

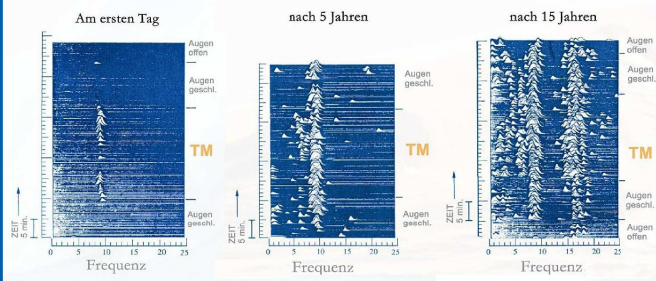
# Wir haben ´was gegen Stress ... und Burnout!



## Meditation statt Medikation

### Zunahme der Gehirnwellen-Kohärenz

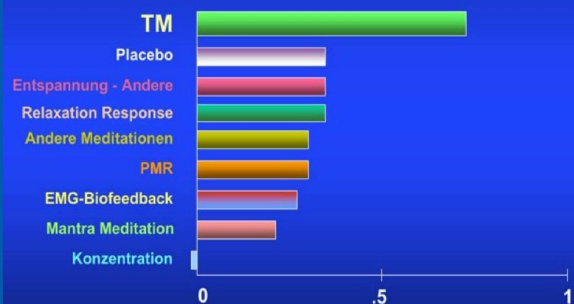
WÄHREND DER TRANSCENDENTALEN MEDITATION



### Zunahme der Geordnetheit im Gehirn

#### Erfolg bei Stressreduktion

Meta-Analyse 146 Studien



Journal of Clinical Psychology, 1989; 45:957-974

# „Change begins within“

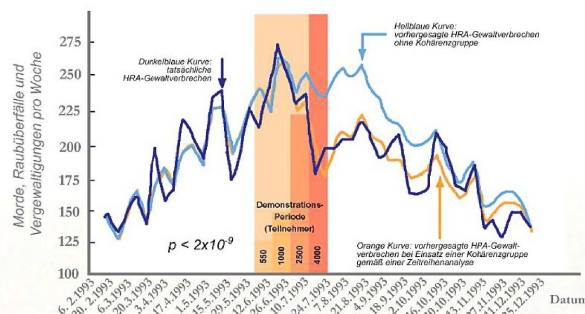


## 4000 Meditierende senken Kriminalität

### Verringerung von Kriminalität

DURCH TM-PROGRAMME

Washington D.C., USA



# Prominente TM-Meditierende

