

# SCHULE OHNE STRESS

Bewusstseinsbezogene Bildung für erfolgreiches Lernen

---

[www.SchuleohneStress.de](http://www.SchuleohneStress.de)

## **PRESSEMAPPE INHALT:**

Presseeinladung  
Vita Dr. Ashley Deans  
Vita Dr. Eckart Stein  
Pressestimmen  
Internetrecherche  
Abbildungen zum Download  
Konferenz-Flyer  
Broschüre: Bildung und Bewusstsein

# SCHULE OHNE STRESS

---

Maharishi Weltfriedens-Stiftung • Grotisches Palais • Sophienstraße 7 • 30159 Hannover  
Tel.: 0511 - 3539 7054 • Fax: 0511 - 1235 7281 • Konferenz@SchuleohneStress.de

[www.SchuleohneStress.de](http://www.SchuleohneStress.de)

## EINLADUNG ZUR PRESSEKONFERENZ

### **Schule ohne Stress für erfolgreiches Lernen**

#### **Entfaltung von Kreativität und Intelligenz durch Bewusstseinsbezogene Bildung**

##### **Dr. Ashley Deans**

Direktor der vielfach ausgezeichneten Maharishi School, Fairfield, Iowa, USA  
Physiker und Pädagoge, Experte für *Bewusstseinsbezogene Bildung*  
Buchautor: „*Record of Excellence*“

##### **Dr. habil. Eckart Stein**

Physiker und Pädagoge  
Direktor der Unbesiegbareitschule Hannover, Privatschule iG

Dezember 2006

Sehr geehrte Redakteurin, sehr geehrter Redakteur,

*Bewusstseinsbezogene Bildung* hat ihre Leistungsfähigkeit an weltweit mehr als 200 Schulen und Hochschulen seit vielen Jahren erwiesen. Sie führt in allen Stufen und allen Bereichen der Bildung und Erziehung zu einzigartigen pädagogischen Resultaten, die über die Verbesserung schulischer Leistungen hinaus eine Zunahme von Intelligenz und Kreativität, verbessertes Sozialverhalten und eine deutliche Abnahme von Gewaltbereitschaft bewirkt. Und der besondere Vorteil: *Bewusstseinsbezogene Bildung* lässt sich ohne größeren Aufwand in jede Schulform unseres Bildungssystems integrieren.

Dr. Ashley Deans ist der weltweit führende Experte in *Bewusstseinsbezogener Bildung*. Im September dieses Jahres sprach er auf Einladung der chinesischen Regierung auf einer Bildungskonferenz in Beijing und in verschiedenen Hochschulen und Schulen Chinas zu Tausenden von Experten aus dem Bildungsbereich. Er überzeugte Politiker und Pädagogen von dem auf Bewusstsein gründenden Bildungsansatz und zahlreiche Schulen und Hochschulen in China haben begonnen, *Bewusstseinsbezogene Bildung* in ihren Lehrplan zu implementieren.

Deans ist Direktor der vielfach ausgezeichneten Maharishi School, Fairfield, Iowa, USA. Seine Vortragsreisen führten ihn um die ganze Welt. Erfreulicherweise konnten wir Dr. Deans jetzt auch für eine Vortragsreise durch Deutschland gewinnen.

#### Gesamtheitliche Funktion aller Gehirnareale

Die wissenschaftliche Bestätigung seiner außergewöhnlich positiven Erfahrungen mit einer Vielzahl von Schülergenerationen, die in Hundertern von Wettbewerben Preise, Auszeichnungen und Pokale für exzellente Leistungen in einem breiten Spektrum von Fachbereichen gewonnen haben, wird Dr. Deans an Hand von überzeugenden Forschungsergebnissen erbringen, die eindrucksvoll die Auswirkungen

*Bewusstseinsbezogener Bildung* auf die Struktur und Funktionsweise des Gehirns zeigen. Diese Ergebnisse weisen eindeutig auf eine gesamtheitliche Funktionsweise aller Gehirnareale der Schüler und Studenten hin. Daraus resultiert neben der systematischen Entfaltung von Kreativität und Intelligenz auch eine harmonische Entwicklung der gesamten Persönlichkeit der jungen Menschen. Besonders hervorzuheben sind:

- Verbesserung schulischer Leistungen
- Zunahme von Intelligenz und Kreativität
- größere emotionale Stabilität, weniger Angst
- verbessertes Sozialverhalten
- Abnahme von Gewaltbereitschaft und Suchtgefahr
- Abnahme von Lernstörungen und Verhaltensauffälligkeiten.

Angesichts des weiter sinkenden Standards unseres deutschen Bildungssystems, halte ich es für dringend erforderlich, *Bewusstseinsbezogene Bildung* für unser Land zu nutzen. Mit meiner Initiative „Schule ohne Stress“ möchte ich dieses System in Deutschland an staatlichen und privaten Schulen einführen, um Spitzenleistungen im gesamten Spektrum der schulischen Fächer wieder zur alltäglichen Erfahrung zu machen, und sehe den Besuch Dr. Deans' auch als Auftakt für die Gründung privater Schulen, die auf diesem zukunftsweisenden Bildungsansatz basieren.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Eckart Stein

weitere Informationen: [www.SchuleohneStress.de](http://www.SchuleohneStress.de)

---

## VORTRAGSTERMINE:

**MÜNCHEN: Sonntag, 3. Dezember, 15.00 Uhr**

Hotel Königshof am Stachus, Karlsplatz 25

**TÜBINGEN: Montag, 4. Dezember 20.00 Uhr**

Hotel Stadt Tübingen, Stuttgarter Straße 97

**STUTTGART: Dienstag, 5. Dezember, 19.30 Uhr**

Steigenberger Graf Zeppelin, Arnulf-Klett-Platz 7

**SAARBRÜCKEN: Mittwoch, 6. Dezember, 19.00 Uhr**

Hotel am Triller, Trillerweg 57

**WIESBADEN: Donnerstag, 7. Dezember, 15.00 Uhr**

Dorint Sofitel Pallas Wiesbaden, Auguste-Viktoria Straße 15

**FRANKFURT: Donnerstag, 7. Dezember, 20.00 Uhr**

Johann-Wolfgang-Goethe-Universität Frankfurt

Campus Westend – Hauptgebäude – Raum 251

Eingang Fürstenberger Straße

**ERFURT: Freitag, 8. Dezember, 16.00 Uhr**

Ibis Hotel, Barfüßerstraße 9

**HAMBURG: Samstag, 9. Dezember, 16.00 Uhr**

Gästehaus der Universität Hamburg,

Rothenbaumchaussee 34

**HANNOVER: Sonntag, 10. Dezember, 16.00 Uhr**

Grotesches Palais - Unbesiegbareitsschule Hannover

Sophienstraße 7

**BERLIN: Mittwoch, 13. Dezember, 19.00 Uhr**

Russisches Haus der Wissenschaft und Kultur, Musiksaal,

Friedrichstraße 176-179

**DÜSSELDORF: Donnerstag, 14. Dezember, 16.00 Uhr**

Heinrich-Heine-Universität, Hörsaal 5M, Gebäude 25.31

Universitätsstraße 1

**BONN: Freitag, 15. Dezember 16.00 Uhr**

Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn

Hörsaal XVI - Uni Hauptgebäude, Am Hof 1

## Dr. Ashley Deans



Dr. Deans ist seit 1991 Direktor der Maharishi Schule des Zeitalters der Erleuchtung in Fairfield, Iowa, USA.

Hunderte von Präsentationen und eingeladenen Vorträgen haben ihn um die ganze Welt geführt: In den USA, Kanada, in Europa, in China hat er an Universitäten und Forschungseinrichtungen über Bewusstseinsbezogenen Bildung referiert und tausenden von Menschen die Vorzüge einer Bildung nähergebracht, die das vollständige Gehirnpotenzial der Studenten und Schüler entwickelt, und Stress als den Nährboden für Kriminalität, Terrorismus und Krieg auf fundamentale Weise verringert.

Dr. Deans, ist Physiker. 1976 hat er seinen PhD in "Upper Atmospheric Physics" am Centre for Research in Experimental Space Science der York University, Toronto, Kanada gemacht. Seit 1984 ist er außerordentlicher Professor für Physik an der Maharishi University of Management, Fairfield Iowa, und seit 1991 Direktor der Maharishi Schule des Zeitalters der Erleuchtung in Fairfield, Iowa, USA.

Veröffentlichungen von ihm sind erschienen in:

*Journal of Geophysical Research, Planetary and Space Science, Canadian Journal of Physics, Physics Letters B, Physical Review Letters, Track and Field Journal, Medecin Du Quebec, Journal of Crime Psychology and Law.*

Preise und Auszeichnungen umfassen unter anderem:

*Sears-Roebuck Foundation Teaching Excellence and Campus Leadership Award.  
Enlightened Educator Award.  
National Research Council of Canada Post Graduate Fellowship.  
Royal Air Force University Scholarship.*

Buchveröffentlichung:

*A Record of Excellence: The Remarkable Success of Maharishi School of the Age of Enlightenment, MUM Press, Fairfield, IA 52557.*

## Dr. habil. Eckart Stein



Dr. Stein ist Theoretischer Physiker und Experte auf dem Gebiet der Quantenchromodynamik.

Dr. Eckart Stein hat bahnbrechende Forschungsarbeiten auf dem Gebiet der Quantenchromodynamik an der Johann-Wolfgang-Goethe Universität Frankfurt, der Universität Regensburg und am „*Istituto Nazionale di Fisica Nucleare*“ in Turin geleistet.

Eingeladene Vorträge, Forschungsaufenthalte und Konferenzbesuche haben ihn an die bedeutendsten internationalen Forschungseinrichtungen und Universitäten geführt, wo er mehr als 40 Vorträge gehalten hat. Zu diesen Instituten zählen unter anderem das *Europäische Kernforschungszentrum* in Genf (CERN), das *Deutsche Elektronen Synchrotron in Hamburg* (DESY), die *Thomas Jefferson National Accelerator Facility* (TJNAF), Virginia, das *Brookhaven National Laboratory* (BNL), New York, das *Massachusetts Institute of Technology* (MIT), Boston, und das *Joint Institute of Nuclear Research* (JINR) in Dubna, Russland.

Dr. Steins Veröffentlichungen sind in den führenden wissenschaftlichen Zeitschriften, unter anderem *Physical Review, Physics Letters* und *Nuclear Physics*, erschienen und in mehr als 550 wissenschaftlichen Arbeiten zitiert worden. Darüber hinaus ist er Koautor eines englischsprachigen Standard-Lehrbuchs der Quantenchromodynamik.

Dr. Stein hat 1996 an der Universität Frankfurt mit „*summa cum laude*“ promoviert und 2002 an der Universität Regensburg habilitiert. Seit Juni 2001 ist er außerordentlicher Professor an der *Maharishi University of Management*, wo er über das Verständnis des menschlichen Bewusstseins aus der Sichtweise der uralten Tradition des Veda und aus der Sichtweise der modernen Physik arbeitet. Seit Oktober 2006 ist er Direktor der Unbesiegbareitschule Hannover, einer Privatschule iG.

# PRESSESTIMMEN

Siehe: <http://www.schuleohnestress.de/MAHARISHI-PRESSESTIMMEN-1-PRESSESTIMMEN.html>

*Teachers Magazine, 1. September 2006*

**„Machen Sie ihre Meditation“**

**Filmemacher David Lynch befindet sich auf einer Mission, um erleuchtetes Lernen zu verbreiten**

Der für seinen surrealistischen Stil bekannte Regisseur David Lynch hat über ein Dutzend Filme gedreht, u.a. The Elephant Man, Blue Velvet und bald erscheint Inland Empire. Er ist auch der Schöpfer von Twin Peaks, dem TV Serien-Hit der 90er. Letztes Jahr rief er die David Lynch Foundation for Consciousness-Based Education and World Peace ins Leben, die für Schüler der 4. bis 12. Jahrgangsstufe die Mittel zur Verfügung stellen, um die Transzendente Meditation zu lernen.

Bei der von Maharishi Mahesh Yogi entwickelten Technik sitzt man mit geschlossenen Augen da und wiederholt still ein Mantra. Bis heute hat Lynchs Stiftung ungefähr 500 Schülern und 50 Lehrern geholfen zu lernen, wie man meditiert, und weitere 1500 werden in diesem Herbst beginnen. Befürworter der TM sagen, die Praxis verbessert die Konzentration, baut Stress ab und weckt Kreativität und Intelligenz...

*Die Welt, 31. Januar 2006*

**Meditieren mit Lynch**

US-Regisseur David Lynch stellte in Berlin seine „Stiftung für Bewusstseinsbezogene Bildung und Weltfrieden“ vor. Der grosse amerikanische Filmregisseur David Lynch (60, „Wild at Heart“) erklärt seine rätselhaften Filmen nicht gern. Umso überraschender wirken die Beredtheit und die Leidenschaft, die er darauf verwendet, etwas zu erklären, was viele Menschen noch weniger kapieren: die Transzendente Meditation, die Lynch selbst seit mehr als 30 Jahren praktiziert. In der Deutschen Film- und Fernsehakademie redete er vor Filmstudenten über „Bewusstsein, Kreativität und das Gehirn“, um damit für das gewaltige Projekt seiner „David Lynch Foundation“ zu reden, die Studenten in aller Welt in die Technik der transzendentalen Meditation (TM) einweisen lassen will...

*International Herald Tribune, 15. Febr. 2005*

**Transzendente Meditation hilft Schülern und Studenten**

Eine neue wissenschaftliche Studie spricht offenbar für das Lehren der Transzendentalen Meditation an US-Schulen. Sie zeigt, dass diese ein

Mittel ist, die Konzentration der Lernenden zu verbessern und deren körperliches und geistiges Wohlbefinden zu fördern. Befürworter sagen, dass Schüler, die täglich meditieren, ruhiger, weniger abgelenkt und weniger gestresst sind und weniger zu gewalttätigem Verhalten neigen...

*USA Today, 2. April 2004*

**Studie: Meditation bei Bluthochdruck von Teenies**

Eine Studie des Medical College of Georgia erbrachte, dass zwei 15minütige Meditationssitzungen täglich – eine zu Hause, die andere in der Schule – Teenies halfen, ihren Blutdruck innerhalb von vier Monaten zu senken. Der Blutdruck sank auch weitere vier Monate nach Ende der Meditationssitzungen noch [in Richtung Normalwert] ab, sagten Wissenschaftler...

*Business Week, 29. März 2004*

**Meditation for Moppets**

Gestresste Kids finden in Meditationstechniken wie TM Erleichterung. Jeden Morgen und Nachmittag sitzt der 12jährige Haid Monokian in seinem Zimmer, schliesst die Augen lässt sich nicht von seinem Mantra ablenken. Der Schüler aus Morganville, New Jersey, mit lauter Einsen glaubt, dass Transzendente Meditation ihm hilft, mit seinem mit Schule, Musikunterricht, Basketball, Karate, Schachklub vollgepackten Tag und dem Druck im Leben eines Teenagers gelassen umzugehen. „Wenn ich mich durch irgendetwas gestresst fühle,ühl ich mich [durch TM] besser“, ...

*El Diario (New York, USA), 8. Juni 2004*

**Medikation oder Meditation?**

Ein Bericht, der Mitte Mai von Medco, eine der größten Gesundheitsorganisationen des Landes, herausgegeben wurde, stellt einige überraschende Ergebnisse vor. In nordamerikanischen Familien wird das meiste Geld für Medikamente für Kinder nicht mehr für Antibiotika ausgegeben sondern für Medikamente zur Behandlung des Verhaltens. Die Tatsache, dass eine ganze Generation mit einer solch hohen Abhängigkeit von Medikamenten zur Behandlung von Verhaltensproblemen aufwächst, ist alarmierend und erfordert eine ernsthafte Suche nach Alternativen. Gruppen von Eltern, Pädagogen und Ärzten in verschiedenen Teilen des Landes sehen eine solche Alternative in Meditation, insbesondere in der Praxis der Transzendentalen Meditation

(TM) im Unterricht, nach dem Unterricht oder in privat geleiteten Schulen...

*NBC Alabama (USA), 7. Juni 2004*

### **Schule bietet Transzendente Meditation für ADHD-Schüler an**

An der Chelsea-Schule in Silverspring, Maryland, probieren 10 Schüler mit ADHD Transzendente Meditation. Die Schule nimmt an einer dreimonatigen Studie teil, die zeigen soll, ob Meditation Kindern helfen kann, mit den Belastungen ihrer Störung fertig zu werden.

Die Leiterin des Projekts Dr. Sarina Grosswald sagte: „Transzendente Meditation ist eine geistige Technik, die dem Geist ermöglicht, zur Ruhe zu kommen – und wenn der Geist zur Ruhe kommt, kommt der Körper zur Ruhe.“

Zur-Ruhe-Kommen ist eins der Probleme von Kindern, die an ADHD leiden, sie haben meist Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren und zuzuhören...

In Chelsea treffen sich die Schüler der Pilotstudie zweimal am Tag zur Meditation und sie sagen, dass es hilft.

Taylor David, ein Schüler, sagt: „Es hilft mir, meine Hausaufgaben zu machen und bei meinen Beziehungen zu Freunden.“

„Es hat mir geholfen, nicht so von meiner Arbeit frustriert zu sein, nicht so frech zu den Lehrern zu sein und im Grunde, einfach ein normaler Teenager zu sein“, sagte Scott Schwartzmann. Die schulische Leitung der Chelsea-Akademie sagt, das Meditations-Programm nutzt der ganzen Schule...

*Business Week (USA), 29. März 2004*

### **Meditation for Moppets Gestresste Kids finden in Meditationstechniken wie TM Erleichterung.**

Jeden Morgen und Nachmittag sitzt der 12jährige Haid Monokian in seinem Zimmer, schließt die Augen, lässt sich nicht von seinem Mantra ablenken. Der Schüler aus Morganville, New Jersey, mit lauter Einsern glaubt, dass Transzendente Meditation ihm hilft, mit seinem von Schule, Musikunterricht, Basketball, Karate, Schachklub voll gepackten Tag und dem Druck im Leben eines Teenagers gelassen umzugehen. „Wenn ich mich durch irgendetwas gestresst fühle, dann fühl ich mich nach [TM] besser“, ...

*The New Yorker (USA), 22. März 2004*

### **Höheres Lernen – Maharishi Präp**

Von Rebecca Mead

... Auf der Pressekonferenz bezeugten die verschiedensten Pädagogen und Wissenschaftler die

Heilkräfte von TM: Gary Kaplan, der Direktor für Klinische Neurophysiologie am North Shore University Hospital auf Long Island, sprach von der „Kohärenz der Aktivität zwischen den Hemisphären sowie zwischen vorderen und hinteren Bereichen des Gehirns“, während Jane Roman Pitt, wissenschaftliche Assistentin am Institute of Science, Technology and Public Policy in Fairfield, Iowa, die Vorteile für den Laien verständlicher ausdrückte: „In einen Raum zu kommen und hundert Mittelstufenschüler in einem Zustand der Stille – tiefer, reiner Stille, die man fühlen und hören kann – zu sehen, ist wunderbar“, sagte sie...

*Barron's (USA), 8. März 2004*

### **Mantras for Minors Move Over, Medication, Meditators May Be Coming**

von Robin G. Blumenthal

Im Schulwesen von New York City gibt es nicht zu knapp Probleme: Gewalt, High-School-Absolventen, die Analphabeten sind, und Budgetbeschränkungen, um nur einige zu nennen. Doch eine Gruppe von Eltern, Pädagogen und Ärzten, die sich selbst das New York Committee for Stress-Free Schools nennen, haben sich zusammengesetzt, um eine ganz neue Art des Lernens im Unterricht einzuführen, von der sie sagen, sie vermindert Stress, verbessert die Leistungen und könnte potentiell zu geringerem Medikamentenkonsum führen: Transzendente Meditation, oder TM...

*Daily Mail, 28. Januar 2002*

### **Die jüngsten Yogis Maharishi-Technik verhilft Schule an die Spitze der Prüfungstabelle**

...Ein führendes Mitglied der Nationalen [britischen] Gesundheitsbehörde (NHS) meint nun, dass Schulen Meditation unterrichten sollten, um die Angst von Teenagern zu bekämpfen und Kinder von Drogen fernzuhalten. Professor John Ashton, Direktor von NHS North West, gab diesen Kommentar ab, nachdem er eine Schule in Skelmersdale in der Grafschaft Lancashire besucht hatte...

*Liverpool Echo, 12. Januar 2002*

### **Meditation – der Weg zu guten Noten**

Wenige Schulen können sich mit dem Rekord einer Durchfallquote von Null Prozent bei den GCSE Prüfungen (Mittlere Reife) hervortun. Aber die Maharishi School of the Age of Enlightenment erbringt schulische Spitzenleistungen mit besseren Ergebnissen als Schulen wie Eton und Westminster...

# INTERNETRECHERCHE

Weitere Links siehe:

<http://www.schuleohnestress.de/MAHARISHI-LINKS-1-LINKS.html>

**Schule ohne Stress in Deutschland:** [www.SchuleOhneStress.de](http://www.SchuleOhneStress.de)

**Schule ohne Stress in Österreich:** [www.SchuleOhneStress.at](http://www.SchuleOhneStress.at)

**Erfolgreiches Lernen an stressfreien Schulen, Schweiz:** [www.BewusstseinsBildung.ch](http://www.BewusstseinsBildung.ch)

**Vereinigung für Bewusstseinsbezogene Bildung (englisch):** [www.cbeprograms.org](http://www.cbeprograms.org)

**Bewusstseinsbezogene Bildung - Prinzipien, Pädagogik, wiss. Forschung (englisch):**  
[www.mum.edu/ed\\_dept/papers/cbepr\\_frm.html](http://www.mum.edu/ed_dept/papers/cbepr_frm.html)

**Spezielle Lernprobleme - ADS-Syndrom (englisch):**  
<http://www.brainresearchinstitute.org/research/adhd/index.html>

**Wissenschaftlicher Hintergrund:** [www.VedischeWissenschaft.de](http://www.VedischeWissenschaft.de)

## UNIVERSITÄTEN:

**Maharishi University of Management:** [www.mum.edu](http://www.mum.edu)

**Maharishi University of Management and Technology; Indien:** [www.mumt.com](http://www.mumt.com)

**Maharishi Open University (Tele-Universität):** [www.mou.org](http://www.mou.org)

**Maharishi Vedic University:** [www.maharishi.org](http://www.maharishi.org)

## MAHARISHI-SCHULEN:

**Maharishi-Schule Lancashire (Großbritannien):** <http://www.maharishischool.com/welcome/>

**Maharishi-Grundschule Lelystad (Holland):** <http://www.sidhadorp.nl/school/>

**Maharishi-Schule (Iowa, USA):** [www.MaharishiSchoolIowa.org](http://www.MaharishiSchoolIowa.org)

**Ideal Girls School (Iowa, USA):** <http://www.idealgirlsschool.org/>

# FOTOS UND GRAFIKEN

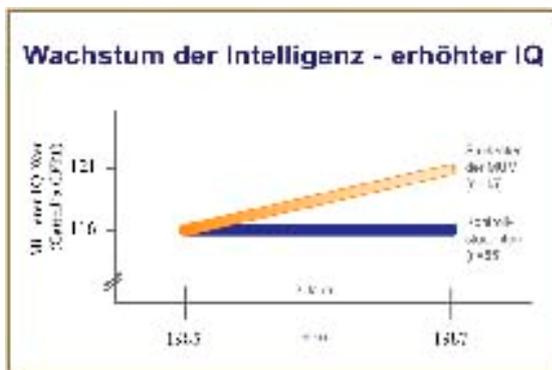
als Download verfügbar unter: [www.SchuleOhneStress.de](http://www.SchuleOhneStress.de)



Pressefoto Dr. Ashley Deans

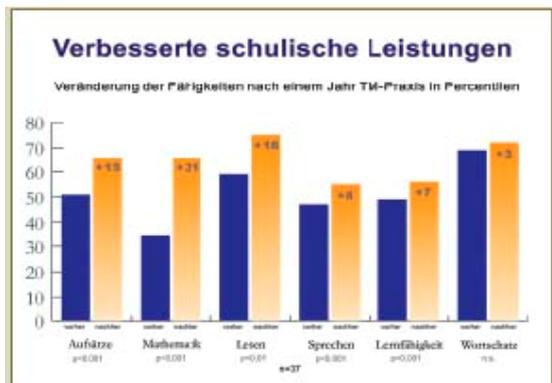


Pressefoto Dr. habil Eckart Stein



Wachstum der Intelligenz - Erhöhter IQ

Erhöhung des IQ: raschere lösungsorientierte Entscheidungsfindung bei Transzendente Meditation ausübenden Schülern. *Personality and Individual Differences* (1991):12, 1105.



Verbesserte schulische Leistungen

Deutliche Leistungsverbesserung bei TM ausübenden Mittelschülern. *Education* 107: 49, 1986.