**Kapitel 21**

**Das allmächtige einheitliche Feld nutzen**

Eine große Anzahl wissenschaftlicher Studien[[1]](#footnote-1), die in verschiedenen Forschungszentren auf der ganzen Welt durchgeführt wurden, haben die Wirksamkeit der Bewusstseins-Technologien für den Einzelnen und für die Gesellschaft bewiesen. Konflikte und Kriminalität wurden erheblich reduziert und es hat sich gezeigt, dass größere Harmonie und Frieden aus der kollektiven Durchführung dieser Techniken resultieren.

Schon die Quadratwurzel aus einem Prozent der Bevölkerung einer Stadt oder einer Nation kann die gewünschten Ergebnisse erzielen[[2]](#footnote-2). Etwa achthundert Menschen können zum Beispiel signifikante Ergebnisse für ganz Frankreich oder Großbritannien erzielen; weniger als zweitausend für die USA; weniger als viertausend für ganz China oder Indien; und weniger als zehntausend für die ganze Welt.

Die Transzendentale Meditation und ihre fortgeschrittenen Techniken, wie sie von Maharishi gelehrt werden, sind effektive Technologien des Bewusstseins, weil sie die unbezwingbare Quelle aller Kraft und Energie beleben und nutzbar machen. Sie schaffen einen unbesiegbaren Schutzschild für eine bestimmte Nation und letztlich für die ganze Welt. Im Sinne von Liebe, Mitgefühl und Einheit in der Vielfalt ist das Einheitliche Feld wie der Saft eines Baumes oder einer Blume. Derselbe Saft erscheint als die vielen Aspekte der Blätter, Zweige, Stämme und Blüten. Wir sind alle Ausdrucksformen des Einheitlichen Feldes.

Wir befinden uns nicht mehr in der mittelalterlichen Ära mit ihren Konzepten, Werten und Handlungs- und Reaktionsweisen - und wollen auch nicht dorthin zurückkehren. Genauso müssen wir uns über die Begrenzungen der klassischen Perspektiven auf die Realität erheben, die immer noch von den meisten Menschen als gültige Weltanschauung akzeptiert werden, so wie es einst akzeptiert wurde, dass die Erde flach ist. Heute wird fälschlicherweise angenommen, dass unsere Welt aus separaten, nicht miteinander verbundenen Objekten und Phänomenen besteht, die unabhängig voneinander in Zeit und Raum erscheinen und verschwinden. Wir müssen die Realität so betrachten, wie die Wissenschaft sie offenbart, und eine fortschrittlichere Technologie verwenden, um unsere Probleme zu konfrontieren und zu lösen, immer in Übereinstimmung mit dem fortschrittlichsten Wissen unserer Zeit.

Kraft kann auf allen Ebenen nutzbar gemacht und dargestellt werden. Auf der oberflächlichen Ebene kann man mechanische Kraft haben. Tiefer gibt es die biologische Kraft. Noch tiefer haben Sie chemische Kraft. Dann gibt es molekulare Kraft, auf die man auf genetischer Ebene zugreifen kann, oder auf atomarer Ebene, wie z. B. die Atombombe (vielleicht die schlimmste aller möglichen Anwendungen), oder noch positiver, die Nutzung von Kernkraft zur Erzeugung von Wärme und elektrischer Energie, um das Leben der Menschen angenehmer zu machen. Am tiefsten von allem ist das Einheitliche Feld, die Heimat aller Naturgesetze, die die unendliche Vielfalt von allem, was manifest ist, stillschweigend strukturieren und aufrechterhalten.

Dies ist keine Science-Fiction, sondern das genaueste wissenschaftliche Bild des Universums, das wir derzeit zu zeichnen in der Lage sind. Die Realität ist nicht auf das beschränkt, was die sensorische Ausrüstung unseres menschlichen Nervensystems verarbeiten kann. Den verfeinerten Schichten der physischen Welt, die von der "objektiven" Wissenschaft aufgedeckt werden, entsprechen immer tiefere subjektive Schichten der Wahrnehmung, des Denkens, Fühlens, der Intuition und des Verständnisses.

Wenn wir ein größeres und breiteres Bewusstsein haben, nutzen wir eine höhere individuelle und kollektive Intelligenz und werden fähig, alle Probleme zu lösen, die uns beunruhigen, vom Klimawandel bis zur Armut, von wirtschaftlicher Ungleichheit bis zu Grenzstreitigkeiten, ohne uns im Gezänk des politischen Alltags und der Wahlen zu verstricken oder, was noch wichtiger ist, zum Krieg zu greifen.

Differenzen durch den Einsatz der eigenen Intelligenz zu lösen, statt durch Kampf, ist immer vorteilhafter für alle. Das Kernproblem hier betrifft den Grad des Bewusstseins, den Individuen und Gesellschaften tatsächlich haben. Je begrenzter das Bewusstsein eines Individuums ist, desto geringer ist seine Fähigkeit, die richtigen Entscheidungen zu treffen. Auch ihre inhärente Freiheit ist geringer. Das gilt für Gruppen von Individuen und im weiteren Sinne auch für ganze Nationen.

**Je eingeschränkter das Bewusstsein einer Person ist,**

**desto geringer ist ihre Fähigkeit**

**um die richtigen Entscheidungen zu treffen**

Ein Tier hat unter den meisten Umständen sehr begrenzte Wahlmöglichkeiten im Vergleich zu einem hochentwickelten Individuum. Verschiedene Ebenen des menschlichen Bewusstseins haben entsprechende Ebenen der Wahlfreiheit. Dies wirft eine "moralische" Frage auf. Wir verurteilen Tiere nicht für ihr Verhalten - wir wissen, dass es instinktiv ist. Stattdessen modifizieren wir das Verhalten von Tieren entweder gewaltsam, indem wir Abschreckungstechniken einsetzen, oder durch positive Verstärkung und Verhaltenstraining. Sollten wir dasselbe für Menschen tun?

Wenn jemand eine Straftat begeht und für geistig unzurechnungsfähig befunden wird, wird er oder sie im Allgemeinen in ein Rehabilitationsprogramm eingewiesen. Wenn sie geistig fit sind und als voll verantwortlich für ihre falschen Handlungen angesehen werden, werden sie entsprechend bestraft. Dennoch gibt es immer ein gewisses Maß an geistiger oder psychologischer Untauglichkeit bei jedem, der ein Verbrechen begeht. Die Rechtssysteme stehen vor wachsenden Herausforderungen, da neurologische und kognitive Techniken geistige Untauglichkeit mit der Gehirnaktivität korrelieren und die Forschung zeigt, dass viele Menschen, die unangemessenes Verhalten zeigen, entsprechende Anomalien in ihrem Nervensystem haben. Die Anwendung von Bestrafung oder Belohnung gibt es schon so lange, wie es Tiere und Menschen gibt - vom einfachen Stirnrunzeln oder Lächeln bis hin zu drastischeren Reaktionen wie der Atombombe und der Androhung der ewigen Verdammnis in der Hölle oder umgekehrt dem Versprechen eines Lebens im Paradies. Dennoch haben Kriege und Leid weitergemacht. Letztendlich müssen wir das individuelle und kollektive Bewusstsein anheben, um in jedem Einzelnen und in jeder Gesellschaft maximale Intelligenz zu erwecken, die das Leben auf der Erde von einer tierähnlichen Ebene auf eine himmlische Ebene hebt.

Grundlegender als der Intellekt ist das Feld des reinen Seins, das das Einheitliche Feld ist, über das wir gesprochen haben - die Quelle von allem, was an der Oberfläche ist. Es ist das primäre Feld der Beziehung, der Verschränkung, der Kohärenz und der Verflechtung. Es ist die große Ganzheit, in der alle scheinbaren Teile Ausdruck der einen Singularität sind, die unendlichen Wellen des einen Ozeans des Bewusstseins.

Wenn Sie Menschen fragen, wer sie sind, geben sie Ihnen typischerweise eine Antwort mit einem Namen, einer Nationalität, vielleicht einem Glaubenssystem, vielleicht ihren Bildungs- oder Berufsnachweisen. Diese Faktoren drücken die Unterschiede zwischen Individuen, Kulturen, Glaubensrichtungen, sozialen und wirtschaftlichen Klassen aus, die uns trennen und so leicht Zwietracht und sogar Feindschaft erzeugen können, und heben diese hervor. Diese Art der Selbstidentifikation ist alles, was die meisten Menschen über sich selbst - und auch über andere - erfahren haben und wissen. Wenn wir uns auf diese äußerlichen Definitionen des Selbst beschränken, sind wir innerhalb der Grenzen einer Familie, einer Gruppe, einer Gesellschaft, einer Nationalität und eines Glaubens oder einer Ideologie isoliert. Wir haben dann Gründe, anderen zu misstrauen oder sie zu fürchten, die das angreifen oder beschädigen könnten, was wir als uns selbst verstehen. Unter dieser unvollständigen und selbstbegrenzenden Auffassung des Selbst kann die Liebe nicht wirklich voll sein.

"Angst wird aus der Dualität geboren", sagt der Veda. Wenn man zwei Kräfte hat, besteht immer die Möglichkeit, dass die eine die Oberhand gewinnt oder der einen einen Nutzen entzieht und ihn auf die andere verlagert oder die andere vermindert oder sogar zerstört - das ist immer gegeben. Wann immer es zwei gibt, können sie aufeinanderprallen. Sogar innerhalb der eigenen Individualität kann der Intellekt mit dem Herzen streiten; Gefühle oder tiefe Emotionen können sehr wohl mit der Vernunft um die Vorherrschaft wetteifern, oder egoistische Wünsche kämpfen gegen Pflicht oder Verantwortung.

Wenn Menschen sich mit einem bestimmten, begrenzten Ich-bin-mein, mit einem bestimmten Satz von Eigenschaften identifizieren, wird es immer "den Anderen" geben, der andere Grenzen und Eigenschaften hat, aber oft auch von seinem eigenen engen Eigeninteresse angetrieben wird. Diese Dualität birgt immer den Keim von Angst und Feindseligkeit und damit das Potenzial für Konflikte und sogar Gewalt.

Wie können wir das "Andere" eliminieren? Wir wollen oder müssen nicht irgendetwas an der Oberfläche tun. Vielmehr geht es um eine Transformation in uns selbst und in unserer Art, andere wahrzunehmen, so dass wir die Einheit erkennen, die unseren oberflächlichen Unterschieden zugrunde liegt, die tiefer geht als unsere Weltanschauungen und Vorlieben, sogar unsere Meinungsverschiedenheiten - und offenbart, dass wir tief im Inneren der andere sind - dass wir alles sind, die Gesamtheit. Das klingt nach einer sehr erhabenen, idealistischen Vorstellung, einem intellektuellen Konstrukt, das im wirklichen Leben niemals funktionieren kann. Und in Wahrheit wird es nie funktionieren, einfach zu denken oder zu sagen oder zu versuchen zu glauben, dass Sie der Andere sind und jeder das Einheitliche Feld ist - denn Sie wachen morgens auf, Sie schauen in den Spiegel, Sie finden sich von Angesicht zu Angesicht mit den Grenzen Ihrer Individualität wieder, und das ist, wer Sie natürlich denken, dass Sie sind.

Zu wissen, wer wir im tiefsten Inneren sind, ist entscheidend für alle möglichen Lösungen für unsere Welt. Es ist wichtig, denn wer wir wirklich sind, ist das grenzenlose reine Sein im Selbst, reines Bewusstsein. Dieses Selbstverständnis und diese Selbstdefinition transzendiert alle begrenzten Identifikationen mit der eigenen Religion oder Rasse, dem Geschlecht oder dem Glauben und stellt uns alle auf eine gleichberechtigte Basis, wie auch immer wir uns das vorstellen oder ausdrücken mögen - universelle Weltbürger, Kinder Gottes, Mitglieder der einen inklusiven Familie.

Alle großen Traditionen der Welt haben uns zu diesem Erwachen geführt - erkenne dich selbst - erkenne das Himmelreich, das in dir ist - "Du bist das." Und nun zeigt die Wissenschaft dies deutlich auf. Was sind Objekte? Was sind Menschen letztendlich? Getrenntheit ist illusorisch, oder zumindest eine oberflächliche Erscheinung. Je mehr wir unter die Oberflächenebenen vordringen, desto sicherer wird, dass wir ein Einheitliches Feld sind, ein unbegrenzter Ozean reinen Seins. Diese Einheit des Lebens wurde schon lange in spirituellen Begriffen verstanden, und jetzt kommt sie durch die Erkundungen und Offenbarungen der Wissenschaft ans Licht.

Dies ist die wahre und vollständige Bedeutung von "Erkenne dich selbst". Denn das Einheitliche Feld ist die Quelle von allem und jedem, so dass wir, wenn sich unser Bewusstsein dafür öffnet, auf intime und höchst grundlegende Weise zu wissen beginnen, dass wir eins mit allem sind. Dies ist nicht nur eine intellektuelle Analyse oder Überzeugung. Obwohl wir durch intellektuelle Analyse sehr wohl zu der Schlussfolgerung gelangen könnten, dass "alles eins ist", spreche ich in Wirklichkeit von einer direkten Erfahrung, einem Erwachen in unserem innersten Sein.

Es ist ein unschuldiges Aufwachen aus dem Traum der Dualität zur Einheit, die uns mit allem Sein verbindet. Und so wie man in der Nacht nicht aus einem Traum aufwacht, bis man tatsächlich erkennt: "Aha, es war nur ein Traum", so ist auch für dieses Erwachen keine Anstrengung nötig; es geschieht ganz natürlich aus der wiederholten Erfahrung des reinen Bewusstseins im Selbst. Viele kleine, tägliche Erwachungen, flüchtige Blicke, die kommen und vergehen, führen schließlich zu einem ausgedehnten, dauerhaften Erwachen zur Einheit unserer wahren Natur.

Die Erfahrung und das Verständnis dieses Einheitlichen Feldes zu erlangen, ist die beste Hoffnung, die wir haben, um in einer Welt voller Spaltungen, Konflikte und viel zu oft gewalttätigen Konfrontationen zwischen Religionen und Kulturen, deren Werte sich manchmal direkt widersprechen, friedlich zu koexistieren. Mutter Natur zeigt uns ein wunderschönes Beispiel dafür, wie dies möglich ist.

Damit eine Blume, oder jede Pflanze blühen kann, braucht sie Luft, Wasser und Sonne. Zusammen ermöglichen sie der Pflanze, auf gesunde Weise zu wachsen und schön und ganz sie selbst zu werden. Betrachtet man diese Aspekte getrennt voneinander, stehen sie vielleicht im Widerspruch zueinander - das Wasser benetzt, aber die Luft und die Sonne trocknen. Die Sonne und die Luft stehen also im Konflikt mit dem Wasser und man könnte erwarten, dass sie sich gegenseitig um die Vorherrschaft bekämpfen. Aber es ist das Miteinander dieser Faktoren, das die Pflanze wachsen lässt. Manchmal sind gegensätzliche Werte für die richtige Entwicklung und Evolution notwendig.

**Koexistenz von Gegensätzen**

Unterschiede zwischen Völkern und Kulturen müssen kein Problem sein, das es zu beseitigen gilt. Vielmehr sind Unterschiede schöne Facetten der Herrlichkeit der Schöpfung. Sie lassen den Garten des Lebens in unzähligen Farben und Formen erblühen, voller lebendiger Vielfalt, an der sich jeder erfreuen kann.

Doch wie wir besprochen haben, sind Unterschiede die potenzielle Quelle von Zwietracht, Angst und Konflikt. Wenn sie nicht das Problem sind, was ist es dann?

Das Problem dreht sich darum, wohin unsere menschliche Aufmerksamkeit geht. Verweilen wir bei den Unterschieden und machen sie zu einem Punkt der Meinungsverschiedenheit und des Konflikts? Oder ruht unsere Aufmerksamkeit auf der Ganzheit, auf der Einheit des Lebens, die wir Bewusstsein, reines Sein, reine Existenz nennen; diese immer vorhandene Quelle des Lebens, die wie der Saft ist, der der Blume, dem Stamm, dem Blatt und den Zweigen aller Pflanzen im Garten zugrunde liegt? Diese verschiedenen Attribute kommen alle aus einer Quelle.

Diese Einheit ist kein intellektuelles Konstrukt, sondern die lebendige Wahrheit allen Lebens, nah und fern, mikro und makro. In unserer menschlichen Welt wird es immer individuelle und gruppenbezogene Unterschiede geben, und so problematisch diese Vielfalt auch sein kann, sie ist auch die Schönheit und Kraft des Lebens, die für den Fortbestand der Evolution unerlässlich ist. Wer würde sich dafür entscheiden, in einer Welt zu leben, in der alle gleich sind, in der alle großen traditionellen Kulturen homogenisiert werden und die große Einsicht verlieren, die ihre Einzigartigkeit hervorruft? Gleichzeitig können wir diese reiche Vielfalt des Lebens am besten genießen, wenn wir tief im Inneren in einer stabilen Ganzheit oder Einheit geerdet sind. Wenn unsere Aufmerksamkeit in den Unterschieden gefangen ist, die uns potenziell trennen können, werden Missverständnisse und Konflikte unweigerlich entstehen.

Ich glaube, dass unsere kollektive Entwicklung als menschliche Wesen uns nicht nur zu diesem Verständnis bringt, sondern dazu, diese Harmonie tatsächlich als unsere gemeinsame Realität zu leben. Ich sehe das vor allem bei der Jugend von heute, die mehr denn je (vielleicht mit Hilfe der Konnektivität der sozialen Medien) die nationalen, religiösen, rassischen und anderen Grenzen überschreitet, die frühere Generationen einschlossen, während sie sinnvolle Freundschaften und Partnerschaften mit Menschen auf der ganzen Welt eingehen.

Dies ist die höchste Erfüllung in der Erziehung, wo der Wissende sich selbst als reines Wesen erkennt und sich im Feld der unendlichen Kreativität und der wirklichen Freiheit etabliert, jedoch im Einklang mit dem totalen Naturgesetz. In diesem erwachten und erleuchteten Zustand hält das Individuum spontan die evolutionärsten Werte in seiner Kultur und seinen Glaubenssystemen aufrecht. Sie genießen es, äußerlich anders zu sein, während sie durch direkte Erfahrung die zugrunde liegende Einheit, die alle Vielfalt aufrechterhält, tief und tiefgründig kennen. Dies ist die Grundlage aller wahren Toleranz, allen wahren Mitgefühls und wahrer Liebe, die vollständig und ungekünstelt sind. Dies durch eine Gruppe von Individuen zu beleben, die diese Technologie des Bewusstseins praktizieren, wird dazu dienen, es in der Gesellschaft als Ganzes zu beleben. Die Unterschiede bleiben an der Oberfläche, aber das Leben wird in einem grundlegenden Sinn von tiefem Frieden und Einheit gelebt.

Das ist das Gegenteil von dem, was unter Umständen von Stress, Angst und Ärger automatisch mit uns passiert. Wenn die Instinkte die Oberhand gewinnen, übernimmt die Flucht- oder Kampfreaktion zu oft das menschliche Nervensystem, und die Liebe tritt in den Hintergrund. Wenn das menschliche Nervensystem unter Stress steht, nutzt es nicht alle seine Ressourcen. Man hat alle körperliche Kraft, aber nicht alle geistige Kraft. Emotionen, Gefühle und sogar hohe Ideale können durch Angst und Ressentiments vernebelt werden. Unsere rationalen, klarsichtigen Entscheidungsfähigkeiten (was Psychologen manchmal als "exekutive Funktionen" bezeichnen), werden heruntergefahren. Der übliche Glaube an Gerechtigkeit, höhere Werte, Menschlichkeit und sogar göttliche Fairness kann durch grausame Aggression, die tragischerweise sogar zum Tod unschuldiger Menschen führen kann, erschüttert oder umgestoßen werden.

Das gilt für uns als Individuen - und ebenso für die Ansammlung von Individuen, die wir eine Gesellschaft, eine Stadt oder eine Nation nennen - unter allen Bedingungen, die Angst und Wut in der Bevölkerung hervorrufen. Die unter diesen Bedingungen ausgeübte Macht ist chaotisch und ineffizient. Zahlreiche Studien zum Verhalten des "Mobs" haben dies deutlich gemacht. Wir mögen nicht glauben, dass normale Menschen kollektiv wie ein "Mob" handeln können, aber indem wir uns immer auf die Probleme konzentrieren, von "Feinden" und "terroristischen Bedrohungen" sprechen, riskieren wir unweigerlich, die Art von angstbasierten Gefühlen hervorzurufen, die zu rachsüchtigen und aggressiven Selbstschutzreaktionen führen können.

Im Gegensatz dazu kann der Mensch, wenn er mit einem ruhigen, integrierten und ausgeruhten Nervensystem agiert, eine klarere Wahrnehmung der Realität haben und somit bessere, positivere Entscheidungen treffen.

Nehmen Sie sich eine Minute Zeit, um Ihr eigenes Leben und Ihren eigenen Entscheidungsprozess zu untersuchen. Wenn Sie nicht gut geschlafen haben und morgens eine schlechte Nachricht erhalten, braucht es nicht viel, damit Sie sich gereizt oder verärgert fühlen. Vielleicht schnauzen Sie Ihr Kind oder Ihren Partner an, verhalten sich überaggressiv im Straßenverkehr, sprechen scharf mit jemandem bei der Arbeit. Später, wenn Sie ausgeruht und weniger aufgeregt sind, erkennen Sie vielleicht, dass Sie die Situation besser auf eine weniger aggressive Weise hätten bewältigen können.

Auch um sein maximales Potenzial als Individuum zu verwirklichen, muss man also lernen, nicht zu handeln, wenn man von Wut oder Angst getrieben wird oder wenn man anfällig für gestresste, beschädigte und emotional verletzte Gefühle ist. Wir müssen in der Lage sein, zum Selbst zurückzukehren, zum inneren Kern unseres Wesens, und von einem entspannteren, zentrierten, rationalen Standpunkt aus zu agieren; einem Standpunkt, der es uns ermöglicht, eine klarere Wahrnehmung zu haben, die mehr Variablen, mehr Aspekte einer Situation in Betracht ziehen kann, als wenn wir eine durch Stress verengte Sichtweise haben, die uns das Gefühl gibt, entweder kämpfen oder weglaufen zu müssen.

Als menschliche Gesellschaft leben wir nicht mehr im Dschungel, wo es unmittelbare physische Bedrohungen gab und wo oft physisch aggressive oder kriegerische Reaktionen zum Überleben notwendig waren. Trotzdem werden sich Menschen manchmal schlecht benehmen, dumme Entscheidungen treffen, sich aufregen, vor Wut um sich schlagen und Dinge sagen, die sie nicht wirklich meinen. Wenn wir solches Verhalten bei uns selbst und bei anderen minimieren wollen, ist es von unschätzbarem Wert zu wissen, wie wir den Aufbau von Spannungen verhindern und gleichzeitig das volle Potenzial jeder Person kultivieren können, indem wir das Bewusstsein für ein höheres Bewusstsein öffnen und ein Gleichgewicht in Physiologie und Geist schaffen.

Das ist es, was das TM-Programm erreicht, und deshalb ist es ein wesentlicher Bestandteil der bewusstseinsbasierten Lösung, die ich vorschlage.

Einige Führer der Gesellschaft haben Ideen - aber ich habe das Ergebnis ihrer "Lösungen" auf den Straßen und in den Krankenhäusern gesehen. Ich habe die Kinder, die Frauen und die Zivilisten sowie die Soldaten gesehen, die auf unsagbar grausame Weise verwundet wurden.

Eine wirksame Lösung für unsere globale Epidemie von menschlichen Konflikten, Gewalt und Krieg wird dringend benötigt, und wir besitzen einen potenziellen Impfstoff, etwas, das lächerlich wenig kostet im Vergleich zu den Bomben und Bombern, den Raketen, Kampfjets, Kriegsschiffen und U-Booten, und sicherlich im Vergleich zu den Kosten für auch nur ein verlorenes Leben, ganz zu schweigen von all dem begleitenden Leid, das der Krieg unter den Überlebenden und Flüchtlingen verursacht. Die Forschung ist über jeden Zweifel erhaben. Es wurden Versuche im kleinen und großen Maßstab durchgeführt und die Ergebnisse veröffentlicht - es ist klar, dass wir eine Technologie haben, die das leisten kann, was die Menschheit so dringend braucht.

Dieses Wissen zu verbreiten, ist zu meiner Berufung geworden. Dies ist nun meine Pflicht und meine Verantwortung. Ich tue dies in aller Einfachheit und Bescheidenheit und mit größtem Respekt vor und für alle Glaubenssysteme, alle Traditionen, jeden ehrend, weil jeder letztlich ein Lebensimpuls ist, jeder Impuls, der sich in die Richtung von mehr Glück, mehr Wachstum, mehr Liebe, mehr Verständnis - mehr Leben - bewegen will.

Die Kosten für ein einziges Kriegsflugzeug, von den Tausenden, die die Armeen der Welt unterhalten, reichen aus, um eine kohärenzschaffende Gruppe zu unterstützen[[3]](#footnote-3) . Lasst es uns versuchen! Was haben wir zu verlieren? Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass die Menschen, die es praktizieren, anfangen, sich glücklicher zu fühlen, eine bessere Gesundheit zu haben und sich letztendlich vielleicht besser mit ihren Familien, Freunden, Kollegen, Gemeinschaften und darüber hinaus integriert fühlen.

Es gibt ein altes Sprichwort: "Die Feder ist mächtiger als das Schwert". Ideen haben die Welt verändert. Menschen haben für ihre Überzeugungen und Ideale gekämpft und sind dafür gestorben, und Institutionen wurden auf der Grundlage der Macht dieser Ideen aufgebaut und manchmal auch niedergerissen. Mächtiger noch als die Feder ist der Verstand, die Intelligenz, das Bewusstsein, das die Feder zum Schreiben anweist. An seiner Quelle ist es die mächtigste Kraft im Universum, der vereinte Zustand der Naturkräfte, die Intelligenz, die das riesige und sich ständig ausdehnende Universum regiert. Es ist unser Geburtsrecht als Menschen, diese Quelle, diese Singularität, die die Essenz unseres Selbst ist, zu kennen und sie für das Gute zu nutzen.

Lerschaffen wir eine glückliche, heilethy, wohlhabende Gesellschaft, indem wir unser Selbst kennen lernen. "Erkenne dich selbst" ist die Weisheit der Zeitalter, die es uns erlaubt, die unbezwingbare Kraft des Naturgesetzes zu nutzen, um die ungewollte Entstehung eines Feindes zu verhindern, und wenn es bereits einen Feind gibt, die Feindschaft aus seinem Inneren zu entfernen. Nutzen wir weise die unendliche Kraft der Vereinigung und die Liebe, die in diesem vereinigenden Wert existiert, der uns erlaubt, alles als unser Selbst zu sehen und die Ganzheit in unserer Gesellschaft zu beleben, so dass Konflikte verschwinden und wir schließlich in einer friedlichen, harmonischen Gesellschaft ohne Angst leben.

Die Ausdehnung des Glücks um uns herum ist die Ausdehnung unseres eigenen Glücks, denn tief in uns sind wir alles und jeder. Was ich bin, bist du - was du bist, bin ich. Und wenn wir in uns selbst glücklich sind, wie viel größer wird unser Glück sein, wenn um uns herum jeder Mitmensch in Erfüllung, in Frieden und in Gesundheit lebt?

Die Natur des Lebens ist unbesiegbar und das Leben wird sich immer in eine progressive Richtung entwickeln. Es ist wahr, dass es schwierige Zeiten gibt, Zeiten des Übergangs, in denen Knoten in der Gesellschaft vielleicht entwunden und aufgelöst werden müssen, um Fortschritt zu ermöglichen, aber die Art und Weise, wie diese Knoten beseitigt werden, variiert. Sie kann süß und sanft, fortschrittlich und harmonisch sein, oder sie kann entsetzlich, schädlich, ängstlich und zerstörerisch sein.

Die Natur kann sehr aggressiv sein. Erdbeben, Überschwemmungen und andere Naturkatastrophen unterbrechen manchmal den reibungslosen Ablauf der Jahreszeiten. In der menschlichen Gesellschaft liegt es jedoch an uns, ob diese Übergänge sanft oder rau sind. Wir sind durchaus in der Lage, Meister unseres Schicksals zu werden.

Die Lösung ist also da, das Wissen und die Technologie sind da. Sie ist einfach, und sie kann die positiven Ergebnisse erzielen, die sich die Menschheit so sehr wünscht. In Ermangelung einer Lösung sind wir gezwungen, mit dem zu kämpfen, was wir haben, und uns weiterhin zu fragen: "Was wird mein Morgen sein?" Aber wenn es eine Lösung gibt, können wir uns über die Möglichkeit freuen, die Trends der Zeit von Schmerz, Leiden und Konflikten in Glück, Harmonie, Wohlstand und Frieden zu verwandeln.

Stellen Sie sich zwei Räume vor, von denen der eine seit einem einzigen Tag im Dunkeln liegt und der andere seit tausend Jahren völlig dunkel ist. Nun stellen Sie sich vor, Sie schalten ein Licht ein. In beiden Räumen wird die Dunkelheit sofort vertrieben. Es dauert keine Millisekunde länger, um die Dunkelheit in dem Raum zu beseitigen, der seit tausend Jahren ohne Licht ist. Sie müssen nichts tun, um die Quelle der Dunkelheit zu verstehen, um zu versuchen, sie zu entfernen. Bringen Sie einfach das Licht, und die Dunkelheit verschwindet.

Menschen, die versuchen, sich in einem stockdunklen Raum ihren Weg zu bahnen, werden gegeneinander stolpern; sie stolpern und fallen, verdrehen sich die Knöchel und beschuldigen sich gegenseitig, im Weg zu stehen. Es herrscht Chaos. Dann geht das Licht an, und sie können ihren Weg klar sehen. Sie sehen und wissen, wie sie sich bewegen oder gehen sollen, wie sie vermeiden können, sich gegenseitig zu verletzen, wie sie aufeinander aufpassen sollen. Es ist die einfachste aller Lösungen - bringen Sie das Licht des Lebens und freuen Sie sich, wenn Dunkelheit und Schwierigkeiten verschwinden.

Das auf diesen Seiten dargelegte Wissen über das Bewusstsein und seine Anwendung in den Technologien zur Schaffung von Kohärenz im Individuum und in der Gesellschaft stellt ein neues und anderes Verständnis dar, das sowohl auf altem Wissen als auch auf den modernsten und tiefgreifendsten wissenschaftlichen Prinzipien und experimentellen Überprüfungen basiert. Wir können dieses Wissen heute als friedensstiftendes Werkzeug nutzen, oder wir können endlos warten, während die Welt weiterhin Kriege erlebt und die Regierenden sich weiterhin auf veraltete, meist egozentrische und folglich trennende Lösungen verlassen, die weiterhin scheitern, und die Menschen weiterhin sagen: "Tja, so ist das eben. Das ist die Natur der Dinge."

Irgendwann wird die Zeit kommen, in der Menschen und Nationen diese Technologie nutzen werden, und sie werden zurückblicken und sich über unsere Generation wundern. Werden sie uns im Nachhinein als Narren betrachten, genau wie diejenigen, die Galileo verhafteten, und wie so viele andere, die diejenigen verfolgten, die danach strebten, eine neue Welle des Wissens einzuläuten? Diese Welle des Wissens - wir nennen sie Wissenschaft - kam trotzdem, und veränderte unsere Welt. Es ist Zeit für eine weitere Welle der Transformation, die die Art und Weise, wie wir miteinander und mit unserer gemeinsamen, lebenswichtigen Umwelt umgehen, verbessern und die Welt aufbauen wird, von der alle Männer und Frauen geträumt haben, einen Himmel auf Erden.

Realistisch betrachtet, kann die Dunkelheit von Konflikt und Leid nicht mit einem Lichtblitz verschwinden - aber der Prozess selbst beginnt auf einmal. Egal wie lang die Nacht ist, wenn die Dämmerung anbricht, ist es nicht mehr dunkel.

Bibliographie

(In der Reihenfolge, pro Kapitel)

Kapitel 4

1 . Fairbanks, Arthur . "The First Philosophers of Greece", K . Paul, Trench, Trübner & Co ., GmbH, 1898

2 . Fairbanks, Arthur . "Die ersten Philosophen Griechenlands", ob . cit .

3 . Jeans, James . "The Mysterious Universe", Cambridge University Press, 1930 .

4 . Schrödinger, Erwin . Citado en The Observer y en Psychic Research, 1931 .

5 . Wald, George . "Life and Mind in the Universe", International Journal of Quantum Chemistry, Quantum Biology Symposium 11, 1984.

6 . Wilczek, Frank . "Fantastische Realitäten: 49 Gedankenreisen und eine Reise nach Stockholm", World Scientific Publishing Company, 2006 .

7 . Hobson, Art . "There Are No Particles, There Are Only Fields", American Journal of Physics, 2013 .

8 . Weinberg, Steven . "Facing Up: Science and Its Cultural Adversaries", Harvard University Press, 2001 .

Kapitel 5

9 . Wheeler, John . "The Physicist's Conception of Nature", Mehra, Jagdish, Springer, 1973 .

10 . Pinker, Steven . "Das Gehirn: The Mystery of Consciousness", Time Magazine, 29.

Januar 2007 .

11 . Squire, Larry R . y otros (eds .) . "Fundamental Neuroscience", Academic Press, 2008 .

12 . Chalmers, David. "How Do You Explain Consciousness?", TED Talks, 2014 .

13 . Fodor, Jerry . "The Big Idea: Can There Be A Science of Mind?", The Times Literary Supplement, 3. Juli 1992 .

14 . De Waal, Frans . "Are We Smart Enough to Know How Smart Animals Are?", W . W . Norton & Co ., 2016 .

15 . Jabr, Ferris: "The Science Is In: Elephants Are Even Smarter Than We Realized", Scientific American, 26. Februar 2014.

16 . Balcombe, Jonathan . "What a Fish Knows: The Inner Lives of Our Underwater Cousins", Farrar, Straus & Giroux, 2016 .

17 . Tompkins, Peter und Christopher Bird . "The Secret Life of Plants", Harper & Raw, 1973 .

18 . Pollan, Michael . "The Omnivore's Dilemma", The Penguin Press, 2006 .

19 . Chalmers, David .Toward A Scientific Basis For Consciousness, The University of Arizona, 12. bis 17. April 1994 .

20 . Dennett, Daniel . "Consciousness Explained", Little, Brown & Co ., 1991 .

21 . Wigner, Eugene P. "The Unreasonable Effectiveness of Mathematics in the Natural Sciences", New York University, 1959.

Kapitel 6

22 . Eddington, Arthur S. . "The Nature of the Physical World", MacMillan, 1929 .

23 . Schrödinger, Erwin . "Geist und Materie", Cambridge University Press, 1958 .

24 . Pinker, Steven . "Das Gehirn: Das Mysterium des Bewusstseins", Time Magazine, 29. Januar 2007 .

Kapitel 7

25 . Griffiths, Robert B . "Consistent Histories and the Interpretation of Quantum Mechanics", Journal of Statistical Physics, Springer Science and Business Media LLC, 1984 .

Kapitel 10

26 . Blake, William . ""Auguries of Innocence", 1803 .

Kapitel 11

27.Referenzstudien:

- Travis, Frederick et all . "Patterns of EEG Coherence Power and Contingent Negative Variation Characterize the Integration and Waking States", Biological Psychology - Elsevier, 2001 .

- Mason, L . I . et all .

"Elektrophysiologisches Korrelat höherer Bewusstseinszustände während des Schlafes bei Langzeitpraktizierenden des Programms der Transzendentalen Meditation ,

American Sleep Disorder Association und Sleep Research Society, 1997 .

28 . Hume, David .Treatise of Human Nature, Oxford University Press, 1975 (1740).

Kapitel 12

29 . Abell, Arthur M . "Talks With Great Composers", Biblioteca Filosófica, 1955 .

30 . Marco Aurelio . "Las Meditaciones", Hackett, 1983 .

31 . Merton, Thomas . "New Seeds of Contemplation", The New Directions, 1972 .

32 . Krishna, Gopi . "Kundalini: Die evolutionäre Energie im Menschen", Shambhala Books, 1997 .

33 . El-Sadat, Anwar . "In Search of Identity: Eine Autobiographie", Harper & Row, 1979 .

34 . Pearson, Craig . "The Supreme Awakening", Maharishi University of Management Press, 2016 .

35 . Hammarskjöld, Dag . "Markierungen", Faber & Faber, 1964 .

36 . Ionesco, Eugene . "Gegenwart, Vergangenheit, Gegenwart: A Personal Memoir", Grove Press, 1971 .

37 . Wolff, Charlotte . "On the Way to Myself: Mitteilungen an einen Freund", Methuen, 1969 .

38 . Erfahrungen mit höheren Bewusstseinszuständen durch Praktizierende der Transzendentalen Meditation, 1960-2020

39 . Dukas, Helen y Banesh Hoffman . "Albert Einstein, The Human Side", Princeton University Press, 1979 .

40 . Goodall, Jane . En Reader's Digest, September 2010 .

41 . Mahesh Yogi, Maharishi . "Conversations", MUM Press, Bd . I, 1968 .

42 . Edwards, Jonathan . "Narrative of His Religious History", de C . D . Warner y otros (comps .), The Library of the World's Best Literature. Eine Anthologie in dreißig Bänden, 1917 .

43 . Lehmann, Rosamond . "Schwan am Abend: Fragmente eines inneren Lebens", Harper Collins, 1967 .

44 . Goodall, Joan . "Reason for Hope: A Spiritual Journey", Grand Central Publishing, 1999 .

Kapitel 13

45 . Merrell-Wolff, Franklin . "Die Philosophie des Bewusstseins ohne ein Objekt:

Reflections on the Nature of Transcendental Consciousness", Julian Press, 1977 .

46 . Merrell-Wolff, Franklin . "Pathways Through To Space", Julian Press, 1973 .

47 . Krishna, Gopi . "Living with Kundalini: The Autobiography of Gopi Krishna", Shambhala Dragon Editions, 1993 .

48 . Norman, Mildred . "Peace Pilgrim: Her Life and Work in Her On Words", Ocean Tree Books, 1983 .

49 . Carpenter, Edward . "The Drama of Life and Death: A Study of Human Evolution and Transfiguration", Mitchell Kennerley, 1912 .

50 . Kuhn, Thomas . "The Structure of Scientific Revolutions", University of Chicago Press, 1962 .Kapitel 11

Kapitel 14

51 . Laplace, Pierre-Simon . "A Philosophical Essay on Probabilities", J . Wiley, Chapman & Hall, 1902 .

Kapitel 20

52 . Nader, Tony . "Humanphysiologie - Ausdruck des Veda und der vedischen Literatur"; "Ramayan in der Humanphysiologie", u.a. . Maharishi International University Press, 2014 und 2011 .

53. A double blind randomized controlled trial of maharishi Vedic vibration technology in subjects with arthritis; Tony a. Nader, et al. Frontiers in bioscience 6, h7-17, april 1, 2001

54. Effects of maharishi Vedic vibration technology on chronic disorders and associated quality of life; Sanford I. Nidich et al. Frontiers in Bioscience 6, h1-10, April 1, 2001



(((Geht in Kapitel 19)))

"Dieses Diagramm veranschaulicht die analytische und synthetische Reise. An der Spitze der Pyramide befindet sich die Fülle des reinen Bewusstseins als Singularität. Allmählich entstehen immer mehr begrenzte, aber immer zahlreichere Perspektiven, die den Körper der Pyramide bilden. Sie bleiben virtuell im Absoluten, werden aber real als Partikel, Atome, Moleküle... im Manifesten. Jenseits der am meisten begrenzten Perspektiven am Fuß der Pyramide gibt es das Nichts - das Konzept des Nicht-Bewusstseins".



(((Geht in Kapitel 15)))

1. N. v. T.: Mehr als sechshundert wissenschaftliche Studien, die an zweihundertfünfzig Universitäten und unabhängigen Institutionen in dreiunddreißig Ländern durchgeführt und in mehr als einhundert der weltweit führenden wissenschaftlichen Zeitschriften veröffentlicht wurden, dokumentieren die nachgewiesenen Vorteile in allen Lebensbereichen . Siehe zum Beispiel: https://research.miu.edu/tm-technique/; https://www.tm.org/research; https://www.davidlynchfoundation .org/research.html.

   [↑](#footnote-ref-1)
2. Zwei dieser Ergebnisse sind:

   1. Der "Erweiterte Maharishi-Effekt", der 1978 entdeckt wurde, bezieht sich auf die Gruppenpraxis der Transzendentalen MeditationTM und des Sidhis-MT-Programms durch die Quadratwurzel von 1 % der Bevölkerung an einem Ort. Dies erzeugt Kohärenz im kollektiven Bewusstsein, was positive Trends und Fortschritt für die Gesellschaft begünstigt. Die Quadratwurzel von 1% der Weltbevölkerung reicht aus, um gesellschaftlichen Stress zu reduzieren. Stress im kollektiven Bewusstsein schürt nicht nur Terrorismus und Krieg, sondern erzeugt auch Kriminalität, wirtschaftliche Instabilität und staatliche Inkohärenz. Durch den Abbau sozialer Spannungen mit großen Gruppen von friedensschaffenden Experten wird der tiefgreifende Nutzen für die Gesellschaft in allen Bereichen demonstriert.

   2. In der Quantenmechanik schließt ein Supraleiter, das kohärente Funktionieren von Elektronen, spontan ein störendes und äußeres Magnetfeld aus. Dieses Phänomen ist als "Meissner-Effekt" bekannt. Das System bleibt undurchdringlich, weil in ihm keine chaotische Aktivität stattfinden kann. Gewöhnliche elektrische Leiter sind nicht undurchdringlich, weil die Aktivität der inkohärenten Elektronen das Eindringen eines äußeren Magnetfeldes erlaubt. Wenn 1% der Teilchen eines Metalls polarisiert werden, wird das ganze Material polarisiert. Etwas Ähnliches geschieht mit Wasser, wenn es gefriert und mit anderen Phänomenen der Natur.

   [↑](#footnote-ref-2)
3. Kohärenzgruppen: Siehe https://www.permanentpeace.org [↑](#footnote-ref-3)