



## Wat is Zelfrealisatie?



### *Self-Realization Fellowship*

Paramahansa Yogananda, Stichter  
Sri Daya Mata, President

3880 San Rafael Avenue • Los Angeles, CA 90065-3219, U.S.A.  
+1-323-225-2471 • Fax +1-323-225-5088

[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

Copyright © 2010 *Self-Realization Fellowship*  
Alle rechten voorbehouden

*What Is Self-Realization Fellowship? (Dutch)*

11156-J1602

## Doelstellingen en Idealen van Self-Realization Fellowship

Mensen over de hele wereld vertrouwd te maken met duidelijk omschreven wetenschappelijke technieken die leiden tot directe persoonlijke Godservaring.

Mensen te leren wat het doel van het leven is: met eigen inzet het beperkte, sterfelijke bewustzijn te verruimen tot Godsbewustzijn; met dit doel over de hele wereld tempels van Self-Realization Fellowship op te richten, waar mensen zich met God kunnen verbinden; en de mensen aan te sporen om in hun eigen huis en hart een tempel van God te vestigen.

Aan te tonen dat de kern van het oorspronkelijke christendom, zoals door Jezus Christus onderwezen, volledig overeenstemt met de kern van de oorspronkelijke yoga zoals door Bhagavan Krishna onderwezen; en aan te tonen dat de kern van deze waarheden de wetenschappelijke basis vormt van alle ware religies.

Te wijzen op de ene goddelijke hoofdweg waar alle ware religieuze overtuigingen uiteindelijk samenkomen: het pad van dagelijkse, wetenschappelijke meditatie gericht op God.

Mensen te bevrijden uit hun drievoudige lijden: lichamelijke ziekte, mentale onevenwichtigheid en spirituele onwetendheid.

Mensen aan te sporen tot eenvoudig leven en hooggestemde gedachten; de geest van ware broederschap over de hele wereld te verspreiden door de mensen te wijzen op de eeuwige basis van hun eenheid: verbondenheid met God.

Aan te tonen dat de geest sterker is dan het lichaam, en de ziel sterker dan de geest.

Het overwinnen van het kwade door het goede, van verdriet door vreugde, van wreedheid door zachtmoedigheid, van onwetendheid door wijsheid.

Wetenschap en religie te verenigen vanuit het besef dat ze op dezelfde principes berusten.

Het bevorderen van cultureel en spiritueel begrip tussen het oosten en het westen en van de onderlinge uitwisseling van hun mooiste eigenschappen.

Dienstbaar te zijn aan de mensheid als haar Hogere Zelf.



# Wat is Zelfrealisatie?

**“Zelfrealisatie is het weten – in lichaam, geest en ziel – dat we één zijn met de alomtegenwoordigheid van God. We hoeven niet te bidden dat deze ervaring zal komen. We zijn er niet alleen op elk moment dichtbij, maar Gods alomtegenwoordigheid is onze alomtegenwoordigheid. We zijn nu al volledig deel van Hem. Het enige wat ons te doen staat is dit weten te ontwikkelen.”**

**Paramahansa Yogananda**

## De Leer van Self-Realization Fellowship

De naam Self-Realization Fellowship verwijst naar eenwording met God door Zelfrealisatie en vriendschap met alle zielen die op zoek zijn naar waarheid. Het pad van Zelfrealisatie is de rechtstreekse weg die leidt naar het uiteindelijke doel van de mens: God.

De leer van Self-Realization Fellowship verenigt de hoogste morele waarden met eenvoudig leven en hooggestemde gedachten. De leer bevat wetenschappelijke meditatietechnieken die, als ze dagelijks beoefend worden met devotie en het oprechte verlangen om God te leren kennen, leiden tot directe, persoonlijke ervaring van de Vader en Vriend van allen. Self-Realization Fellowship nodigt alle waarheidzoekers uit om haar fundamentele leer en meditatietechnieken te bestuderen. Na afronding van de eerste twee series van de Self-Realization Fellowship lessen in het Engels, Duits of Spaans kunnen leerlingen die aan bepaalde voorwaarden voldoen, een aanvraag indienen om ingewijd te worden in Kriya Yoga. Dit is de oudste en meest hoogstaande universele wetenschap van eenwording met God. Ongeveer 3100 jaar vóór Christus werd Kriya Yoga in India onderwezen door Krishna. De principes van deze eeuwenoude wetenschap worden beschreven in Paramahansa Yogananda's *Autobiografie van een Yogi*.

## Ashrams voor religieuzen

Het spirituele en humanitaire werk dat is begonnen door Paramahansa Yogananda gaat door onder leiding van leden van de religieuze orde van Self-Realization Fellowship. Onder hen bevinden zich discipelen die door hem persoonlijk zijn opgeleid om zijn werk voort te zetten. Bewoners van de ashrams van Self-Realization Fellowship leggen religieuze geloften af en stellen hun leven in dienst van God en de mensheid.

## U kunt de yoga van Self-Realization Fellowship thuis bestuderen

Als u zich aangetrokken voelt tot de doelstellingen en idealen van Self-Realization Fellowship wilt u zich misschien verder verdiepen in de leer van Paramahansa Yogananda. De lessen van Self-Realization

Fellowship zijn beschikbaar in het Engels, Duits en Spaans. Als u geen van deze talen beheerst, kunt u de speciale, beknopte meditatieles in het Nederlands aanvragen. Deze les bevat instructies van Paramahansaji in de grondbeginselen van yogameditatie. In deze les wordt ook een heilige techniek onderwezen. Deze techniek is één van de belangrijkste bijdragen van India's spirituele wetenschap aan de wereld. Zij vormt een wezenlijk onderdeel van het Kriya Yoga pad van Self-Realization Fellowship. De techniek in de beknopte meditatieles is een eenvoudige en praktische methode waarmee de meditatiebeoefenaar kan uitstijgen boven het bewustzijn van de materiële wereld en zichzelf kan verwerklijken als de onsterfelijke Geest. Net als bij de eigenlijke Kriyatechniek is het doel van deze techniek om de extase te ervaren van verbinding met God. Daarom wordt deze techniek in de Self-Realization leer ook wel de “stille Kriya Yoga” genoemd.

## Hoe u leerling kunt worden

Om leerling te worden kunt u het bijgesloten aanvraagformulier invullen en terugsturen naar Self-Realization Fellowship in Los

Angeles. Zodra u de beknopte meditatieles hebt ontvangen bent u leerling van Self-Realization Fellowship. U ontvangt dan tevens een lidmaatschapskaart.

Wanneer alle Self-Realization Fellowship lessen beschikbaar zijn in het Nederlands ontvangt u van ons bericht.

U kunt uw aanvraagformulier en betaling sturen naar:

Self-Realization Fellowship

3880 San Rafael Avenue

Los Angeles, California 90065-3219, U.S.A.

Onze fax is 24 uur per dag bereikbaar en kan gebruikt worden voor betalingen met een creditcard.

Vanuit de V.S. en Canada (gratis): +1-800-801-1952.

Vanuit andere landen: +1-818-549-5100.

Voor vragen zijn wij telefonisch bereikbaar op: +1-323-225-2471.

