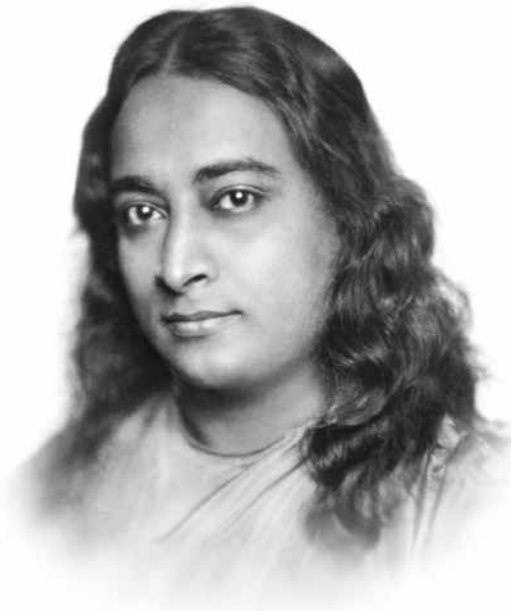


# Self-Realization Fellowship

## 要約レッスン

### 受講申込書



「どんなことでも、後回しにすることはできます。でも、  
あなたの神の探求だけは、後回しにできないのです。」

— パラマハンサ・ヨガナンダ



# レッスンを受講される方への大切なお知らせ

SRF (Self-Realization Fellowship) の目的は、すべての真理探求者が神を個人的に直接体験できるようにするために、科学的な技法を伝えることです。

## — 要約レッスンの受講スケジュール —

要約レッスンは、スリ・ヨガナンダが教えたヨガの技法(集中・活性化・瞑想)に関する3つのレッスンからなります。各レッスンは、2ヶ月に一度郵送されます。

要約レッスン:

- 1) 瞑想法要約レッスン (集中のためのホン・ソー行法)
- 2) 活性化の技法 (第一部と第二部)
- 3) オームとしての神に瞑想する (オーム行法)

SRFのレッスン受講希望者は、12歳以上である必要があります。子供にレッスンを教えるためのガイドラインを、マザー・センターから取り寄せることができます。

## — 英語・スペイン語・ドイツ語のレッスンを希望される方へ —

この受講申込書は、日本語の要約レッスン専用です。SRFの全レッスンを受講したい方は、英語、またはスペイン語、またはドイツ語でのレッスンについての案内をお取り寄せください。

## — クリヤ・ヨガの伝授について —

クリヤ・ヨガの伝授式があなたの国で行われるとき、神聖なクリヤ・ヨガの技法の伝授を申請することができます。要約レッスンの受講者は、基本となる3つの行法に関するレッスンを学び終え、最低6ヶ月間、これらの行法を忠実に実践したあとに、クリヤ・ヨガ伝授の申請をすることができます。

英語・スペイン語・ドイツ語のレッスンの受講者は、レッスンの最初の2つの段階を終了し、最初の年に学ぶ、基本となる技法を誠実に実践したあとに、クリヤ・ヨガの技法の伝授を申請することができます。

## — SRFの要約レッスンの申込方法 —

- 方法1: Webサイトからの申込み: [www.SRFLessons.org](http://www.SRFLessons.org).  
Webサイトから申込むと、申込書がSRFに届いたかどうかの確認ができます。またSRFが、申込み受付をより効率的に進めるのに役立ちます。
- 方法2: 郵送による申込み。申込書を切り離し、最初の1~2ページはご自身の控えとして保管してください。3~4ページの申込用紙に記入して完成させ、支払い方法と一緒に以下まで郵送してください。(郵送に限ります。Faxやスキャンしたイメージは受け付けていません。)

住所

Self-Realization Fellowship  
3880 San Rafael Avenue  
Los Angeles, California 90065-3219  
U.S.A.

電話でクレジットカードによる支払いをする場合

メンバーシップ・サービス部: +1-818-549-5141 (日本語)  
(月-金 9:00-12:30, 13:30-16:00 ロサンゼルス時間)

\* 今日、情報をデジタルで受け渡しすることは普通のこととなりましたが、SRFレッスンの申込みに当たっては、神と同調した魂から聖なる教えと導きを受けるために必要な、個人的な要素があります。「レッスンに関する誓約」に署名することで、あなたは深い霊的な絆を承認することになります。

ご注意ください: 「レッスンに関する誓約」に手書きでご署名の上、受講申込書の原本を郵送してください。署名済みの申込書原本をSRFが受け取らないと、レッスンの申込みが完了したことになりません。

# 「要約レッスン」受講申込書

以下の質問に簡潔に回答いただくことで、SRFの教えの実践に当たって、より適切に指導することが可能になります。(注:すべての個人情報情報は極秘に扱われ、ご要望に応じて質問に回答するときや、あなたの霊的な修行に役立つ以外の目的で使用されることはありません。)

日本語でご記入ください。(ふりがなをふってください) - Japanese

楷書体ではっきりとご記入ください。

氏名 \_\_\_\_\_ Eメールアドレス (E-mail) \_\_\_\_\_  
 (Name): 姓(Family Name) (Middle Initial) 名(First Name)  
 電話番号(携帯) (Mobile) \_\_\_\_\_  
 国名 \_\_\_\_\_ 郵便番号 \_\_\_\_\_  
 (Country) (Postal Code)  
 電話番号(自宅) (Home) \_\_\_\_\_  
 都道府県 \_\_\_\_\_ 市/郡 \_\_\_\_\_  
 (Prefecture/State) (City)  
 電話番号(職場) (Business) \_\_\_\_\_  
 町名、番地 \_\_\_\_\_  
 (Street address) \_\_\_\_\_  
 ファックス番号 (Fax) \_\_\_\_\_  
 電話の都合の良い時間帯 \_\_\_\_\_  
 (Best time to call)

ローマ字(活字体)でご記入ください。 - Romanized

氏名 \_\_\_\_\_ 結婚歴 \_\_\_\_\_ 子供の数 \_\_\_\_\_ 職業(職種) \_\_\_\_\_  
 (Name) Mr. Mrs. Miss. Ms. 名(First Name) (Middle Initial) 姓(Family Name) (Marital Status) (Number of Children) (Occupation)  
 学校教育を受けた年数 (Years of Education) \_\_\_\_\_  
 番地、町名 \_\_\_\_\_ 学位等(もしあれば) \_\_\_\_\_  
 (Street address) (List degrees, if any)  
 英会話の能力を教えてください [ ] 優良 [ ] 普通 [ ] 不可  
 (Please rate your fluency in speaking English) (Good) (Fair) (Poor)  
 郡/市 \_\_\_\_\_ 都道府県 \_\_\_\_\_ 英文読解の能力を教えてください [ ] 優良 [ ] 普通 [ ] 不可  
 (City) (Prefecture/State) (Please rate your fluency in reading English) (Good) (Fair) (Poor)  
 郵便番号 \_\_\_\_\_ 国名 \_\_\_\_\_ 読解または会話のできる言語を3つまで挙げてください (Languages you read and/or speak)  
 (Postal Code) (Country)  
 性別 男 女 生年月日 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 現在の年齢 \_\_\_\_\_ あなたのために手紙を訳してくれる人はいますか \_\_\_\_\_  
 (Gen) (M) (F) (DOB) 月(Month) 日(Day) 年(Year) (Present Age) (Do you have someone who could translate our correspondence for you?)  
 出生地 \_\_\_\_\_ 国籍 \_\_\_\_\_ その人はSRF会員ですか \_\_\_\_\_  
 (Place of Birth) (Nationality) (Is he or she an SRF student?)

あなたの育った宗教的環境 \_\_\_\_\_ 現在加入している宗教(もしあれば) \_\_\_\_\_  
 (In what religion were you reared?) (Present religious affiliation (if any))  
 神または神聖な(知的)存在を信じますか \_\_\_\_\_ SRF (Self-Realization Fellowship) を何で知りましたか \_\_\_\_\_  
 (Do you believe in God or a Divine Intelligence?) (How did you learn about Self-Realization Fellowship?)  
 『あるヨギの自叙伝』を読みましたか \_\_\_\_\_ 他にパラマハンサ・ヨガナンダの著書で読んだもの \_\_\_\_\_  
 (Have you read Autobiography of a Yogi?) (Other books by Paramahansa Yogananda?)  
 人生の主な抱負 \_\_\_\_\_  
 (What is your main ambition in life?)  
 最も関心のある事または活動 \_\_\_\_\_  
 (Chief interests and activities)  
 現在心がけている自己改善のための努力 \_\_\_\_\_  
 (What effort are you making at self-improvement?)  
 現在何か霊的修行をしていますか(もしあれば) \_\_\_\_\_  
 (Present spiritual practices (if any))  
 瞑想するのに妨げとなるような肉体的・精神的な問題が何かありますか \_\_\_\_\_  
 (Do you have any physical or mental health issues that might make meditation challenging?)  
 どんな宗教、哲学を学びましたか(最も有益だった本は?) \_\_\_\_\_  
 (What religious or metaphysical philosophies have you studied? (Please include books found most helpful.))

セルフ・リアリゼーションの教えを学びたい理由: \_\_\_\_\_  
 (My reason for wishing to study the Self-Realization teachings)

差し支えなければ、あなたの小さな写真を同封してください。写真の裏面にはお名前をお書きください。写真はあとで送っていただいても結構です。  
 We would appreciate having a small photo of you, if you would like to send one. Please print your name on the back of the photo. Or you may send your photo at a later date if you prefer.

SRF記入欄(ここには記入しないでください)

AP \_\_\_\_\_ WL \_\_\_\_\_

L \_\_\_\_\_ PEND \_\_\_\_\_ FILE \_\_\_\_\_ L.C. \_\_\_\_\_ ENCL. \_\_\_\_\_

## — 「レッスンに関する誓約」を署名するにあたって —

今日、情報をデジタルで受け渡すことは普通のこととなりましたが、SRFレッスンの申込みにあたっては、神と同調した魂から聖なる教えと導きを受けるために必要な、個人的な要素があります。「レッスンに関する誓約」に署名することで、あなたはこの深い霊的な絆を承認することになります。

## レッスンに関する誓約

「私は、SRF (Self-Realization Fellowship) が教える、どの宗派にも属さない、神との霊交のための瞑想の原理と技法を習得し、またその教えを学ぶことを希望します。

私は、最深の誠実さをもってこの教えに取り組みます。SRFの道を霊的に歩むためには、レッスンを忠実に学び、規則的に、よく注意を払って技法を実践しなければならないことを私は理解しています。

私は、この聖なる教えを純粋な形で維持するために、また教えを適切に学んでいない者による、誤った解釈や行法の練習法を防ぐために、このレッスンと今後受ける全てのレッスンを、私自身の個人的用途以外には決して用いないことを誓います。この教えに関心を持つ人がいれば、パラマハンサ・ヨガナンダが創立した団体と直接霊的につながることのできるその教えと恩恵を完全に受けられるよう、SRFの国際本部を紹介します。」

(SRFの教えの一般的な概念に関して、他人と話し合うことは差し支えありませんが、レッスンの内容、および行法については、他人に話さず個人的使用のみに留めてください。)

ご署名 (Signature)

日付 (Date)

保護者の方のご署名

本人との続柄

注) 18才未満の方は、SRFに入会することについて、保護者の方の同意の署名をもらってください。

ご注意ください: 「レッスンに関する誓約」に手書きでご署名の上、この受講申込書の原本を郵送してください。署名済みの申込書原本をSRFが受け取らないと、レッスンの申込みが完了したことになります。

## お申込み

要約レッスンは6ヶ月にわたり、郵便にて送付されます。要約レッスンの申込みは前半部と後半部に分かれており、今回前半部のみを申込み(後半部は後で申込む)か、または全部をまとめて申込むことができます。一つのレッスンが\$5.00となっています。

次のいずれかをお選びください。

- 前半部 要約レッスン(ホン・ソー行法) \$ 5.00  
 後半部 活性化の技法 および オーム行法 \$ 10.00  
 全部 (前半と後半) \$ 15.00

レッスン受講料(上記) (Lessons Amount) U.S. \$ \_\_\_\_\_

寄付 (Donation) U.S. \$ \_\_\_\_\_

多めに払いおつりを寄付 (Apply balance to donation)

合計 (Total Amount) U.S. \$ \_\_\_\_\_

## お支払い方法

クレジットカード  Visa  MasterCard  American Express

カード番号 \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ 有効期限 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(Card No.) (Exp Date) 月 (Mon) / 年 (Yr)

ご署名 (Signature) \_\_\_\_\_ カードに記載されている氏名 (Print name on card) \_\_\_\_\_

クレジットカードをご利用にならない場合は、以下のいずれかの方法でご送金いただけます。

- SRFクレジット・クーポン** (SRF Credit Coupon)  
 **個人小切手または為替\*** (Personal Check or Money Order): 米国、カナダのみ。ユーロ小切手不可。カナダの場合 **"U.S. Funds"** と明記してください。  
 **国際郵便為替\*** (International Postal Money Order):  
 可能な場合は、米ドル立ての為替でご送金ください。氏名・住所・会員番号を為替に明記し、本用紙とともに郵送してください。  
 **送金小切手\*** (International Bank Draft):  
 米ドル立てとし、米国国内の銀行で引き落としできるようにしてご送金ください。(米国以外の銀行あてに振り出された小切手は、米国国内で換金する際に \$25 ~ \$40 の手数料が額面から差し引かれます。) 本用紙とともに小切手を同封して郵送してください。

申し訳ありませんが、現金、ユーロ立ての小切手、米国・カナダ以外の銀行あてに振り出された小切手、MoneyGramを受取することはできません。

\* 受取人を Self-Realization Fellowship としてください。