

Was bietet die Praxis der Transzendentalen Meditation - als Hauptelement der vedischen Bewußtseinstechnologie - Was kann man von ihrer Ausübung erwarten?

- **Innere Erfüllung, inneren Frieden, mehr Heiterkeit**
 - Gelassenheit, Souveränität durch Selbstvertrauen
 - Unverhoffte Glücksgefühle statt „Wut im Bauch“
- **Psychische Gesundheit und Stabilität**
 - Ausgeglichenheit, natürliche Lebensfreude
 - Mehr Optimismus - weniger Sorgen, Depressivität oder Perspektivlosigkeit
 - Vertiefte Selbsterkenntnis durch SELBST Wahrnehmung und Verwirklichung
- **Körperliche Gesundheit**
 - Stabileres Immunsystem, wirksamere Selbstheilungskräfte
 - Weniger Krankheiten und Schmerzen
 - Körperliche und geistige Verjüngung
- **Mehr Intelligenz, Kreativität und geistige Energie**
 - Müheloseres Arbeiten in Beruf und Privatleben durch Ausschöpfen der inneren Intelligenz
 - Leichteres Lernen in Schule, Universität, am Arbeitsplatz
 - Positiveres Fühlen und Denken; mehr Freude und Erfüllung an der Arbeit
- **Natürliches Selbstvertrauen und Selbstbewußtsein im täglichen Leben**
 - Entspannung (Entkrampfung), tieferes Verständnis für andere Menschen
 - Positivere Ausstrahlung, spürbar für andere Menschen
 - Authentischere Persönlichkeit, mehr Anerkennung durch andere Menschen
- **Harmonischere Partnerschaften, stressfreiere Beziehungen zu Berufskollegen**
 - Weniger Agressivität im Umgang mit Anderen
 - Positiveres Familien-, erfolgsorientierteres Betriebsklima
- **Stressfreie Gesellschaft ohne Kriminalität**
 - Abwesenheit von Frustration und Gewalt
 - Erfolgreiche Prävention und Rehabilitation
- **Globale Gesellschaft ohne Terrorismus und Krieg**
 - Aktive Erzeugung von Frieden durch Feldeffekte im Kollektivbewusstsein
 - Einsparung der Militärcosten von 1 Billion \$ p.A. durch reale Unzerstörbarkeit nationaler Integrität
- **Deutliche Verminderung aller „Reibungsverluste“ (800 Milliarden € p.a. in Deutschland)**
 - Verbesserte Wirtschaftsindizes
 - Vollbeschäftigung durch zunehmende Kreativität und Vernetzung
 - Arbeit für Jederman zu humanen und befriedigenden Bedingungen
 - Natürlicher Erhalt der Biosphäre durch verändertes Individual- und Gruppenverhalten
- **Optimierte Nutzung aller menschlichen Ressourcen**
 - Bewahrung und Schutz der Biosphäre allen Lebens durch wachsendes Verantwortungsbewußtsein
 - Eine gerechtere und erfülltere „Globale Gesellschaft“ durch Kohärenz (-erzeugende Personen und Gruppen) im Weltbewusstsein

Was ist TRANSZENDENTALE MEDITATION?

TM ist eine geistige Technik, ein uraltes, tradiertes Verfahren, die geistigen Impulse unseres Bewusstseins - Gedanken, Gefühle - in früheren, abstrakteren Entstehungsstadien wahrzunehmen, nahe ihrer Quelle des Entstehens, um ihre Aktivität letztendlich zu überschreiten und so das grundlegendste Feld aller geistigen, psychischen Aktivität, Reines Bewusstsein zu „erfahren“.

Dieser Grundzustand unseres Bewusstseins, ein Zustand perfekter Stille und Ordnung, ist vergleichbar mit dem „Vereinheitlichten Feld“ im Bereich der physikalischen Phänomene, dem Ausgang und Beginn aller materiellen Existenz. Viele Philosophen, Dichter, Wissenschaftler und alle echten spirituellen Führer berichten in ihrer Sprache von der „Erfahrung“ dieses fundamentalen Grundzustandes unseres Bewusstseins.

Diese Erfahrung steht heute jedem Menschen offen, unabhängig von seiner Intelligenz, Begabung, geistigen, religiösen oder weltanschaulichen Orientierung, seiner Kultur, Rasse, Geschlecht oder seinem Alter. TM ist im wahrsten Sinne des Wortes kinderleicht (2x20 min.) auszuüben und in wenigen Stunden erlernbar.