



# Hong Kong New Age Centre

## May 2008 Newsletter

### 哭與笑

一水莊

哭與笑其實是每個人的本能，可惜卻被人遺忘了！再加上奇怪的人為約制，我們從小就學曉了不能哭之餘更不能隨便笑！

倘若你笑嗎，人家就會好奇地問你是什麼？像是笑也得批准！這裡我想起去年還未辭去某高科技公司一職時，一月到美國開來年會議，席上我的上司說未來一年內我們可做到確保所有該公司科技產品在配對時都再沒問題，如有我們可保証賠款！我忍不住笑了起來，上司立即怒望着我問我笑什麼？我回說不可能！他就很不高興！其它國家的開會代表會後都來告訴我不應該笑他，就是回到香港我告訴我其中一位同事，他也認為我不應該笑！或許其實那次事件的發生後，我已決意離開這公司，沒民主沒自由，再加上先前種種顛倒黑白的不是，我已不再留戀什麼，所以二月便呈辭了！現在你再問我，我若回到當時我還是會笑嗎？我相信我仍會笑，只要好笑，想笑便即管笑吧！

在世上太多地方不准笑了，在禮拜堂肅然起敬的地方不准笑，在喪禮不准笑，開會不准笑，有些人甚至在家中也不准笑，到想要笑的時候恐怕已笑不出！難道我們只能去看棟篤笑或詹瑞民時才可笑？人人都說想要一個快樂的人生，但為什麼人不是常歡笑呢？又是誰為我們制訂了這麼多不能笑的程式加諸我們身上？這值得我們去探討箇中原因！

現說哭了！哭又怎樣呢？眾所皆知，哭比笑更多限制！『男兒有淚不輕彈』，『男兒流血不流淚』這些話已極可笑，哭是人的本能，同性別跟本沒有關係，是誰將這些分別加了上去，然後世世代代留傳下來後已深深地潛然默化了不少男仕！他們活像機械人一般！

再說我們哭嗎，其他人的反應多是怎樣？不是問你哭什麼便是叫你不要哭！你告訴他原因，他就跟你分析，若你因失去一條蕉，他可能會給你另一條蕉！目的也只是叫你不要哭！很可笑是嗎？人為什麼這麼怕見到別人哭呢？其實答案是自己也怕忍不住眼淚，一發不可收拾！

總括而言，哭與笑一樣，縱然是人的本能一部份，但我們都是有著很多來自世界、社會、文化、家庭、甚至自己的抑制！非常可悲！也非常可笑！願我們都釋放自己出來，自由地去哭與笑吧！

### 好書推介 - 譚崔經典 (一至九集) 奧修著

Winnie NG吳泯瑩

剛進行的「性治療」課程裡，老師也為我們提到譚崔 (Tantra)。原來，譚崔課程在美國相當流行，而且也為人認識。但在香港，譚崔卻不是太多人認識，而且其接受性也不太高。在課堂裡，同學對譚崔一知半解，而且也有質疑及保留。甚至乎，老師也不是太認同譚崔，縱然他介紹給我們認識。

有部分所謂認識譚崔的人，他們也只是認為譚崔只在說「性」。但是譚崔並不只是我們想像的如此簡單。它既不是教導我們如何做愛？不是如何享受性愛！而是，它為我們天賦的本性作出平反。因為，我們的社會總是描繪「性」為邪惡。不同的社會都會對「性」存在著不開放及壓抑的態度。我們不敢追求「性」的享受，視「性」為一種忌諱，說「性」總是收收埋埋。在這種社會建構主義下而形成的社會論述，性只是污穢不堪。於是，譚崔就給予我們方法來面對天賦的本性，如何面對及接受自己。而性也只是其中一種被應用的方法，透過我們於性愛中的「性能量」而達至靜心的最高境界。

此外，譚崔也確實不只是在談性，它還繼續教導不同的方法讓我們「轉入內在」及如何返回中心 (Centering)。譚崔強調人該活在「此時此刻」(Here and Now)、如何結合脈輪 (Chakras) 或能量流動 (Energy Flow) 以及呼吸工作 (Breathing work) 等概念。

今次介紹的譚崔經典，它是奧修大師對譚崔的眾多演講中，然後收錄成書。在他的講座中，他最主要是讓我們認識譚崔所提及的112種靜心方法，現時已經出版至第九集。在這九集裡，奧修師父將會讓你更認識譚崔的典故、它的真正的意義、與瑜珈學派的分別，還有112種靜心方法等等，透過他的重新演繹或引用相關的有趣故事，細緻地讓我們更加認識譚崔。

譚崔並不容易明白，若想深入地了解譚崔的意念及當中的方法，學習它的112種靜心法來讓自己歸於中心、返回內在等，大家不妨將第一至第九集的譚崔經典慢慢地細閱一番。以個人的經驗來說，內容真的不容易明白，縱然將任何一集看完，但內容還是需要時間來消化。不過，這個細味的過程裡，卻可令自己更加體會及明白，我仍然在享受著這個過程哩！

書本簡介可登入 <http://hknewage.hk/CHI/RefBookDetails.asp?BookID=519>  
英文版可登入 <http://hknewage.hk/CHI/RefBookDetails.asp?BookID=128>

### 歐林光與愛的遊戲 II.1 開啓心輪 (心輪寶鑽與靈魂寶鑽的連結)

文字創作：甄朗瑜

插圖創作：Man哥

我欲打開心輪大門。但它像封塵已久，沉甸甸的，連門匙亦不知道放哪裡去？

靈魂告訴我：門匙就是心輪寶鑽與靈魂寶鑽的融合。

試圖去感受心輪寶鑽的形態與光芒。它呈粉紅色，有很多切切面，細小而精緻的，光芒因長期被忽略而顯得暗淡。至於靈魂寶鑽，它的影像則更為陌生與朦朧。

每當將心輪寶鑽與靈魂寶鑽結合時，感受並不強烈。差不多每次它們一結合，我便進入夢鄉，直至天亮。但原來感受沒有在連結練習中出現，卻選擇以另一種形式為我帶來更強烈的震撼！

在某次跟Karie隊長閒的閒談中，她給我帶出了信任愛這個訊息。原來信任愛就是對我來此生的重要課題！

心輪大門已在不經意間被啟動了，兩顆寶鑽靜悄悄地發揮它們結合後的影響力。是時候要去察覺我的心輪到底有多信任愛？

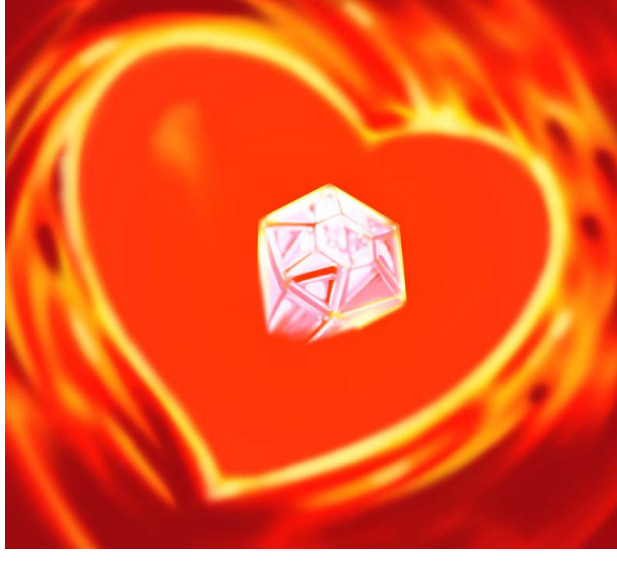
心輪起初未能適應赤裸地袒露於信任愛的課題面前。它顯得無助與渺小，猶如一個被遺棄於十字街頭的小孩，哭得沉重，哭得心碎！四面也有道路，卻不知道該選哪條路走！

無力感經過多次的淚水釋放後，心輪開始建立起信心的地基。心輪說：信任愛源於信任自己；信任自己源於接受自己。認清本質，承認自己的優缺點，是建立信心的不二法門。

心輪之門已被開啓。它將帶著勇氣與寬恕的力量去面对每一道試題，承受成長路上激流帶來的沖刷！

2008年3月

\*註：筆者現正修讀靈性成長系列：與歐林分享靈魂之愛工作坊 (Soul Love Workshop)。此文章為工作坊的體驗分享。



## 最新課程或活動推介

5月2日(五)

生命數字分享晚會  
5號人生命的主題曲「I believe I can fly！」  
主持人：Karie Chan  
內容：夢想太遙不可及或是不設實際？還是我們應該向現實低頭！  
5號能量教導我們如何化阻力為助力，向理想出發！Go！Go！Go！  
費用：會員\$140，非會員\$160  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Numerology\\_Workshop.html](http://www.hknewage.hk/C_Numerology_Workshop.html)

5月6日(二)

生命的遊戲(奧修禪卡)讀書會  
主持人：Aska Wong  
內容：讀書會的目的是協助同學加強對「生命的遊戲」內課題的領悟。如何活現禪的哲學，在當下覺察及回應生命中的挑戰，這正是生命這遊戲有趣的地方。  
費用：會員\$50，非會員\$80  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Osho\\_Zen.html](http://www.hknewage.hk/C_Osho_Zen.html)

5月9日(五)

靈性電影分享會英文原裝版  
身心靈旅程紀錄片--「穿越東方大門」  
(Through the Eastern Gate)  
主持人：Michelle Woo  
內容：在這美麗的紀錄片中，我們將跟隨三位不同的人在印度南部、喜瑪拉雅山及土耳其的山丘進行三個不同的靈性旅程。為什麼西方受過教育的年輕人會選擇離棄物質世界的牽絆？這三位年青人對於他們所選擇的道路堅決地奉獻，亦深感鼓舞，即使他們的道路是非常不同的（蘇菲、瑜珈及藏傳佛教），他們的而且確共同擁有一些於現今世上真正重要的概念。  
費用：會員\$60，非會員\$80  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
<http://forum.hknewage.hk/viewtopic.php?t=874>

5月10日(六)

Voyager 塔羅牌課程 開班  
導師：Michelle Woo  
內容：透過更進深的塔羅牌工具探索自己及協助他人洞悉自己。  
[全期7課，每課3小時]  
費用：會員\$2100，非會員\$2350  
地點：香港新時代中心  
時間：下午3時30分至6時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Voyager.html](http://www.hknewage.hk/C_Voyager.html)

5月13日(二)

塔羅/生命數字聚會  
主持人：BMS Synergy Group  
內容：提供機會讓同學練習解讀，並可聚在一起互相交流、分享及支持。  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時至10時

詳情請按以下網址：  
<http://www.hknewage.hk/CHI/Gathering.asp>

5月16日(五) FULL

靈性電影分享會即場翻譯粵語版  
身心靈旅程紀錄片--「穿越東方大門」  
(Through the Eastern Gate)  
主持人：Michelle Woo  
費用：會員\$60，非會員\$80  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Colour\\_Adv.html](http://www.hknewage.hk/C_Colour_Adv.html)

5月20日(二)

塔羅/生命數字聚會  
主持人：BMS Synergy Group  
內容：提供機會讓同學練習解讀，並可聚在一起互相交流、分享及支持。  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時至10時

詳情請按以下網址：  
<http://www.hknewage.hk/CHI/Gathering.asp>

5月21日(三)

互動夢工場 開班  
導師：Aska Wong  
內容：透過這個課程可讓學員用一個全新的角度來領會夢境，讓你好好運用夢給予的訊息去瞭解今生、自我療康、釋放情緒與及運用創意等等。  
[全期4課，每課2小時]  
費用：\$300  
地點：香港工會聯合會業餘進修中心 KN 中心  
時間：晚上7時至9時

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Dream.html](http://www.hknewage.hk/C_Dream.html)

5月21日(三)

色彩與人生進階 開班  
導師：Karie Chan  
內容：進階課程可協助那些對如何運用顏色去探討自己及希望瞭解顏色如何影響生活環境的學員。  
[全期3課，每課2小時]  
費用：\$280  
地點：香港工會聯合會業餘進修中心 KK中心  
時間：晚上7時至9時

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Colour\\_Adv.html](http://www.hknewage.hk/C_Colour_Adv.html)

5月22日(四)

自在好生活 - 催眠之夜  
"24/7...誰是時間主人翁？"  
主持人：Venus Wong  
內容：當你發現，常常遲到其實是別有意思...當你明白，趕死線是內在的心理關口在作怪...當你了解，2 4小時原來比你所能想像的來得更充裕...這一剎開始，你便成為了真正的時間主人翁，掌握更大自由度來善用每一分鐘，好好去細味生活！  
費用：會員\$200，非會員\$280  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上8時至10時  
請注意：為免影響催眠活動過程，參加者必須準時出席，逾時不候。為免影響其他參加者，遲到者可能被拒絕參加當晚活動

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Hypnosis\\_Workshop.html](http://www.hknewage.hk/C_Hypnosis_Workshop.html)

5月27日(二)

Aura-Soma靈性彩油聚會  
主持人：BMS Synergy Group  
內容：透過Aura-Soma靈性彩油這工具，讓參加者瞭解新時代的概念，掌握自己的生命，發掘自己的潛能。  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時至10時

詳情請按以下網址：  
<http://www.hknewage.hk/CHI/Gathering.asp>

5月29日(四)加開一場

靈性電影分享會即場翻譯粵語版  
身心靈旅程紀錄片--「穿越東方大門」  
(Through the Eastern Gate)  
主持人：Michelle Woo  
費用：會員\$60，非會員\$80  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
<http://forum.hknewage.hk/viewtopic.php?t=874>

6月1日(日)

專業靈性諮詢顧問培訓基本課：  
自信及信任工作坊 開班  
導師：Karie Chan & Venus Wong  
內容：這個個工作坊特別為已修畢Connolly 進階的同學而設計，從小組遊戲當中穩固及強化解讀 (reading) 的信心，使解讀之訊息能越趨深入；而個案練習則讓 Reader 了解及調整心理關口。事實上，Connolly 是一副非常有空間及闊度的塔羅牌，反覆地練習深入的解讀能讓 Reader 建立更強自信、觀察力及人際溝通技巧。  
費用：會員\$360，非會員\$400  
地點：香港新時代中心  
時間：下午2時至6時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Workshop.html](http://www.hknewage.hk/C_Workshop.html)

6月2日(一)

Aura-Soma 聚一聚  
4月主題：Astrology 與 Aura-Soma  
主持人：Phoebe Ng  
開設Aura-Soma 聚一聚的目的是希望有一個空間給同學們聚在一起，互相交流心得及分享經驗，藉此而互相連繫，凝聚一個融洽的學習環境及氣氛。  
對象：修畢Aura-Soma Level 2的同學  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Osho\\_Zen.html](http://www.hknewage.hk/C_Osho_Zen.html)

6月2日(二)

生命的遊戲(奧修禪卡)讀書會  
主持人：Aska Wong  
內容：讀書會的目的是協助同學加強對「生命的遊戲」內課題的領悟。如何活現禪的哲學，在當下覺察及回應生命中的挑戰，這正是生命這遊戲有趣的地方。  
費用：會員\$50，非會員\$80  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Osho\\_Zen.html](http://www.hknewage.hk/C_Osho_Zen.html)

6月10日(二)

塔羅/生命數字聚會  
主持人：BMS Synergy Group  
內容：提供機會讓同學練習解讀，並可聚在一起互相交流、分享及支持。  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
<http://www.hknewage.hk/CHI/Gathering.asp>

6月11日(三)

生命數字分享晚會  
5號人生命的主題曲「愛是最大權利」  
主持人：Karie Chan  
內容：去愛別人是否一定有所犧牲？為何愛的背後總有著痛苦？沒有條件的愛都是人類的課題。6號能量讓我們尋求愛和喜悅的雙贏智慧！  
費用：會員\$140，非會員\$160  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Numerology\\_Workshop.html](http://www.hknewage.hk/C_Numerology_Workshop.html)

6月16日(一)

塔羅/生命數字聚會  
主持人：BMS Synergy Group  
內容：提供機會讓同學練習解讀，並可聚在一起互相交流、分享及支持。  
費用：會員\$50  
地點：香港新時代中心  
時間：晚上7時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
<http://www.hknewage.hk/CHI/Gathering.asp>

6月18日(三) 5天工作坊

脈輪能量蛻變工作坊系列及訓練課程  
第二脈輪的蛻變 超越倚賴的愛  
導師：Saravara (以英語教授，另有粵語翻譯)  
內容：這工作坊是一個深入的探索，透過更清晰地體驗關係中的情緒面，我們更能達致新的見解及洞見。在脈輪蛻變工作坊中，這是一個全然體驗身體層面、情緒層面、思想層面及靈性層面的過程。我們將探索自己關係中的模式，從而學習到「蛻變的輪迴」，然後再帶到我們生命中的關係-婚姻、家庭及朋友。  
[合共70小時課程] (附送課程錄音CD)  
費用：會員\$8,500，非會員\$8,800  
會員可享有提早付款優惠  
(須於2008年5月10日或之前付款) - HK\$8,000  
地點：容後公佈  
時間：早上7時30分至晚上10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_2nd\\_Chakra.html](http://www.hknewage.hk/C_2nd_Chakra.html)

6月24日(二) 2晚+4天工作坊

Aura-Soma (靈性彩油) 課程  
基礎課程 (Level 1) 開班  
導師：Saravara (以英語教授，另有粵語翻譯)  
內容：課程主要目的在於介紹靈性彩油的色彩系統，及其促進意識演進的潛能。學生將學習靈性彩油的哲學、色彩的解析與顏色對個人身心靈健康的影響。此課程兼顧理論與實際面，對於系統的四個部分，提供資訊及運用的方法。經常的實際瓶瓶演練，是為培養直覺力、內在覺知及信心，以便幫家人和朋友作基本的諮詢。彩油是用來幫助個人成長的基本的諮詢。它可以帶來各方面平衡和令你更瞭解自己來到這個世界的意義，並向積極正面的方向成長及修行。[合共45小時課程時間]  
(已包括筆記並附送課程錄音CD)  
費用：會員\$6,800，非會員\$7,000  
會員可享有提早付款優惠  
(須於2008年5月10日或之前付款)-HK\$6,500  
地點：容後公佈

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Aura-Soma\\_L1.html](http://www.hknewage.hk/C_Aura-Soma_L1.html)

6月30日(一)

Aura-Soma (靈性彩油) 課程  
探索矩陣 (Exploring the Matrix)  
導師：Saravara (以英語教授，另有粵語翻譯)  
內容：矩陣 (Matrix) 是指靈性彩油 (Aura-Soma) 平衡瓶的數字與它相應的塔羅牌之間引人入勝的聯繫。  
(附送課程錄音CD)  
費用：會員\$650，非會員\$700  
會員可享有提早付款優惠  
(須於2008年5月10日或之前付款) - HK\$600  
地點：容後公佈  
時間：晚上6時30分至10時30分

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Matrix.html](http://www.hknewage.hk/C_Matrix.html)

6月28日(六)

靜心 (Meditation) 減壓與覺知初班 開班  
導師：Prachi  
內容：由於現代人生活步伐急促，在日常生活中我們的身體與頭腦積存了太多壓力，以致靜坐下來亦變得困難，甚或根本無法靜下來。動態的元素便可幫助我們先把這些狀態釋放，運用適當的技巧而達致靜心的狀態--投入全然放鬆的意識中。學員可透過靜心的練習，回歸自己的心中，是現代人的偷閒加油站。  
本課程將介紹不同的靜心技巧，適合任何人士參加。  
\*\*此課程之導師為奧修能量蛻變學院認可之靜心導師！\*\*  
[全期4課，每課2小時]  
費用：\$450  
地點：香港工會聯合會業餘進修中心 KY 中心  
時間：早上10時至12時

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Med\\_Basic.html](http://www.hknewage.hk/C_Med_Basic.html)

7月1日(二) 2晚+4天工作坊

Aura-Soma (靈性彩油) 課程  
高階課程 (Level 3) 開班  
導師：Saravara (以英語教授，另有粵語翻譯)  
內容：透過導師父般的次序探索靈性色彩的深層面，以完整的了解靈性色彩之微妙體結構的觀點。  
經由實際參與以精湛諮詢技巧。探索平衡油與生命之樹及塔羅之間的關係。生命之樹是意識的古老地圖，藉由平衡油，我們可以了解蘊含在生命之樹與塔羅中的古老智慧。藉由發展色彩與意識間更多的連結，來促成學員以更深層的方式運用他們的直覺與平衡油連繫。  
[合共45小時課程時間]  
(已包括筆記並附送課程錄音CD)  
費用：會員\$1,150，非會員\$7,500  
會員可享有提早付款優惠  
(須於2008年5月10日或之前付款) - HK\$6,800  
地點：容後公佈

詳情請按以下網址：  
[http://www.hknewage.hk/C\\_Aura-Soma\\_L3.html](http://www.hknewage.hk/C_Aura-Soma_L3.html)

\* 如對今期 newsletter 有任何建議，歡迎電郵至 [phoebe@hknewage.hk](mailto:phoebe@hknewage.hk) \*