

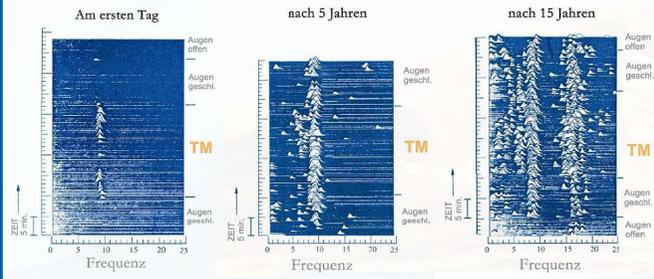
Wir haben was gegen Stress ... und Burnout!



Meditation statt Medikation

Zunahme der Gehirnwellen-Kohärenz

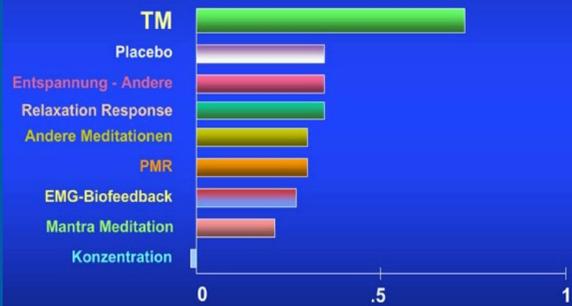
WÄHREND DER TRANSCENDENTALEN MEDITATION



Zunahme der Geordnetheit im Gehirn

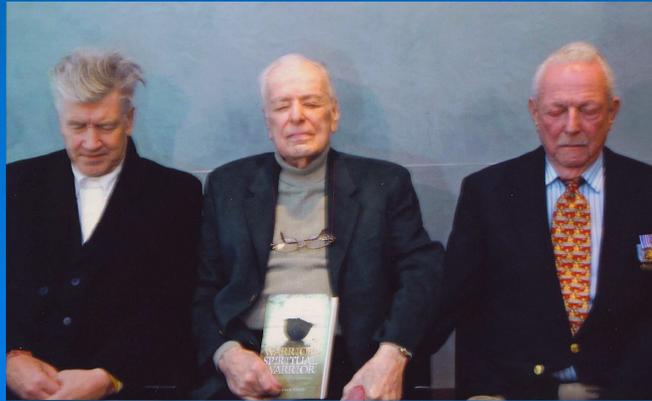
Erfolg bei Stressreduktion

Meta-Analyse 146 Studien



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

„Change begins within“

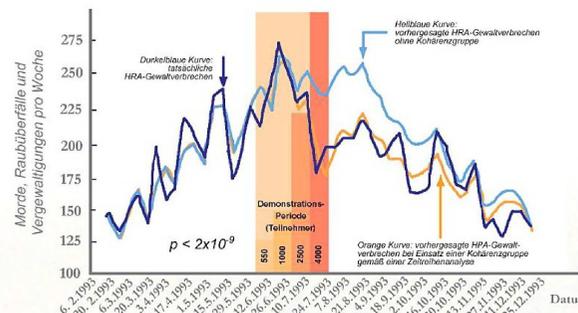


4000 Meditierende senken Kriminalität

Verringerung von Kriminalität

DURCH TM-PROGRAMME

Washington D.C., USA



Prominente TM-Meditierende

