



瑜伽靈修聚會(Satsanga)

開始禱文

本會永遠名譽顧問鄭驊峰老師(Hari Cheng)義務翻譯

1. **Jaya Ga-ne-sa Jaya Ga-ne-sa Jaya Ga-ne-sa Pa-hi Mam**
Sri Ga-ne-sa Sri Ga-ne-sa Sri Ga-ne-sa Rak-sha Mam

“Ganesa”是破除一切障礙的神明力量。“PahiMam”是保護我的意思，
“RakshaMam”是拯救我的意思。

2. **Sa-ra-va-na-bha-va Sa-ra-va-na-bha-va Sa-ra-va-na-bha-va Pa-hi Mam**
Subra-man-ya Subra-man-ya Subra-man-ya Rak-sha Mam

“Saravanabhava”與“Subramanya”是驅除負面能量的神明力量。

3. **Jaya Sa-ra-sva-ti Jaya Sa-ra-sva-ti Jaya Sa-ra-sva-ti Pa-hi Mam**
Sri Sa-ra-sva-ti Sri Sa-ra-sva-ti Sri Sa-ra-sva-ti Rak-sha Mam

“Sarasvati”是智慧女神的名稱。

4. **Jaya Guru Siva Guru Hari Guru Ram**
Jagat Guru Param Guru Sadguru Shyam
Om Adi-guru Advai-ta Guru A-nan-da Guru Om
Chid-guru Chid-gha-na Guru Chin-ma-ya Guru Om

“Guru”是上師的意思。上師的本性與創造、維持、毀滅宇宙之神無異；
上師的本性是宇宙性的、至高的；上師是元始的、不二的、極樂的、意識的。

5. **Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare**
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare

“Rama”神是正義的化身，“Krishna”神是愛的化身。兩位神明的聖號合成了
這個偉大的聖咒(Mahamantra)

6. **Namah Sivaya Namah Sivaya Namah Sivaya Om**
Namah Sivaya Namah Sivaya Namah Sivaya Om

“Siva”為毀滅世間一切執著，令人得以直見本性之神。

7. **Om Namō Na-ra-ya-na-ya Om Namō Na-ra-ya-na-ya**
Om Namō Na-ra-ya-na-ya Om Namō Na-ra-ya-na-ya

“Narayana”是維持宇宙和諧運作的神明。

8. **Om Namō Bha-ga-va-te Va-su-deva-ya**
Om Namō Bha-ga-va-te Rama-chan-dra-ya

“Vasudeva”是無處不在之神，是 Krishna 神的其中一個名號；
“Ramachandra”是指 Rama 神如月般貌美

服務
Serve

愛心
Love

施予
Give

淨化
Purify

冥想
Meditate

開悟
Realize

聖潔生命會 (香港分會) 瑜伽中心



The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

9. An-ja-ne-ya An-ja-ne-ya An-ja-ne-ya Pa-hi Mam

Ha-nu-man-ta Ha-nu-man-ta Ha-nu-man-ta Rak-sha Mam

“Anjaneya”與“Hanuman”都是指 Rama 神的忠僕猴神，祂是力量與剛強的化身。

10. Om Jesus Om Jesus Om Jesus Om , Om Mary Om Mary Om Mary Om

敬禮耶穌，敬禮聖母瑪利亞

11. Om Mani Padme Hum Om Mani Padme Hum

Om Mani Padme Hum Om Mani Padme Hum

觀音菩薩的心咒，意思是蓮花心中的寶珠

12. Datta-tre-ya Datta-tre-ya Datta-tre-ya Pa-hi Mam

Datta Guru Datta Guru Datta Guru Rak-sha Mam

“Dattatreya”是宇宙創造之神(Brahma)、維持之神(Vishnu)、毀滅之神(Siva) 三位一體的化身。

13. Siva-nanda Siva-nanda Siva-nanda Pa-hi Mam

Siva-nanda Siva-nanda Siva-nanda Ra-ksha Mam

“Sivananda”是我們聖潔生命會的宗師。

14. Chid-ananda Chid-ananda Chid-ananda Pa-hi Mam

Chid-ananda Chid-ananda Chid-ananda Rak-sha Mam

“Chidananda”是我們聖潔生命會的前會長。

15. Ganga Rani Ganga Rani Ganga Rani Pa-hi Mam

Bha-gi-ra-ti Bha-gi-ra-ti Bha-gi-ra-ti Rak-sha Mam

“Ganga”、“Bhagirati”都是恆河的名稱。恆河是女神的化身，

祂流經眾神然後瀉下人間，她既是物質的象徵，也是知識的象徵。

16. Om Sakti Om Sakti Om Sakti Pa-hi Mam

Brahma Sakti Vishnu Sakti Siva Sakti Rak-sha Mam

Om Adi Sakti Maha Sakti Para Sakti Pa-hi Mam

Ichha Sakti Kriya Sakti Jnana Sakti Rak-sha Mam

“Sakti”是能量的意思，能量是女神的顯現。在人身上，她顯現成為意志力量 (Ichha Sakti)、實行力量(kriya)、智慧力量(Jnana Sakti)。

17. Ra-ja-ra-je-swa-ri Ra-ja-ra-je-swa-ri Ra-ja-ra-je-swa-ri Pa-hi Mam

Tri-pu-ra Sun-da-ri Tri-pu-ra Sun-da-ri Tri-pu-ra Sun-da-ri Rak-sha Mam

“Rajarajeswari”與“TripuraSundari”都是女神的其他名稱。

18. Om Tat Sat Om Tat Sat Om Tat Sat Om , Om Shanti Om Shanti Om Shanti Om

“Om”就是真理，“Om”就是平安。

服務
Serve

愛心
Love

施予
Give

淨化
Purify

冥想
Meditate

開悟
Realize