

LÖSUNG FÜR BILDUNGSPROBLEME

durch die

BEWUSSTSEINS - BASIERTE BILDUNG

wie von Maharishi Mahesh Yogi begründet

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
LERNSCHWIERIGKEITEN			
Schwierigkeiten, das zu behalten, was man gelernt hat	Es ist heute allgemein bekannt, dass das Behalten und Abrufen von Lernstoff schwerer fällt, wenn der Schüler müde ist und nicht genug geruht oder geschlafen hat. Mängel des Kurz- und Langzeitgedächtnisses sind daher hauptsächlich auf die Schwäche eines müden oder überlasteten Geistes zurückzuführen. Somit hängt der Lebensstil des Schülers eng mit dem Grad an Wachheit oder Dumpfheit seines Geistes zusammen. Der Grad an Wachheit	Die Bewusstseins-basierte Bildung bietet Allumfassendes Wissen , einschliesslich der täglichen Ausübung der Transzendentalen Meditation und des TM-Sidhi-Programms. Durch wiederholte Erfahrung des Transzendentalen Bewusstseins verfeinert sich die Wahrnehmungsfähigkeit und der Schüler / die Schülerin erfährt tiefe Ruhe in Geist und Körper. Es ist ein Zustand von ruhevoller Wachheit. Der Geist wird sehr wachsam, scharf, integriert und ist zugleich tief gegründet in der Stille	Verfeinerte Wahrnehmung und besseres Gedächtnis <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> 57: 950–964, 1989. <i>Memory & Cognition</i> 10: 207–215, 1982. Verbesserte Lernfähigkeit <i>International Journal of Neuroscience</i> 15: 151–157, 1981. <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> 57: 950–964, 1989 Bessere Leistungen in Intelligenz-Tests (IQ) – Eine Langzeitstudie. <i>Personality and Individual Differences</i> , 12, 1105–1116. (1991).

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	wiederum bestimmt aber die Organisationsfähigkeit des Geistes. Zudem macht jede Anstrengung beim Auswendiglernen oder beim Aufnehmen von Lerninhalten das Lernen unnatürlich und daher erfolglos.	reiner Wachheit. Die Aufnahme von Wissen wird dadurch sehr einfach, natürlich und anstrengungslos. Erfahrene Meditierende zeigen ein signifikant besseres Kurz- und Langzeit-Gedächtnis und ein leichteres Abrufen des gelernten Stoffes.	
Verkürzte Aufmerksamkeitsspanne (Aufmerksamkeits-Defizit/Hyperaktivitäts-Syndrom, ADHS)	Wenn Lernende mit einem dumpfen, müden oder angespannten Geist eine wachsende Anzahl neu hereinkommender Informationen aufnehmen müssen, können sie das Wissen nicht in seinen feinen Einzelheiten absorbieren. Dadurch fehlen ihnen die Feinheiten für das Verständnis der Zusammenhänge, welche im Lernprozess normalerweise ein Gefühl der Erfüllung und den Wunsch nach mehr vertieftem Wissen erzeugen. Deshalb wandert ihr Geist bald ab zu anderen Dingen, die ihm mehr Befriedigung versprechen.	Mühelosigkeit beim Transzendieren ist der Schlüssel zur Gewinnung tiefer Ruhe worin sich tief verwurzelter Stress und Anspannung aufzulösen, sodass der Geist auch während der Aktivität zunehmend in einem Zustand ruhevoller Wachheit verankert bleibt. Durch das Transzendieren werden tiefer liegende Verbindungen im Gehirn belebt, die dem Denkprozess mehr Klarheit verleihen. Die Informationsverarbeitung wird natürlich, mühelos und reibungslos, bringt die tiefe Befriedigung von Aha-Erlebnissen und erhöht damit den Wissensdurst.	Physiologische Ruhe: <i>American Physiologist</i> 42 (1987) 879-881. <i>Science</i> 167 (1970) 1751-1754. <i>American Journal of Physiology</i> 221 (1971) 795-799. Grössere physiologische Ruhe während der Erledigung von Aufgaben: <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245-262, 1993 Schnellere Verarbeitung kognitiv komplexer Informationen: <i>Psychophysiology</i> 26: 529 (Abstract), 1989

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
<p>Mangel an Konzentrationsfähigkeit (ADHS)</p>	<p>Verminderte Gehirnintegration ist das Resultat von Stress, Ermüdung, Erschöpfung und ungesundem Essen - alles angesammelter Stress vom unnatürlichen Lebensstil der Studenten / Studentinnen. Ihr Denken wird deshalb oberflächlich und unkohärent. In der Folge ereifern sie sich mehr in den groben Aspekten des Lebens, und wenn die Ebenen des Geistes nicht miteinander auf kohärente Weise verbunden sind - z.B. die Sinne dominieren die Wahrnehmung - dann sind die Lernenden unfähig, sich in komplexere Aufgaben zu vertiefen und intellektuell zu differenzieren. Zudem, verminderte Aufmerksamkeit auf Grund unnatürlich hyperaktiver Zustände im Nervensystem lässt es nicht zu, dass sich die Person in Ruhe auf eine Aufgabe konzentrieren kann.</p>	<p>Die Transzendente Meditation benötigt keine Konzentration. In der tiefen Ruhe, die sie vermittelt, lösen sich Stresse, welche die optimale Funktionsweise von Geist und Körper blockieren und das führt zu besseren geistigen Fähigkeiten und mehr Erfüllung im Lernvorgang. Auf ganz natürliche Weise wird der Geist kultiviert, die stillen Ebenen des Bewusstseins, die ruhevoll Wachheit, auszuloten. Das schärft den Geist und entwickelt die Fähigkeit, gleichzeitig umfassendes Verständnis aufrechtzuerhalten während man sich auf eine Aufgabe stark konzentriert.</p> <p>Zudem, beim Unterricht in All-umfassendem Wissen wird das Kollektivbewusstsein im Klassenzimmer mit einem solch hohen Grad von Kohärenz gesättigt, dass individuell für jeden Schüler / jede Schülerin eine höchst ideale Atmosphäre für ein integriertes und wirksames Lernen geschaffen wird.</p>	<p>Bessere Aufmerksamkeit, verminderte Ablenkung – die physiologische Grundlage für die Linderung von mangelnder Aufmerksamkeit in Kindern: <i>Psychophysiology</i> 34: S89 (Abstract), 1998; <i>Biological Psychology</i> 55: 41-55, 2000; <i>Biological Psychology</i> 61: 293-319, 2002; Umfassenderes Verständnis und besseres Fokussieren der Aufmerksamkeit—mehr Feldunabhängigkeit: <i>Perceptual and Motor Skills</i> 62: 731-738, 1986; <i>Perceptual and Motor Skills</i> 65: 613-614, 1987; <i>Perceptual and Motor Skills</i> 39: 1031-1034, 1974.</p> <p>Weniger Ablenkungseffekte im EEG: <i>Psychophysiology</i> 34: S89 (Abstract), 1998. Wirksames Funktionieren der Ausführungsbefehle im Gehirn: <i>Biological Psychology</i> 55: 41-55, 2000. Effizienteres Vigilanzverhalten: <i>Biological Psychology</i> 61: 293-319, 2002. Grössere physiologische Ruhe während der Ausführung einer Aufgabe: <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245-262, 1993.</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
<p>Mangel an Kreativität und unzureichende Entwicklung des abstrakten Denkens</p>	<p>Intuition und feinste Unterscheidungsfähigkeit sind Erkenntnisprozesse, die den spontanen Zugang zu den allerfeinsten Denkebenen voraussetzen. Deshalb sind selbst die fortschrittlichsten Lehrmethoden nicht erfolgreich, wenn es um die Förderung der feinsten Vorgänge in Intellekt und Intuition in Durchschnitts-Schülern und Schülerinnen geht.</p>	<p>Wenn das Bewusstsein erst einmal mit dem Einheitlichen Feld aller Naturgesetze, dem reinen Bewusstsein, dauerhaft identifiziert ist, belebt jeder Vorgang der Wissensgewinnung durch die Sinne, den Geist, den Intellekt und die Intuition das Einheitliche Feld und erzeugt Glücksgefühle im Lernenden, begleitet von tiefer Befriedigung beim Lernvorgang. Das abstrakte Feld der reinen kreativen Intelligenz wird somit eine konkrete lebendige Wirklichkeit im täglichen Leben der Schüler und Schülerinnen – ein direktes Resultat des Allumfassenden Wissens, das gewonnen wurde.</p>	<p>Zunahme an neuem Gedankengut (Innovation): <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978.) Verbesserte Gehirnfunktion <i>Human Physiology</i> 25 (1999) 171-180. <i>Psychophysiology</i> 31 Abstract (1994) S67. <i>Psychophysiology</i> 27 Supplement (1990) 4A. <i>Psychophysiology</i> 26 (1989) 529. <i>International Journal of Neuroscience</i> 15 (1981) 151-157. <i>International Journal of Neuroscience</i> 13 (1981) 211-217.</p>
<p>Geringe Intelligenz – Unfähigkeit, mit dem vorgegebenen Lernpensum Schritt zu halten</p>	<p>Die Forschung hat aufgezeigt, dass den heutigen Programmen der konventionellen Erziehung und Bildung immer noch jene Methoden fehlen, die den Schülern helfen, den eigentlichen “Behälter des Wissens“, d.h. ihren Grad an kognitiver und emotionaler Entwicklung, zu erweitern, wobei eben dies weitgehend für ihren Schulerfolg ausschlaggebend ist.</p>	<p>Das Prinzip “Wissen ist im Bewusstsein strukturiert” aus Maharishi’s Wissenschaft der Kreativen Intelligenz besagt, dass der Grad an Wachheit in den Schülern und Schülerinnen bestimmt, wie differenziert das Wissen aufgenommen wird und welchen Grad von Bedeutung das aufgenommene Wissen für sie hat.</p>	<p>Entwicklung der Intelligenz—höherer IQ (Intelligenzquotient) unter Universitätsstudenten): <i>Personality and Individual Differences</i> 12: 1105–1116, 1991 Zunahme der Intelligenz: <i>Gedrag: Tijdschrift voor Psychologie</i> 3: 167–182, 1975. <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978 ; <i>College Student Journal</i> 15: 140–146, 1981;</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>In der Regel sind die sogenannten intelligenten Schüler/Schülerinnen, die ihre Schule mit Auszeichnung abschliessen, genau jene, die schon bei Eintritt diese Intelligenz-Qualitäten zeigten. Andererseits verlassen jene, die sich bei ihrem Schuleintritt nicht als sonderlich intelligent erwiesen hatten, am Ende der Schulzeit ihre Schule meist auch ohne gross nennenswerte Veränderungen hinsichtlich ihres Intelligenzniveaus.</p> <p>Fazit: Solange die Schüler nicht das in ihnen innewohnende enorme, unangezapfte Potential selbst entwickeln, werden sie kaum in ihrer Lernfähigkeit, Sensibilität, Aufnahmefähigkeit, Tiefe und Intelligenz wachsen.</p>	<p>Mit dem Allumfassenden Wissen, das in der Bewusstseins-basierten Bildung gelehrt wird, identifiziert sich der bewusste Geist des Schülers/ der Schülerin zweimal täglich mit der Quelle allen Wissens, dem Einheitlichen Feld aller Naturgesetze im transzendentalen Bewusstsein. So erlangt der Schüler/ die Schülerin systematisch höhere Bewusstseins-zustände mit dem nötigen Wissen, der geistigen Klarheit und der Organisationsfähigkeit zum schnellen Erreichen grosser Ziele.</p>	<p><i>Perceptual and Motor Skills</i> 62: 731–738, 1986; <i>The Journal of Creative Behavior</i> 19: 270–275, 1985; <i>Journal of Clinical Psychology</i> 42: 161–164, 1986; <i>Personality and Individual Differences</i> 12: 1105–1116, 1991; <i>Intelligence</i> 29: 419–440, 2001; <i>Higher Education Research and Development</i> 15: 73–82, 1995</p>
<p>Angst</p>	<p>Fortwährender Druck durch Erwartungen seitens des Lehrers / der Lehrerin und/oder der Eltern führt zu einem Gefühl der Unfähigkeit, den Erwartungen auch gerecht werden zu können. Das Ergebnis ist Angst und Depression, was wiederum die</p>	<p>Allumfassendes Wissen schliesst die Erfahrung Transzendentalen Bewusstseins ein, die ganz unmittelbar Erleichterung von Angst und Furcht bewirkt und einen Zustand entspannter Wachheit schafft. Dies ermöglicht dem Schüler/ der Schülerin, besser zu fokussieren und</p>	<p>Abnahme von Angst: <i>Journal of Counseling and Development</i> 64: 212–215, 1985; <i>International Journal of Neuroscience</i> 46: 77–86, 1989; <i>Journal of Clinical Psychology</i> 45: 957–974, 1989</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	natürlichen, spontanen Mechanismen der Wissensaufnahme blockiert.	auf tieferen, umfassenderen Ebenen des Geistes zu denken, den Ebenen reiner Kreativität, und so mit einem klar funktionierenden Gedächtnis und verfeinerter Intuition ruhig und gesammelt tätig zu sein.	Grössere physiologische Ruhe bei der Erledigung von Aufgaben: <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245–262, 1993.
MANGEL AN MOTIVATION			
Frustration beim Lernen	Die heutige Bildung lehrt nur fragmentiertes Wissen über das Naturgesetz und konzentriert sich dabei allein auf das objektive Wissen, den Lerninhalt. Mit jedem neu hinzukommenden Lernbereich entdecken die Schüler und Schülerinnen, wie wenig sie wissen, wie viel noch zu lernen ist, und dass der Bereich des Unwissens schneller wächst als der Bereich des Wissens. Ohne die Entwicklung des Wissenden selbst, des unbegrenzten Potenzials im Inneren, im eigenen Selbst, kann das aufgenommene Wissen niemals vollständig und verlässlich sein. Wenn der Zugang zur tiefsten, unveränderlichen Ebene	Maharishis Bewusstseinstecheniken vermitteln die direkte, subjektive Erfahrung der vollen Reichweite des eigenen Bewusstseins, von der aktiven Oberflächenebene des Denkens bis hin zur tiefsten inneren Stille im Transzendentalen Bewusstsein, dem Feld des Allumfassenden Wissens , dem totalen Potenzial des Geistes an der Quelle der Gedanken, dem Feld reiner kreativer Intelligenz. Diese Erfahrung gibt Schülern und Schülerinnen jeden Alters nicht nur ein tiefes Gefühl innerer Befriedigung, sondern weckt darüber hinaus auch den inneren Genius in jedem Einzelnen. Es wachsen die emotionale Reife und die Expertise im Handlungsbereich was	Zunehmende Energie und Enthusiasmus: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(8): 3895B, 1978. Bessere Aktivierung des gesamten Gehirnpotentials – Mobilisierung latenter Gehirnreserven: <i>Human Physiology</i> 25: 171–180, 1999. Grössere Fähigkeiten bei Problemlösungen: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978 Bessere akademische Leistungen auf Elementar- und Sekundarstufe, auf Universitätsebene und im Doktoranden-Studium: <i>Education</i> 107: 49–54, 1986; <i>Education</i> 109: 302–304, 1989; <i>British Journal of Educational Psychology</i> 55:164–166, 1985. Zunahme von Wohlbefinden in Körper und Geist: <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> 57: 950–964; <i>Japanese</i>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>des Geistes fehlt, dann entstehen unter den Schülern/ Schülerinnen die weit verbreitete persönliche Unzufriedenheit und der Pessimismus.</p>	<p>den Schüler/ die Schülerin motiviert, mit mehr und mehr Freude in die Fülle der Wissensangebote einzutauchen.</p>	<p><i>Journal of Industrial Health</i> 32: 656, 1990; <i>Japanese Journal of Public Health</i> 37(10 Suppl.): 729, 1990; <i>Psychosomatic Medicine</i> 49: 493–507, 1987. Kognitive Ausrichtung auf positive Werte: <i>Perceptual and Motor Skills</i> 64: 1003–1012, 1987 Zunahme der emotionalen Reife: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(8): 3895B, 1978.</p>
<p>Mangel an aktiver Beteiligung im Unterricht</p>	<p>Viele Schüler und Schülerinnen verstecken sich hinter einer passiven Fassade, auch weil es ihnen an Fantasie, Kreativität und Innovation fehlt. Wenn man nur einen kleinen Teil seines geistigen Potenzials nutzt, dann fehlt unausweichlich die Freude am Lernprozess, denn Dumpfheit und Trägheit im Geist führen zu Langeweile. Dieser Mangel an Wachheit, Aufgeschlossenheit und Lebendigkeit hat einerseits seine Wurzeln in der Ansammlung von Stress aus der frühen Kindheit, und /oder andererseits im konventionellen Schulsystem, das mit der bruchstückhaften Wissensvermittlung nur auf</p>	<p>Mit der Bewusstseins-basierten Erziehung und Bildung nimmt das geistige Potenzial der Schüler und Schülerinnen systematisch zu und gibt ihnen Zugang zur vollen Reichweite ihres Geistes. Mit wiederholter Belebung aller Gehirnteile werden nach und nach die funktionellen Löcher aufgelöst zugunsten einer reibungslosen Kommunikation zwischen allen Ebenen des Geistes: den Sinnen, dem Assoziationsbereich des Geistes, dem Intellekt und dem Ego.</p> <p>Durch die innere Erfahrung des Bereiches Allumfassenden Wissens macht der Lernprozess mehr Freude, und mit der Zunahme an persönlicher Erfüllung und Selbstwissen wird der</p>	<p>Zunehmende Selbstverwirklichung <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 6: 189–247, 1991. Bessere Blutzirkulation im Gehirn <i>Physiology & Behavior</i> 59: 399–402, 1996 Vermehrte Kreativität <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978; <i>The Journal of Creative Behavior</i> 19: 270–275, 1985; <i>Journal of Creative Behavior</i> 13: 169–180, 1979 Verbesserte Gehirnfunktion <i>Human Physiology</i> 25 (1999) 171-180; <i>Psychophysiology</i> 31 Abstract (1994) S67; <i>Psychophysiology</i> 27 Supplement (1990) 4A ; <i>Psychophysiology</i> 26 (1989) 529 ; <i>International Journal of Neuroscience</i> 15 (1981) 151-157 ;</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>Teilwissen ausgerichtet ist. Durch die Anhäufung von Stress können so genannte „funktionelle Löcher“ im Gehirn entstehen, welche die eigentlichen inneren Begabungen des Schülers / der Schülerin überschatten und zu einem Mangel an kognitiven Anlagen und der Aufnahmefähigkeit führen.</p>	<p>Wissensdurst mit jedem weiteren Lernschritt mehr und mehr befriedigt und ganz natürlich erwachen Begeisterung und aktive Teilnahme am Unterrichtsgeschehen.</p>	<p><i>International Journal of Neuroscience</i> 13 (1981) 211-217.</p>
<p>Den Schülern fehlt der Anreiz zu lernen</p>	<p>Wenn Schüler / Schülerinnen immer mehr realisieren, dass der Bereich des Unbekannten mit zunehmendem Lernen schneller wächst als der Bereich des Wissens, dann können die Unterrichtenden, trotz all ihrer Bemühungen, des Schülers Bedürfnis nach Erfüllung und Bewältigung nicht mehr befriedigen. Es entsteht ein Motivationsproblem. Tritt die Erfüllung nicht ein, dann fehlt jede Motivation noch mehr wissen zu wollen.</p>	<p>Während ihrer täglichen Erfahrung von Transzendentalen Bewusstsein kontaktieren die Schüler / Schülerinnen das Feld reiner kreativer Intelligenz in ihrem eigenen Selbst und erfahren dabei die Empfindung tiefen Glücks und innerer Erfüllung. Es gibt ihnen das Gefühl, mit jedem Studienfach schon gleich von Beginn an vertraut zu sein. Deshalb wird der Lernvorgang sehr erfüllend und lohnenswert.</p>	<p>Zunehmende Selbst-Verwirklichung - die Ergebnisse einer statistischen Meta-Analyse von 42 Studien offenbarte, dass durch TM die Selbstverwirklichung um das Dreifache wächst im Vergleich zu Kontemplations-, Konzentrations- und anderen Methoden. <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 6: 189-247, 1991</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
Hohe Abbrecherquote in Schulen	Wenn die Schulen nicht fähig sind, die Talente, Begabungen und Fähigkeiten der Schüler und Schülerinnen zu entfalten und ihnen nicht einmal Einsicht geben in ihre immensen inneren Fähigkeiten und Möglichkeiten, dann führt der eigene Mangel am Gefühl des Fortschritts und der Erfüllung zu Frustration und Desinteresse und sie geben auf.	Maharishi's Bewusstseins-Technologien und das entsprechende Wissen darüber - in der Schule angeboten - bringt den Schülern und Schülerinnen immer mehr Erleuchtung, lässt sie umfassender werden in ihrem Denken und engagierter beim Lernen. Sie sind erfüllt und stolz auf ihre Leistungen. Die Sorgen der Schüler / Schülerinnen und die Unzufriedenheit der Lehrkräfte lösen sich auf.	Besseres Verhalten in der Schule – Abnahme von unerlaubtem Fernbleiben und Verstoss gegen die Schulregeln, weniger Tage der Suspendierung <i>Health and Quality of Life Outcomes</i> 1: 10, 2003 Mobilisierung latenter Gehirnreserven: <i>Human Physiology</i> 25: 171–180, 1999
GESUNDHEITSPROBLEME			
Schlafprobleme	Ansammlungen von Stress und Verspannungen stören die natürlichen Schlafmuster, was zu einem Mangel an regenerierender Ruhe führt, was dann wiederum erhöhten Stress bewirkt – ein Teufelskreis, der zu einer Beeinträchtigung des geistigen Potenzials führt.	Tiefe Ruhe während Transzendentaler Meditation führt zu solch tiefer Entspannung, dass Anspannungen und Verspannungen im Nervensystem aufgelöst werden und sich die Schlafmuster innerhalb kurzer Zeit wieder normalisieren.	Abnahme von Verspannungen in Testpersonen, die regelmässig die Transzendentalen Meditation ausüben: <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245–262, 1993; <i>Zeitschrift für klinische Psychologie</i> 7: 235–255, 1978; <i>Hospital & Community Psychiatry</i> 26: 156–159, 1975.
Fehlen im Unterricht und Schulabbruch	Fehlende Gesundheitserziehung in Schulen ist der Grund für die Zunahme schlechter Gesundheit und chronischer Erkrankungen bei	Die regelmässige Ausübung der Transzendentalen Meditation, einschliesslich des Yogischen Fliegens, vermindert biochemische	Zunahme der Intelligenz und verbesserte geistige und körperliche Gesundheit bei Schülern, die sich auf das Universitätsstudium vorbereiten.

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
<p>aufgrund von Unwohlsein und schlechter Gesundheit</p>	<p>Schülern und Schülerinnen. Hinzu kommt, dass sie unter dem negativen Einfluss von ungesundem Lebensstil und ungesunden Lebensgewohnheiten in ihrem Umfeld stehen.</p>	<p>und andere physiologische Stress-Indikatoren und erfrischt und vitalisiert das Nervensystem. Dadurch baut der Schüler/ die Schülerin systematisch einen Zustand vollkommener geistiger und körperlicher Gesundheit auf. Wenn darüber hinaus Maharishi's Bewusstseinstechnologien in Gruppen ausgeübt werden, dann wird das gesamte Kollektivbewusstsein der Schule angehoben und damit die Geordnetheit des Denkens in jedem einzelnen der Schüler und Schülerinnen erhöht. Spontan werden sie mehr und mehr richtig handeln im Sinne eines gesunden Verhaltens, das für sie selbst aufbauend ist und gleichzeitig allen andern dient.</p>	<p><i>Journal of Instructional Psychology</i> 22: 308-3319, 1995 Wirkung der Transzendentalen Meditation auf den ambulant gemessenen Blutdruck in afroamerikanischen Jugendlichen: <i>American Journal of Hypertension</i> 17: 366-369 (April 2004) Verbesserte Gesundheit und Abnahme von Stress: <i>Journal of Biomedicine</i> 1: 73-88, 1980 Einfluss von Kohärenz und Harmonie im kollektiven Bewusstsein: <i>Journal of Mind and Behavior</i> 8: 67-104, 1987. <i>Psychological Reports</i> 76: 1171-1193, 1995.</p>
VERHALTENSPROBLEME			
<p>Schikanierung (einschliesslich Mobbing) auf Schulhöfen und Diskriminierung im Klassenzimmer</p>	<p>Ethnische und religiöse Minderheiten stossen häufig auf Schwierigkeiten durch Diskriminierung und gegen sie gerichtete Gewalt aufgrund mangelnder emotionaler Reife und Persönlichkeitsentwicklung bei</p>	<p>Allumfassendes Wissen fördert eine ausgewogene psychische Entwicklung bei Kindern sowie Erwachsenen durch eine ganzheitliche Belegung des Gehirns während der täglichen Ausübung der Transzendentalen Meditation. Die wachsende</p>	<p>Abnahme von negativen Persönlichkeitsmerkmalen wie verminderte Feindseligkeit und Aggression: <i>Journal of Offender Rehabilitation</i> 36:127-160, 2003; Abnehmende Verspannung: <i>Anxiety, Stress & Coping</i> 6: 245-262,1993;</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>den Mitschülern. Wenn sie nicht lernen, wie man die Feindseligkeit im Klassenzimmer auflösen kann, leiden sie darunter, einer Minderheitsgruppe anzugehören, und fühlen sich schwach.</p>	<p>Bewusstseinsentwicklung in jedem Einzelnen der Schüler und Schülerinnen trägt dazu bei, auch das Kollektivbewusstsein im Klassenzimmer anzuheben. Ausserdem führt die tägliche Gruppenausübung der Fortgeschrittenentechnik des Yogischen Fliegens zu einem friedlichen, integrierten Kollektivbewusstsein. Bekanntlich strahlt dieser Effekt, proportional zur jeweiligen Grösse der Gruppe der Ausübenden, auch in die weitere Umgebung aus und leistet dadurch auch einen Beitrag zu einem integrierten Landesbewusstsein, was letztendlich zur Unbesiegbarkeit des gesamten Landes führt.</p>	<p>Zunehmende Toleranz: <i>Dissertation Abstracts International</i>, 3372B-3373B, 38(7) 1978; Zunehmende emotionale Reife: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(8), 3895B, 1978; Zunehmende Freundlichkeit: <i>Zeitschrift für Klinische Psychologie</i> 7, 1978; Abnahme von Feindseligkeit und Aggression: <i>Criminal Justice and Behavior</i> 5: 3–20, 1978; Wirkungen der Gruppenausübung des Programms der Transzendentalen Meditation auf die Verhütung von Gewaltverbrechen in Washington, DC: <i>Social Indicators Research</i>, 47(2), 153-201, 1999</p>
<p>Physische Gewaltanwendung bei Schülern</p>	<p>Die Anwendung von körperlicher Gewalt bei Jugendlichen in Schulen ist ein Zeichen der Unausgeglichenheit aufgrund ständiger Zweifel, unbeantworteter Fragen und unbefriedigtem Durst nach Wissen, das dem Leben Sinn, Glück und Erfüllung geben könnte. Als Resultat entsteht in diesen</p>	<p>Täglich genährt von der bewussten Erfahrung der tiefsten Ebene ihrer eigenen Existenz, dem Heim aller Naturgesetze, der Ebene reinen Glücks, weisen die Schüler / Schülerinnen spontan mehr Aufgeschlossenheit, Selbstachtung, Kreativität und emotionale Stabilität auf. In ihnen entwickelt sich ganz natürlich mehr Wohlbefinden begleitet</p>	<p>Weniger Verhaltensprobleme in Schulen—Rückgang der Fehlzeiten, des Missverhaltens und der Suspendierung vom Unterricht: <i>Health and Quality of Life Outcomes</i> 1: 10, 2003. (109) Abnahme von Impulsivität <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(8): 3895B, 1978. <i>Japanese Journal of Industrial Health</i> 32:</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>Schülern und Schülerinnen ein Desinteresse, der Wunsch, sich zu wehren oder zu zerstören, oder sie suchen nach einem Ventil, das zeitweilig Entlastung bringt mittels Aktivitäten, die ihre physische und geistige Gesundheit schädigen.</p>	<p>von lebensunterstützenden Gedanken und Verhaltensweisen. In der Folge werden ihre Aktivitäten nützlicher und erfüllender, und ihre Lebensqualität wird innerhalb und ausserhalb der Schule deutlich angehoben. Die zunehmende Ordnung im individuellen Gehirnwellenmuster dank dem starken Einfluss des Yogischen Fliegens in Gruppen begünstigt zudem diese Verfeinerung der Lebensgewohnheiten.</p>	<p>656, 1990 (44, 45). Rückgang von Konflikten und Gewalt: <i>Journal of Conflict Resolution</i> 32: 776–812, 1988; <i>Proceedings of the Social Statistics Section of the American Statistical Association</i> (Alexandria, VA: American Statistical Association): 297–302, 1990</p>
<p>Noch unreife Schüler streben schon nach einem völlig unabhängigen Leben.</p>	<p>Es ist ein ganz natürlicher Wunsch der Eltern, ihre Kinder erfolgreich zu sehen. Aber wenn die Beziehung zwischen Eltern und Kindern nicht von gegenseitig liebevollen und nährenden Gefühlen getragen ist, kann es sein, dass sich die heranwachsenden Jugendlichen zu sehr unter grossen Erwartungsdruck gestellt sehen und schon früh die Trennung von den Eltern planen. Zudem wird die Generationenlücke noch grösser, wenn den Jungen die Liebe und Wertschätzung für die Älteren abgeht. Im Grunde ist dies auf das</p>	<p>Die natürliche zärtliche Beziehung zwischen Eltern und ihren Kindern wird durch Maharishi's Bewusstseinstechologien tiefgreifend genährt. Mit der täglichen Erfahrung der grundlegendsten einheitlichen Ebene der Existenz im eigenen Bewusstsein, werden sowohl Schüler/Schülerinnen, als auch Eltern immer vertrauter mit der unbegrenzten Ebene des Lebens, der Quelle allen Wissens. Sie entwickeln sich zu höheren Bewusstseinszuständen und ihr Leben wird bereichert durch ein friedvolleres Gemüt, mehr Selbstvertrauen, größere Toleranz und Fähigkeit der Wertschätzung, verbesserte Beziehungen zu allen Familienmitgliedern und leichteres Überbrücken der</p>	<p>Grössere Sensibilität gegenüber den Gefühlen anderer, Zunahme der emotionalen Reife: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978 Zunahme der Toleranz: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978 Mehr Vertrauen, geringere Empfindlichkeit gegenüber Kritik: <i>Gedrag: Tijdschrift voor Psychologie</i> 4: 206–218, 1976 Grössere Fähigkeit zu herzlichen, warmen zwischenmenschlichen Beziehungen – Zunahme von Freundlichkeit: <i>Journal of Counselling Psychology</i> 20: 565–566, 1973; <i>Zeitschrift für klinische Psychologie</i> 7: 235–255, 1978; <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7):</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
	<p>Versagen bei den Bildungsinstitutionen zurückzuführen, die unfähig sind in den Schülern/ Schülerinnen die Charakterzüge und Werte von Erleuchtung zu fördern, wie: Toleranz, Liebe, Flexibilität in der Stabilität, Mitgefühl, Respekt für die Älteren und eine gewisse Weitsicht im Leben.</p>	<p>Generationslücke durch größeren gegenseitigen Respekt und die zarten Empfindungen von Liebe.</p>	<p>3372B–3373B, 1978 Ausrichtung auf positive Werte -Bessere Rückerinnerung an positive, anstatt negative, Worte; grössere Gehäuftheit positiver Bekundungen über andere Menschen: <i>Perceptual and Motor Skills</i> 64: 1003–1012, 1987 Abnahme der Verhaltensstarrheit: <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> 57: 950–964, 1989</p>
<p>Substanzmissbrauch— Alkohol, Tabak und Drogenmissbrauch bei Schülern und Schülerinnen</p>	<p>Kinder und Jugendliche, die drogenabhängig sind, werden Opfer ihrer urbanen Umgebung. Ihnen fehlt ein starker Sinn für ihr eigenes Selbst. Jedes lebensschädigende Verhalten ist ein sicheres Anzeichen für Stress in ihrer Gehirnfunktion und einem Mangel an Gehirnentwicklung, was zu eingengtem Denken und kurzsichtigem Verhalten führt wie z.B. der Einnahme von Suchtmitteln der verschiedensten Sorten.</p>	<p>Mit der gesamten Gehirnfunktion, die aus der Implementierung der Transzendentalen Meditation im Schulwesen resultiert, entwickeln die Schüler auf natürliche Weise die Fähigkeit spontan richtigen Handelns, des Handelns im Einklang mit dem Naturgesetz, das evolutionär und lebensunterstützend ist und natürlich auch zu einer gesünderen Lebensweise führt.</p>	<p>Rückgang von Substanzmissbrauch: Zahllose Studien an Gymnasialschülern, Studenten und Erwachsenen belegen den Rückgang von Substanzmissbrauch durch die Ausübung der Technik der Transzendentalen Meditation, wie den Konsum aller Klassen von illegalen Drogen, von Alkohol, Zigaretten und nicht verordneten Medikamenten, sowie darüber hinaus auch den Rückgang von antisozialem Verhalten: <i>Alcoholism Treatment Quarterly</i> 11: 1–524, 1994.</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
ENTMUTIGUNG UND RESIGNATION BEI SCHÜLERN/SCHÜLERINNEN UND STUDENTEN/STUDENTINNEN			
Fehlzeiten und Abbruchraten aufgrund von Lernproblemen	Wirtschaftlich deprivierte Schüler / Schülerinnen und Eltern werden entmutigt, wenn der Lernprozess trotz angestregten Lernens nicht die gewünschten Resultate erbringt.	Wenn die innere unbegrenzte Fülle, die in der Transzendentalen Meditation erfahren wird, mit dem andauernden Wachbewusstseinszustand zu koexistieren beginnt, dann ist der Lernprozess leicht und mühelos. Das kreative Denken verbessert sich und Selbstvertrauen wächst in den Schülern wie auch in ihren meditierenden Eltern.	Verbesserungen bei Kindern aus Niedrigeinkommen-Familien - Intelligenzwachstum und verbessertes Selbstkonzept: <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 17:65-91,2005 Abnahme der Schulabbruchrate bei wirtschaftlich benachteiligten Adoleszenz-Jugendlichen mit Lernproblemen: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(6): 3351A, 1977
Das Syndrom der sich selbst überlassenen Kinder	Kindern, die ohne die liebevolle Leitung und Fürsorge ihrer Eltern aufwachsen, fehlt die richtige Führung bei der Bewältigung ihrer Lebensprobleme. Der Lernprozess wird dadurch erheblich beeinträchtigt, und zwar aufgrund eines Mangels an Urvertrauen (innerem Sicherheitsgefühl), Selbstwertgefühl und Eigenständigkeit.	Durch den täglichen Vorgang des Transzendierens zum Heim aller Naturgesetze im eigenen Innern entwickelt sich spontan ein ganz natürliches Geleitetwerden von innen und das führt zu einer grösseren Unabhängigkeit, eigenständigem Verhalten und besserer Meisterung der verschiedenen Lebensherausforderungen.	Zunahme der Feldunabhängigkeit <i>Perceptual and Motor Skills</i> , 62, 731-738 Verbesserungen in Persönlichkeitsaspekten , die von Bedeutung sind bei Lernstörungen in ökonomisch benachteiligten Heranwachsenden in der Pubertät mit Lernproblemen wie: Zunehmende Unabhängigkeit und selbstunterstützendes Verhalten sowie verbesserte Selbstachtung. <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(6): 3351A, 1977

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
LEHRERPROBLEME			
Lehrer-Burnout	Ruppiges und unaufmerksames Verhalten, was der Ausdruck von Stress in Schülern/Schülerinnen und Schulatmosphäre ist, zieht den Lehrern Energie ab und nimmt ihnen die Kraft, mit den wachsenden Forderungen von Seiten der Schüler / Schülerinnen, Eltern, Schuldirektion und den Behörden noch weiter klar zu kommen und all die gestellten Erwartungen wirklich zu bewältigen. Der Lehrberuf führt dann zu mentaler und physischer Erschöpfung. Stress behindert den freien Ausdruck von Kreativität, Flexibilität, Klarheit und Mitgefühl und das führt dazu, dass die Lehrer selbst nicht mehr gegenüber den Bedürfnissen ihrer Schüler sensibel sein können.	Mit der Bewusstseins-basierten Bildung wird das Lehren eine erfreulichere Beschäftigung. Die Schüler sind zunehmend aufmerksam im Unterricht, zeigen mehr Enthusiasmus und sind freundlicher, während die Lehrer selbst energievoller, gesunder und einfallreicher werden. Der zutiefst ruhevolle Zustand reinen Bewusstseins, der während der Transzendentalen Meditation erfahren wird, ist eine unendlich dynamische, unerschöpfliche Quelle von Energie, Kreativität und Unbesiegbarkeit, die immer mehr in die dynamischen Aktivitäten des Unterrichts einfließen. Der Lehrer ist psychisch gesund und hält ganz natürlich inmitten der ablenkenden Umgebung des Klassenzimmers innere Stabilität aufrecht, d.h. er bewahrt Ruhe und inneres Gleichgewicht, bleibt effizient und kann seine Ausgeglichenheit und geistige Klarheit aufrechterhalten, während er die Lernziele konzentriert verfolgt und sich zugleich den	<p>Zunehmende Flexibilität und Stabilität – Fähigkeit des Nervensystems, schneller auf eine Situation zu reagieren, während es ebenso auch schneller zu einem ruhigen Zustand zurückkehrt, nachdem die Situation vergangen ist: <i>Psychosomatic Medicine</i> 35: 341–349, 1973.</p> <p>Zunehmende Feldunabhängigkeit – grösserer Widerstand gegenüber Ablenkung und sozialem Druck: <i>Perceptual and Motor Skills</i> 39 (1974): 1031–1034; <i>Perceptual and Motor Skills</i> 65 (1987): 613–614. <i>Perceptual and Motor Skills</i> 59 (1984): 999–1000;</p> <p>Zunehmende psychische Gesundheit: Zunahme an Toleranz, Wertschätzung, der Fähigkeit zu warmen Beziehungen, Hilfsbereitschaft und fürsorglichem Verhalten: <i>College Student Journal</i> 15: 140–146, 1981. 16, 39, 43, 44).</p> <p>Verbesserte Problemlösungsfähigkeit: <i>Personality and Individual Differences</i> 12 (1991): 1105–1116.</p> <p>Erhöhte Aufmerksamkeit, Abnahme der Ablenkbarkeit: <i>Psychophysiology</i> 34: S89 (Abstract), 1998; <i>Biological Psychology</i> 55: 41–55, 2000; <i>Biological Psychology</i> 61: 293–319, 2002.</p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
		<p>wechselnden Anforderungen der Situation im Klassenzimmer anpasst. Zusätzlich erzeugt das Yogische Fliegen in Gruppen einen nährenden und ordnenden Einfluss auf Schüler/ Schülerinnen und Lehrer/Lehrerinnen in der Schule, so dass die Lehrkräfte in einem Zustand der Unbesiegbarkeit und Erleuchtung unterrichten und ganz natürlich auch die Schüler / Schülerinnen inspirieren, in Erleuchtung zu wachsen.</p>	<p>Entwicklung der Persönlichkeit - Bessere Werte in Tests bezüglich Selbstentwicklung bei fortgeschrittenen Personen im Programm der Transzendentalen Meditation: <i>Transcendence and Mature Thought in Adulthood [Tanszendenz und Reife – Denken im Erwachsenenalter]</i> (Lanham, MD: Rowman & Littlefield): 39–70, 1994.</p>
<p>Frequenter Lehrerwechsel und Lehrer-abwanderung</p>	<p>Immer mehr Lehrer verlassen ihre Schule nach kurzer Zeit, weil die Schwierigkeiten, die sie antreffen, zu groß sind im Verhältnis zur Befriedigung, die der Beruf erbringt. Der schnelle Lehrerwechsel kommt dem Staat teuer zu stehen und verweigert den Schülern/Schülerinnen die Gunst, von erfahrenen Professionellen unterrichtet zu werden.</p>	<p>In der Bewusstseins-basierten Erziehung und Bildung erhalten die Lehrer und Lehrerinnen gleichzeitig mit ihren Schülern / Schülerinnen Allumfassendes Wissen. Ihre tägliche Erfahrung des Einheitlichen Feldes aller Naturgesetze entwickelt in ihnen das Geschick der Meisterschaft über die Naturgesetze, sodass sie volle Unterstützung haben in all ihren Lehrtätigkeiten. Es gibt ihnen mehr Energie, Kreativität, und einen klaren Geist; zudem bringt ihnen der Kontakt mit dem Einheitlichen Feld, dem inneren Glückseligkeitsbewusstsein, ein Gefühl innerer Fülle, und mit der zusätzlichen Energie und Kreativität</p>	<p>Vermehrte Energie, Dynamik und Enthusiasmus: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(7): 3372B–3373B, 1978. <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245–262, 1993.</p> <p>Grössere Fähigkeit zu Objektivität, Gerechtigkeit und Angemessenheit: <i>Dissertation Abstracts International</i> 38(8): 3895B, 1978.</p> <p>Bessere Zeitkompetenz – grössere Fähigkeit in der Gegenwart zu denken und handeln: <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 6: 189–247, 1991.</p> <p>Erhöhte Kreativität, persönliche Befriedigung und Selbstverwirklichung: <i>Journal of Social Behavior and Personality</i></p>

Das Bildungs-Problem	Analyse des Problems	Lösung für das Problem	Wissenschaftliche Studien
		<p>sind sie eher fähig, ihre Schüler und Schülerinnen mit Freude, Enthusiasmus und grosser Wirkung zu unterrichten; sie sind innovativer und leichter befähigt, ihren Unterrichteten individuell Aufmerksamkeit zu widmen ohne dabei zu ermüden.</p>	<p>6: 189–247, 1991; <i>Journal of Creative Behavior</i> 13: 169-180, 1979</p> <p>Mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz, bessere Arbeitsleistung und bessere Beziehungen mit den Vorgesetzten und Mitarbeitern: <i>Anxiety, Stress and Coping</i> 6: 245–262, 1993.</p> <p>Bessere Gesundheit und verminderter Stress: <i>Psychosomatic Medicine</i> 49: 493–507, 1987; <i>Journal of Biomedicine</i> 1: 73–88, 1980.</p> <p>Höhere Grade an Selbstentwicklung: <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 17: 93–121, 2005.</p> <p>Creating an Influence of Coherence and Harmony in Collective Consciousness: <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 17: 65–91, 2005. <i>Journal of Conflict Resolution</i> 32: 776–812, 1988; <i>Journal of Social Behavior and Personality</i> 17: 285–338, 2005.</p>