑜伽
Jnana Yoga

哈達瑜伽
Hatha Yoga

聖潔生命
的元素

奏出生命的樂章

Be Good
成善

Do Good
行善



聖潔生命
在日常生活

忙？

聖潔生命
在日常生活

First Thing

First

要者居先

取捨有道

聖潔生命
在日常生活

了解自己的目標

- ◆ **Arta** 求脫苦者
- ◆ **Jijnasu** 哲理追尋者
- ◆ **Artharthi** 求富貴者
- ◆ **Jnani** 智慧者

《博伽梵歌》 **Bhagavad Gita 7:16**

聖潔生命
在日常生活

獨修？

同修？

缺一不可！

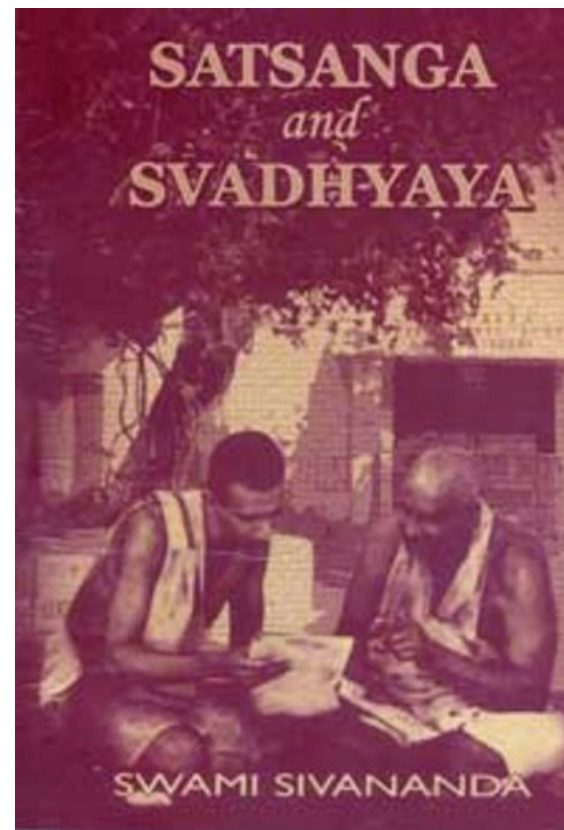


聖潔生命 在日常生活

修行資糧與支持的來源

- ◆ **SATSANGA** 親近善知識
- ◆ **SVADHYAYA** 研讀經書

沒有這兩個要素，修行之路
很易走歪。



聖潔生命
在日常生活

Sat 真實、真理

Sanga 團體、聚會

以真理為核心的靈性聚會

要知團體是否 **Sat**，留意經常參加團體活動、聚會後，自己的改變。(增加了出離心、求道心，還是俗化了？)



SVADHYAYA

研讀經書也是一種心靈的 **Satsang**，
心靈聆聽聖者的教導。

聖潔生命
在日常生活



聖潔生命
在日常生活

英文不好？



聖潔生命
在日常生活

一定要了解自己的上師的願景：

- ◆ **Autobiography of Swami Sivananda**
- ◆ **From Man to Godman**
- ◆ **Sivananda Gita**

<http://dlshq.org/download/download.htm>

聖潔生命 在日常生活

