

The boards of directors and managers are also practising TM at Matsuya Department Store, one of Japan's best-known shopping emporiums; Skylark, Japan's largest restaurant chain; and Kyocera, the manufacturer of Yashica cameras.

Dr Hideo Itoh, an industrial doctor for the Toyota Motor Company, says, 'TM improves the integrity and functioning of the whole brain physiology. It is very useful in increasing creativity and relieving mental tension and pressures of the mind.'

TM Conferences Attract Top Japanese Executives and Scientists

Much of the interest shown in TM by Japanese corporations is attributed to Yukio Funai, a well-known business consultant. Conferences organized by Mr Funai in Osaka and Tokyo have attracted more than 1,000 top executives and scientists.

'Matter, mind, and information are the same at the ultimate level, which physics calls the unified field of natural law,' Mr Funai says. 'TM is the simplest way to contact this ultimate level and gain mastery of natural law. It brings right intuition and support of nature. TM is the genuine path to live a life in tune with natural law and thereby establish perfect health.'

Dr Yasuo Matsuki is President and Director of the Research Institute of Geriatric Disease at the Akasaka Clinic in Tokyo. He is in charge of health care services for more than 50,000 people at 350 of Japan's largest corporations and institutions, including ministries of the Government of Japan. He notes that Transcendental Meditation is one aspect of a complete system of natural health care called Maharishi Ayur-Veda.

At a medical conference organized by his institute, which attracted leading medical doctors and officials from the Ministry of Health, Dr Matsuki commented, 'We medical doctors should pay more attention and should thoroughly investigate Maharishi Ayur-Veda's potential to create perfect health.'

Dr Hatoyama, Ph.D., a member of Japan's parliament, sees in Maharishi Ayur-Veda an answer to health problems throughout Japanese society.

'A new paradigm of the human mind and body is blossoming through Maharishi's technology,' Dr Hatoyama says. 'It is my desire and responsibility to establish Maharishi Ayur-Veda Health Centres in my constituency to take care of the collective health of everyone.'

1978

BUILDING HIGH-PERFORMANCE PEOPLE

Through the Mahanishi Technology
of the Unified Field

First Course

The Transcendental Meditation Program

*Transcendental Meditation
has done more for our
people—and our produc-
tivity—than anything we have
ever tried.”*

R. W. Montgomery, Jr.
President, H. A. Montgomery Co.
Detroit, MI





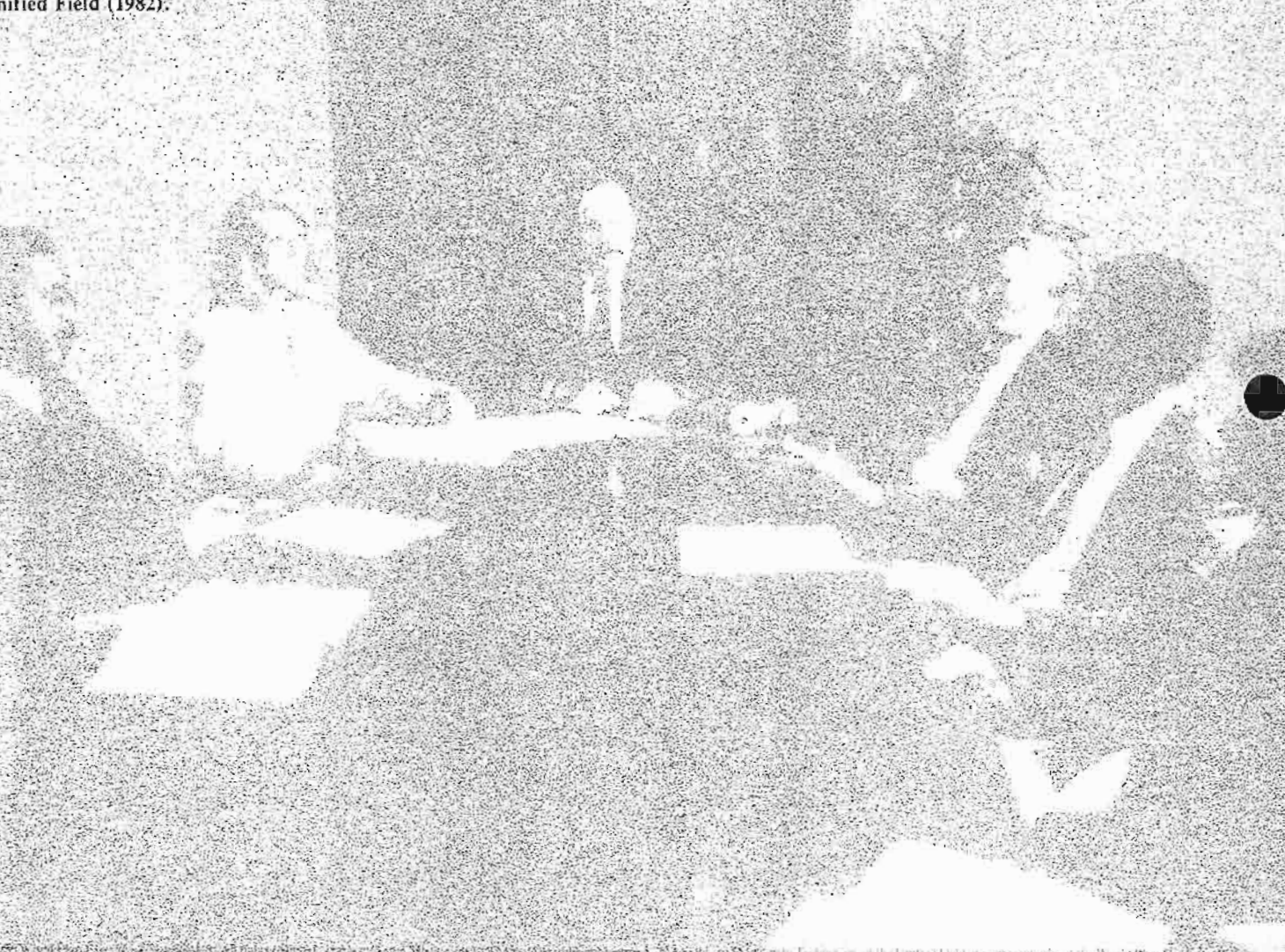
MAHARISHI MAHESH YOGI

Co-founder of the Transcendental Meditation Program (1957); Founder of the Maharishi Technology of the Unified Field (1982).

“**T**he secret of success in business is creativity. The urgent need in business today is to develop the field of creativity that lies deep within each individual. Through the Technology of the Unified Field, the awareness of the individual comes into contact with this field of unlimited creativity, pure consciousness, which is the unified field of all the laws of nature.

“The spontaneous result of this regular experience is that the infinite dynamism and organizing power of nature are made available in daily life. Application of this technology will ensure that the goal of business, which is to bring prosperity, progress and fulfillment to individuals and to society as a whole, is achieved.”

—**Maharishi Mahesh Yogi**





"Monotony is a killer. TM is not only refreshing and revitalizing, but it also gets you to a place where the mind thinks more comprehensively—it opens the doors to creativity. The result is that you find yourself taking bold new steps in directions you might not have taken before."

—Stanley J. Goodman
CEO (ret.), The May Department Stores Co.
President, Top Management Services
St. Louis, MO



"After every meditation one feels more energetic, relaxed and happier. These benefits clearly translate into more success in business and greater fulfillment in life. Three years ago our branch was #250 in the firm. Since that time, there has been a significant increase in the number of our brokers practicing TM. Now we are #1. I feel that this increase in the number of meditators is a key factor in our achievement."

—Charles Lieb
Vice President
E.F. Hutton
Washington, DC

BUILDING HIGH-PERFORMANCE PEOPLE

Profits depend on people. The Corporate Development Program produces high-performance people. We use the most powerful and well-researched human development program—the Maharishi Technology of the Unified Field, which includes the Transcendental Meditation (TM) technique. Research has demonstrated that the TM program:

1 **Increases productivity**
By increasing the intelligence and creativity of each employee

2 **Cuts health-related costs**
By improving the health of the work force

3 **Improves teamwork**
By relieving stress and tension and increasing harmony in the workplace.

Success and Satisfaction— for your people and your company. . .

The Corporate Development Program (CDP) gives you the key to high performance by unlocking the full potential of your people. Now there is one simple program to:

- 1 Increase productivity
- 2 Reduce health-related costs
- 3 Improve teamwork
- 4 . . . all in a single stroke.

CDP utilizes the best and most thoroughly researched human development program—the Transcendental Meditation technique, the first course in the Maharishi Technology of the Unified Field.

Tested and validated in hundreds of research studies and in the lives of millions of people, TM is a simple procedure that refreshes and revitalizes the mind and body. The result is improved performance and better quality of life—for your company and your people.

INCREASED PRODUCTIVITY



“TM is the single most important part of being a peak performer. It gives you the ability to excel in an environment of stress, to make rapid decisions based on rapid changes, and to do so functioning very well.”

Christopher Hegarty
President
Hegarty and Associates
San Francisco, CA



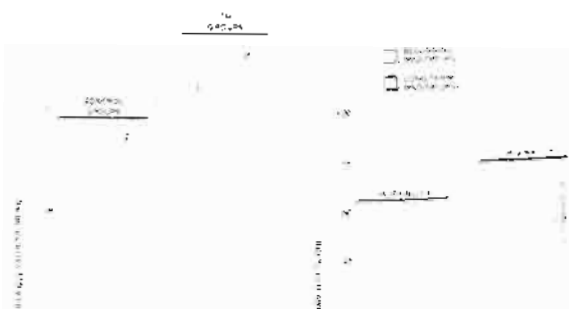
“TM made my company more profitable than at any time in its 80-year history. Absenteeism is down 89%, productivity is up 52%, and sales are up 120%. It's one simple program—one lever to pull—that can improve your entire organization.”

R. W. Montgomery, Jr.
President
H. A. Montgomery Co.
Detroit, MI

Improved Performance

Increased
Productivity

Increased
Creativity



Reputated studies have shown that the TM technique improves productivity, performance, and creativity. Other studies have shown that the brain and nerves begin to function more effectively, producing greater results.
REFERENCES: 1) Friend, University of Chicago, *Scientific Research on Transcendental Meditation Program*, Collected Papers, Vol. 1 (1976), University of California, California State University at Long Beach, *Scientific Research on TM*, Collected Papers, Vol. 1 (1976), 411-454

BETTER HEALTH



"Transcendental Meditation is the only technique which has been shown to consistently reduce the major risk factors of heart disease and stroke. It is the most effective technique to eliminate and prevent problems caused by stress, as well as to slow and even reverse the aging process. I recommend it to my patients."

Tony Abounader, M.D.
Dept. of Endocrinology
Harvard Medical School
Massachusetts General
Hospital, & MIT



"TM improves the integrity and functioning of the whole brain physiology and is very useful to increase creativity and relieve the tension and pressure of the mind."

Hideo Itoh, M.D.
Industrial Doctor
Toyota Motor Co.
Japan

IMPROVED TEAMWORK



"When we started the TM program, I noticed that people began to work more in terms of a group and as a whole, sharing ideas and trying to accomplish the goals of the department together as a group. I felt that this was a significant positive change."

Janice Orlandi
Vice President
Celebrity, Inc.
New York, NY



"I started TM to help my career, and there is no question that it has done that. I'm better able to handle pressure, I'm more clear and creative, and I get along with people better than ever before. But over the years one of the greatest benefits has been to my family life."

Don Weber
President
Financial Guardian
Group, Inc.
Kansas City, MO

Reduced Health-Related Costs

50% Less Health
Care Utilization

Reversal
of Aging

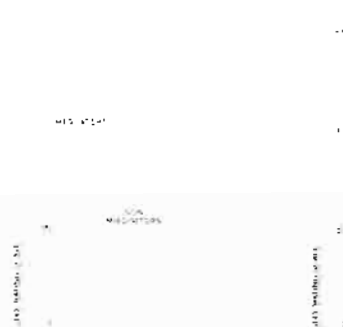


Statistics from a major insurance company show that people who practice the TM technique utilize their insurance significantly less than people in other groups. Research also shows a decrease in biological age correlated with the length of time practicing the TM technique. Thus, the risk of losing key personnel is reduced. REFERENCES: 1) Orme-Johnson, WU, "Reduced Health Insurance Utilization Through the TM Program", Prepublication manuscript, (1986); 2) Wallace, et al., *International Journal of Neuroscience*, 30(1): 53-58 (1982).

Better Relations

Improved Relations
with Supervisors

Improved Relations
with Co-Workers



A study published in the *Academy of Management Journal* and replicated at the University of Chicago shows that TM improves office harmony and teamwork. The positive, harmonious atmosphere which showed the greatest increase in productivity recalled spontaneously when people began the TM technique. REFERENCE: Press, *Academy of Management Journal*, Vol. 17, No. 2, June 1974.



Maharishi has given business the key to individual and organizational effectiveness. If you want to strengthen your company—its ability to be flexible and progressive, and at the same time help your people work together to accomplish goals—TM is the easiest way to do it.

Frederic B. Poneman
Regional Vice President
International Trading
Group Ltd.
Fairfield, IA

A Time-Tested Approach Verified by Science

What is TM?

☐ Transcendental Meditation, the first course in the Maharishi Technology of the Unified Field, is a simple, natural, effortless mental technique. TM is not an experimental program. It is a time-tested technology. Founded by Maharishi Mahesh Yogi—internationally known and respected as the foremost scientist and teacher in the field of consciousness—the TM technique has been:

- taught throughout the world for 30 years
- learned by more than three million people—of all races, religions, and educational backgrounds—including one million Americans
- verified by over 350 scientific research studies—conducted at 160 independent institutions.

What does it do?

☐ **For the body:** The TM technique produces a unique state of rest and relaxation. Fatigue, tension and stress are washed away—energy increases and health improves. Moreover, the whole physiology is 'tuned up'—autonomic stability and mind-body coordination improve. Reaction time is faster. The entire body is balanced and primed for peak performance.

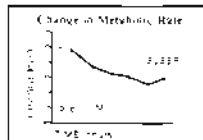
☐ **For the mind:** The TM technique expands mental capacity. Psychologists say we only use five to ten percent of our mental potential. But TM expands the mind to encompass the most silent, orderly, and powerful levels of the thinking process. Brainwave patterns become more coherent, and blood flow to the brain increases. High performance in the brain leads to high performance in the mind. Intelligence improves and creativity unfolds.

How does it work?

— The answer lies in a profound scientific discovery—the fourth state of consciousness. Until 15 years ago science had defined only three states of consciousness—waking, sleeping and dreaming. But Maharishi maintained that a natural fourth state, transcendental consciousness, can be experienced through the TM technique. Now scientists at Maharishi International University, UCLA, Harvard and other prestigious research institutions have defined this state precisely: the deepest rest for the body, the most orderly functioning for the brain, the greatest wakefulness for the mind. People say they experience this natural state of restful alertness as "pure consciousness". Regularly experiencing this state for a few minutes morning and evening leads to TM's many benefits.

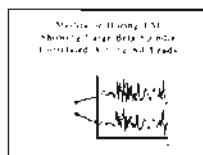
The Corporate Development Program utilizes the best and most thoroughly researched human development program—the Transcendental Meditation technique. The TM technique, the first course in the Maharishi Technology of the Unified Field, allows the human brain and nervous system to rejuvenate themselves. In a simple and natural way, it lets the mind experience a unique "fourth state of consciousness," which scientific research has verified is completely different from the three common states of waking, dreaming, and sleeping. This fourth state of transcendental consciousness produces high performance through deep rest and improved brain functioning.

Building High-Performance People



Deep Rest

During the TM technique the body enjoys a unique level of rest and relaxation.



Brain Wave Orderliness

While the body gains deep rest, the brain becomes more orderly than in any other state of consciousness.

■ These two signs—deep rest plus maximally orderly brain waves—indicate a fourth state of consciousness, transcendental consciousness.

REFERENCES: 1) Wallace, et al., *American Journal of Physiology*, (1971) 221(3): 795-799. 2) Banquet, *Electroencephalography and Clinical Neurophysiology* 35 (1972): 454

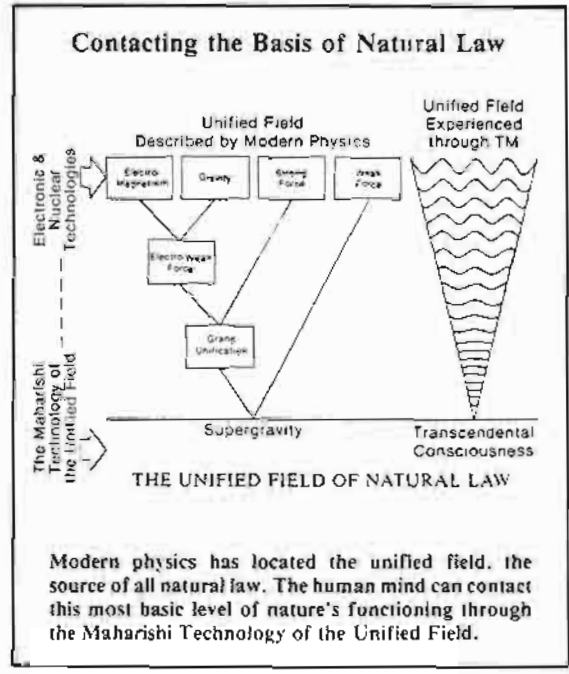


Why so many benefits?

□ Maharishi explains, "During TM, the mind opens a pipeline to an infinite reservoir of energy and intelligence at the source of thought. This unbounded, transcendental field is the home of all the laws of nature. It is the source of natural law." According to the ancient Vedic tradition of knowledge—which Maharishi has re-enlivened in this century—this transcendental field is not only the source of thought, pure consciousness, but also the very basis of nature. □ Modern physics has provided another view of this infinite field. Physicists have found that the four fundamental forces of nature arise from a single unified field of all the laws of nature (see diagram). The qualities of the unified field as seen by modern physics are fundamentally identical to those described by ancient Vedic Science. □ During the practice of the Maharishi Technology of the Unified Field, the mind directly contacts this most basic level of nature, the unified field of natural law, pure consciousness. Through this technology, the mind spontaneously grows in the qualities of the unified field—infinite energy, creativity, and organizing power. "The human mind attunes itself with the source of natural law," Maharishi says. "It gains the support of all the laws of nature." □ Support of natural law means doing less and accomplishing more. As the mind becomes clearer, intuition improves, and success comes more easily.

What does this mean for your company?

□ With the TM program, comprehension expands at every level of the organization. Business people report that their decisions are more accurate and the results more dependable. With reduced stress and broader perspective, people become more flexible and enthusiastic; communication and understanding increase. The result is improved corporate coherence. The corporate culture is infused with high performance. □ Even a successful company can run into problems from the environment. If the economy dips, all businesses are affected. But when a corporation is aligned with the unified field of natural law, it generates a positive, evolutionary influence in its surroundings. This has been called Super Radiance—the positive effect generated by group practice of TM and the advanced TM-Sidhi program. Thirty-five studies have shown that major economic indicators improve and social disorder (crime, violence and political instability) declines. Even a tiny fraction of the population—as little as the square root of one percent (7000 people for the world as a whole)—can produce this effect. Now every corporation can not only culture high performance, but also create an environment conducive to success by generating progress and growth in the entire society.



What is the bottom line?

□ The formula is simple: CDP uses the best technology—the Maharishi Technology of the Unified Field—to build high-performance people and thus enhance corporate performance. People who are more creative, more intelligent, healthier and more energetic naturally contribute more to the company.

- Productivity increases.
- Health-related costs decrease.
- Teamwork improves.

The bottom line: Success and satisfaction for your company and your people.

Reduced Stress and Tension

Increased Intelligence

Increased Creativity

Increased Satisfaction

A PRACTICAL PROGRAM

As thousands of business people already know, the TM program is ideal for the business environment.

- It is easy to learn and practice.
- It requires no effort, no concentration, and no special abilities.

As people quickly see in the introductory presentations, the TM technique is not a religion or philosophy. It is a scientific technology enjoyed by people from every walk of life.

Since the practice takes only 15-20 minutes twice a day, the return on investment is very high.

CDP has packaged the TM technique specifically for the modern business world. When you decide to implement the program, we take care of everything:

■ **Systematic Instruction:** CDP provides professional presentations and personalized instruction. Learning the technique requires six 90-minute sessions.

■ **Service Package:** CDP is there for the long term—with low-cost, time-efficient follow-up. In-house and residential seminars, as well as periodic personal checking of meditation, maximize retention. The benefits of the program continue to grow over time.

■ **Research Evaluation:** In conjunction with the Center for Management Research of Maharishi International University, CDP provides research to monitor the benefits—so you can measure the value of your investment.

The Corporate Development Program

National Office:
Council of Prosperity and Progress
Maharishi Continental Capital of the Age of Enlightenment
5000 14th Street NW
Washington, DC 20011
(202) 737-1444

For further information on the research on the Maharishi Technology of the Unified Field or the research component of the Corporate Development Program, please call or write:

Research Office:
Center for Management Research
Maharishi International University
Carnegie Hall
Fairfield, IA 52556
(515) 472-1186

NEUROFISIOLOGIA
DE LA
ILUMINACION

**INVESTIGACION CIENTIFICA SOBRE
LA MEDITACION TRASCENDENTAL**

Presentada por el

DR. ROBERT KEITH WALLACE

Profesor de Fisiología

Presidente de la Universidad Internacional Maharishi

26 CONGRESO INTERNACIONAL DE CIENCIAS FISIOLÓGICAS/NUEVA DELHI

22 DE OCTUBRE, 1974



DR. ROBERT KEITH WALLACE

La iluminación resulta del desarrollo total de la conciencia, y depende del funcionamiento armonioso y perfecto de cada parte del cuerpo.

INDICE

Neurofisiología de la Iluminación	páginas 3- 48
Neurofisiología de Estados de Conciencia Más Elevados	página 4
Neurofisiología del Individuo Iluminado	página 4
Neurofisiología de la Sociedad Iluminada	página 4
Neurofisiología de la integridad Cultural	página 5
Neurofisiología de la Paz Mundial	página 5
Proposición para un Experimento Sociológico de Importancia Global	página 6
Ciencia de la Inteligencia Creativa Definición y Propósito	página 7
Investigación Científica sobre la Meditación Trascendental	páginas 8- 42
Fundamentos del Progreso y la Integridad Nacional	página 43
Universidad Internacional Maharishi	página 49
Plan Mundial	página 49
Plenitud Suprema para toda la Humanidad	página 50

Neurofisiología de la Iluminación

*Una alocución del Dr. Robert Keith Wallace, Profesor de Fisiología
y Presidente de la Universidad Internacional Maharishi*

Dado que este 26 Congreso Internacional sobre Fisiología ha sido patrocinado en India, es apropiado reconocer que India es el antiguo hogar del conocimiento y de los procedimientos más profundos para el desarrollo de la fisiología. La meta de este desarrollo es la perfección de la fisiología para ganar la iluminación.

La iluminación resulta del desarrollo total de la conciencia y depende del funcionamiento armonioso y perfecto de cada parte del cuerpo.

Lo que resulta único hoy es, primero, que el sistema más antiguo para el desarrollo de la conciencia ha sido restablecido en su forma más pura y efectiva, por Maharishi Mahesh Yogi, como la Ciencia de la Inteligencia Creativa. Segundo, que ha sido expresado de un modo que lo hace accesible a las modernas técnicas científicas de investigación. El beneficio de este encuentro entre las antiguas y modernas ciencias de la fisiología es que la iluminación ha sido sacada del ámbito del misticismo y la incertidumbre, y se demuestra que es una realidad específica, que puede ser verificada, que está disponible universalmente y que es de inmenso valor práctico.

El dominio más precioso en el estudio de la fisiología, es la investigación de la conciencia. La iluminación, que es el desarrollo de la conciencia a su pleno potencial, es por tanto el descubrimiento más importante de la fisiología moderna.

La investigación realizada recientemente y que va creciendo con rapidez, sobre la realidad de la iluminación, la cual ha atraído la atención de científicos de todo el mundo, ciertamente es el hecho más importante en la historia de la fisiología, dado que conecta los valores conocidos de la fisiología con las últimas posibilidades del desarrollo humano.

Hasta ahora, la investigación científica sobre la MT, el aspecto práctico de la Ciencia de la Inteligencia Creativa, ha

revelado algunos hechos importantes sobre la naturaleza de la iluminación y el proceso a través del cual se gana. La iluminación no es un estado hipnótico de auto-ilusión o de auto-renunciamiento. El estado de iluminación representa el último desarrollo de lo que consideramos ordinariamente como las cualidades más valiosas de la vida humana. Es algo real, natural y tangible y se desarrolla sistemáticamente de una manera continua y progresiva, en la base del refinamiento neurofisiológico, o purificación.

Este proceso de refinamiento es completamente natural dado que utiliza los mecanismos existentes de la fisiología humana. El proceso del desarrollo de la iluminación está abierto a cualquiera, comenzando desde cualquier nivel de conciencia, sin requerir ningún estilo especial de vida o creencia. La capacidad para ganar la iluminación es innata a la fisiología de cada ser humano y por tanto, cada ser humano merece tener el conocimiento de cómo utilizarla. Como Maharishi ha dicho, «No hay razón hoy, en nuestra era científica, para que nadie permanezca sin iluminación».

La Meditación Trascendental es un procedimiento sistemático para ganar la iluminación. La investigación sobre la Meditación Trascendental ha demostrado mejoras muy marcadas en todos los aspectos de la mente y del cuerpo, con las cuales comienzan a definir fisiológicamente la dirección de la iluminación, y proporcionan estándares objetivos por los cuales el progreso hacia ella puede ser medido.

El efecto de la Meditación Trascendental puede ser entendido científicamente desde un punto de partida muy general en fisiología. El propósito de cualquier sistema fisiológico es mantener una baja entropía y aumentar su grado de organización en medio del desorden ambiental: es decir, estar vivo y crecer.

En los distintos estudios sobre la Meditación Trascendental, se muestra que la MT es un medio a través del cual el ser humano

puede aumentar la integridad funcional y la ordenación de su cuerpo y mente. Todas estas mejoras pueden resumirse diciendo que la MT es un proceso específicamente humano que extiende la cualidad de estar vivo a su valor último – la iluminación.

La iluminación significa, en un sentido fisiológico, estabilidad máxima con mínima entropía. Mínima entropía, a su vez, se define en la teoría de la información como máxima certeza. Dado que la certeza es un aspecto del conocimiento, y puesto que la iluminación ha sido definida tradicionalmente como conocimiento puro, que puede medirse ahora por sus correlaciones fisiológicas, la Meditación Trascendental y el desarrollo fisiológico que ella genera, proporcionan una conexión entre la fisiología y el conocimiento.

Lo que los antiguos maestros entendían por conocimiento supremo, *gyana*, es el estado de conciencia pura y puede ser definido como la experiencia subjetiva del orden perfecto, entropía cero. De este modo, el campo de la iluminación proporciona a la ciencia moderna una unión entre lo objetivo y lo subjetivo, entre los valores de una fisiología y psicología ordenadas – la conciencia desarrollada a su grado supremo – el estado de conocimiento puro.

Neurofisiología de Estados Más Elevados de Conciencia – *Turiya*, el Cuarto Estado de Conciencia – Alerta en Descanso

Las últimas décadas han establecido el criterio neurofisiológico de los estados de conciencia de vigilia, soñar y dormir. Con la llegada de la Meditación Trascendental, esta década está estableciendo el criterio para el cuarto estado de conciencia (referirse a la investigación científica, gráficos 6 y 7). Con el aumento de la sofisticación en la investigación, junto con la creciente práctica de más de medio millón de meditadores en el mundo, está llegando inevitablemente el criterio para estados más elevados de conciencia, y no pasará mucho tiempo para que los estándares neurofisiológicos de la iluminación sean firmemente establecidos. Este será el logro supremo de las ciencias fisiológicas modernas (referirse a la segunda edición del comentario de Maharishi al *Bhagavad-Gita*, que conecta la antigua descripción de la iluminación con los resultados de la investigación científica

sobre la Meditación Trascendental en los campos de la fisiología, psicología y sociología). Es realmente un privilegio de los fisiólogos modernos, ser capaces de verificar objetivamente los antiguos registros del desarrollo humano.

Neurofisiología del Individuo Iluminado

El aumento de fortaleza y ordenación del funcionamiento del cerebro generado por la Meditación Trascendental (referirse a la investigación científica, gráficos 6 – 10, 51 – 54), es la base del crecimiento de la iluminación en el individuo, lo cual está validado por la mejora del funcionamiento neuromuscular (referirse a la investigación científica, gráficos 17, 58 – 60), mejora del funcionamiento intelectual (referirse a la investigación científica, gráficos 18 – 20, 55 – 57, 63), mejora de la coordinación entre el funcionamiento neuromuscular e intelectual (referirse a la investigación científica, gráficos 15, 17, 21 – 23), mejora de la salud – prevención y cura (referirse a la investigación científica, gráficos 1 – 6, 10 – 13, 28 – 40, 45 – 48, 61, 64) y el desarrollo del pleno potencial creativo (referirse a la investigación científica, gráficos 18, 20 – 23, 29, 34, 43, 56, 63). Esta evidencia objetivamente verificada, del enriquecimiento en todos los niveles del individuo a través de un procedimiento natural de refinamiento neurofisiológico, presenta una visión de una mejor calidad de la vida humana, evolucionando rápidamente en nuestra generación.

Neurofisiología de la Sociedad Iluminada

La investigación científica sobre la Meditación Trascendental realizada hasta ahora, es suficiente para indicar que la Meditación Trascendental desarrolla un funcionamiento neurofisiológico perfecto (referirse a la investigación científica, gráficos 6 – 10, 51 – 54), el cual es la base de una sociedad iluminada, como se pone de manifiesto por el crecimiento de un comportamiento ideal (referirse a la investigación científica, gráficos 25 – 27, 29, 31, 38, 42, 44, 50, 54), de la plenitud de la sociedad (referirse a la investigación científica, gráficos 25 – 27, 29, 31, 34, 41) de una educación ideal (referirse a la investigación científica, gráficos 9, 18 – 20, 43, 49, 55 – 57, 63), de la máxima creatividad en los negocios (referirse a la investigación científica, gráficos 21 – 26), de una rápida rehabilitación (referirse a la investigación científica,

gráficos 40, 41, 44), de una base profunda para el progreso (referirse a los Fundamentos del Progreso, páginas 43 - 48) y de una base profunda para las leyes y el orden (referirse a la investigación científica, gráficos 18, 29, 31, 38, 40 - 42, 44, 63). Esta evidencia, objetivamente verificada, del enriquecimiento en todos los niveles de la sociedad a través de un procedimiento natural de refinamiento neurofisiológico, presenta la visión de una sociedad mejor, evolucionando rápidamente en nuestra generación.

Neurofisiología de la Integridad Cultural

Los valores culturales de cada país surgen en la base de sus condiciones geográficas y climatológicas. Manifestándose como las expresiones de las leyes de la naturaleza, constituyen la base natural de la supervivencia y el progreso en cada área específica.

Dado que el funcionamiento neurofisiológico es la base de la vida humana y puesto que los valores culturales son la base de la supervivencia y el progreso de una sociedad, los valores culturales de cada tierra son la expansión de los valores neurofisiológicos del individuo.

Dado que la Meditación Trascendental mejora la integridad de la neurofisiología del individuo (referirse a la investigación científica, gráficos 6 - 10, 51 - 54), puede inferirse que la MT es la base de la integridad cultural.

«Dado que la Meditación Trascendental es un procedimiento natural y ya que ahora está disponible de igual manera para todas las gentes en cada país, a través del Plan Mundial, debería estar dentro de la capacidad de los custodios de la cultura en cada país, no sólo preservar sino también reforzar los valores culturales de la nación, promoviendo al mismo tiempo máximo progreso.»

Debe ser obvio para los educadores en todas las partes del mundo, que la influencia de los valores culturales en cada país está declinando. Los rápidos medios de comunicación global y la creciente amistad entre las naciones, están mezclando los valores culturales y diluyendo la originalidad de cada cultura.

Resistir a la influencia de otras culturas, está hoy más allá de la

capacidad de los custodios de cualquier cultura, dado que esto significaría resistir al progreso. Será acertado transformar esta situación en un medio para reforzar los valores culturales de cada país, y al mismo tiempo asegurar todo progreso en todas partes.

La Ciencia de la Inteligencia Creativa, cuyo aspecto práctico es la Meditación Trascendental, ofrece ese conocimiento y experiencia que desarrolla la estabilidad, adaptabilidad, integración, purificación y crecimiento en los cuatro niveles de la vida: fisiológico, psicológico, sociológico y ecológico (referirse a páginas 43 - 48). Los miembros individuales de cada sociedad, al crecer en estas cualidades, de un modo natural se estabilizarán en sus propios valores culturales y al mismo tiempo, permaneciendo adaptables, serán capaces de dar la bienvenida a cualquier influencia exterior, purificarla e integrar la mejor parte en su propia cultura, permitiendo de ese modo la expresión total de los valores culturales en la vida de la nación. Esto es de importancia vital, particularmente para la educación de la juventud en las escuelas de educación secundaria.

Si los miembros de la sociedad no crecen en estos cinco valores, siempre estarán afectados por las influencias exteriores, los valores culturales siempre estarán amenazados y la sociedad siempre permanecerá incapaz de derivar el máximo beneficio del mundo externo. Son sólo los individuos totalmente desarrollados, en la base de una neurofisiología totalmente desarrollada, los que pueden asegurar para ellos mismos y su sociedad las bendiciones de vivir la vida en plenitud. La introducción de la Ciencia de la Inteligencia Creativa, en todos los niveles de la educación de cada país, afirmará la seguridad y la fortaleza creciente de los valores culturales y el progreso, que son tan queridos al espíritu de la educación en cada país.

—Maharishi*

Neurofisiología de la Paz Mundial

La paz del individuo es la unidad de la paz mundial. La unidad de la paz mundial está estructurada en el modelo específico de funcionamiento neurofisiológico, que es generado por la

*Cita de Maharishi Mahesh Yogi sacada de la última página del Programa de MIU para la Educación Secundaria.

Meditación Trascendental (referirse a la investigación científica, gráficos 6 – 10, 51 – 54). Esto es reflejado en las mediciones fisiológicas y psicológicas que demuestran el aumento de paz en el individuo (referirse a la investigación científica, gráficos 4, 5, 13, 14, 28 – 30, 32, 33, 35 – 37, 40, 44, 48).

La Meditación Trascendental proporciona, de este modo, la base neurofisiológica para la paz del mundo. Esta evidencia, objetivamente verificada, del enriquecimiento en todos los niveles de la unidad de la paz mundial, a través de un procedimiento natural de refinamiento neurofisiológico, presenta una visión de una familia de naciones unida, evolucionando rápidamente en nuestra generación.

Proposición Para un Experimento Sociológico de Importancia Global

La historia de la investigación sobre la Meditación Trascendental, ha sido que los resultados fisiológicos han sostenido en una medida remarcable, las proyecciones de Maharishi basadas en el *Rig Veda*, que contiene las cogniciones de los sabios de la India antigua.

Ahora que la realidad fisiológica de la Meditación Trascendental ha sido establecida ampliamente, la atención científica está volviéndose hacia la consideración de sus aplicaciones potenciales para el estado de la sociedad como una totalidad. Parece una conclusión obvia que el extendido uso de la Meditación Trascendental es una base científica para la paz mundial.

Por lo tanto, la proyección más reciente y de largo alcance de Maharishi en este campo, demanda una inmediata atención de los hombres de buena voluntad para la paz y el progreso. Basado en dos décadas de experiencia enseñando la Meditación Trascendental a más de medio millón de individuos alrededor del mundo, Maharishi ha proyectado que puede lograrse una fase de transición en la sociedad, del desorden a un estado armonioso, incluso aunque sólo una pequeña fracción de la población mundial – del orden del uno por ciento – practique la Meditación Trascendental.

Será interesante para los pioneros de la Ciencia de la Inteligencia Creativa en cada país, y para los líderes de cada comunidad en el mundo, ver qué porcentaje de meditadores produce una

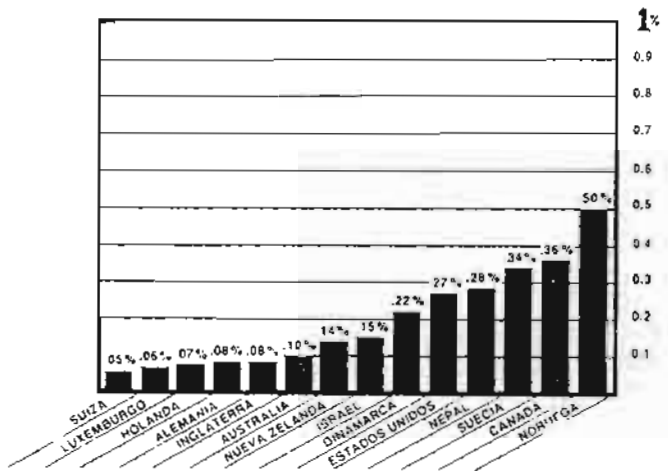
fase de transición notable en su país. El gráfico representa los países que han llegado más cerca del logro de la meta proyectada del uno por ciento.

El proyecto de Maharishi del uno por ciento está sostenido por muchos ejemplos de la física y de la biología donde un efecto coherente entre una pequeña fracción de unidades individuales, átomos o células, pueden producir una influencia que domine el comportamiento del sistema como una totalidad. Dada la actual situación del mundo, es el momento para que el proyecto de Maharishi de lograr que haya un meditador por cada cien personas de población para crear una paz mundial permanente, sea sometido inmediatamente a evaluación científica – un experimento a escala nacional para determinar el punto de la fase de transición en cada país.

Si este proyecto es realizado, entonces no sólo tendremos la paz mundial a través de la Meditación Trascendental, sino que la tendremos mucho más rápidamente de lo que nadie podría pensar y durará más de lo que nadie podría imaginar, porque estará sostenida generación tras generación, por la neurofisiología de la iluminación más altamente desarrollada.

Esta ha sido siempre la característica de los grandes descubrimientos científicos: producir cambios tecnológicos imprevisibles de inmenso beneficio para la vida humana.

Gráfico representando los países más prometedores, más cercanos a lograr el proyecto de Maharishi del uno por ciento.



CIENCIA DE LA INTELIGENCIA CREATIVA

Definición y Propósito

CIENCIA – Una ciencia es una investigación sistemática por medio de experimentos que pueden repetirse, para ganar conocimiento útil y comprobable.

CREATIVA – Creativa significa que tiene y despliega creatividad. La creatividad es la causa del cambio presente en todas partes y en todo tiempo. Cuando es activa genera nuevas expresiones progresivas y evolucionarias en su naturaleza, que enriquecen la vida.

INTELIGENCIA – La inteligencia es una cualidad básica de la existencia ejemplarizada en el propósito y el orden del cambio.

INTELIGENCIA CREATIVA – El flujo único y ramificante de energía (creatividad) y su dirección (inteligencia) es llamado inteligencia creativa.

CIENCIA DE LA INTELIGENCIA CREATIVA – La Ciencia de la Inteligencia Creativa incluye la experiencia y el conocimiento de la naturaleza, origen, amplitud, crecimiento y aplicación de la inteligencia creativa.

Esta ciencia surgió del descubrimiento principal de que existe en cada ser humano la fuente constante de inteligencia, energía y felicidad y de que esta fuente puede ser aprovechada fácil y sistemáticamente por todos, para su uso espontáneo en la vida diaria a través de la práctica conocida como Meditación Trascendental, traída a la luz por Maharishi Mahesh Yogi, el fundador de la Ciencia de la Inteligencia Creativa.

La Meditación Trascendental utiliza la tendencia natural de la mente a progresar e ir más allá de todas las limitaciones y ganar conciencia ilimitada. Este aspecto experimental de la Ciencia de la Inteligencia Creativa, proporciona a todos la oportunidad de desarrollar el uso espontáneo de su pleno potencial mental, corporal y del comportamiento. Esta posibilidad para toda la humanidad es la que ha inspirado a Maharishi a emprender un Plan Mundial. La Universidad Internacional Maharishi ha sido fundada para realizar el Plan Mundial, preparando profesores de la Ciencia de la Inteligencia Creativa en todas las partes del globo.

INVESTIGACION CIENTIFICA SOBRE LA MEDITACION TRASCENDENTAL

En los últimos cinco años, ha habido una explosión de interés sobre la técnica de la Meditación Trascendental entre los investigadores científicos, motivada por el carácter único de la práctica y su éxito evidente. La técnica misma es científica y perfectamente adaptable a estudios objetivos. Una vez aprendida puede ser practicada por cualquier individuo sin requerir ninguna preparación o estilo de vida, en cualquier momento o lugar, y en una forma perfectamente directa y repetible que no es alterada por la mayoría de las mediciones de laboratorio.

Además, desde 1958, la MT ha sido enseñada de una manera cuidadosamente uniforme y sistemática a más de 750.000 personas de todas las edades, países y formas de vida. Desde mediados de 1974 más de 20.000 hombres y mujeres están comenzando la práctica cada mes, sólo en los Estados Unidos. Este gran número de sujetos experimentales en potencia y los grandes beneficios que han informado que experimentan en muchas áreas de su vida, han animado a los científicos a investigar la práctica y los resultados que se le atribuyen. Comenzando por los estudios pioneros sobre el metabolismo de R. K. Wallace, se ha informado en la literatura científica de una amplia gama de tremendos efectos. La acumulada evidencia de la realidad de la MT y sus efectos, es ahora abrumadora.

Algunos de los estudios presentados más adelante, son estudios preliminares y serán puestos al día a medida que haya más material disponible. Incluso en la presente etapa, cada estudio apunta a una nueva dirección para la investigación científica sobre la calidad de la vida humana.

Algunos de estos hallazgos están resumidos en los gráficos que siguen. Copias de los trabajos originales están disponibles en el Centro Internacional para la Investigación Científica de la Universidad Internacional Maharishi. En los comentarios que acompañan cada gráfico, hemos expresado el resultado en lenguaje tecnológico y luego lo hemos interpretado en un lenguaje no técnico para el beneficio del público.

Gráfico 1

Niveles de Descanso

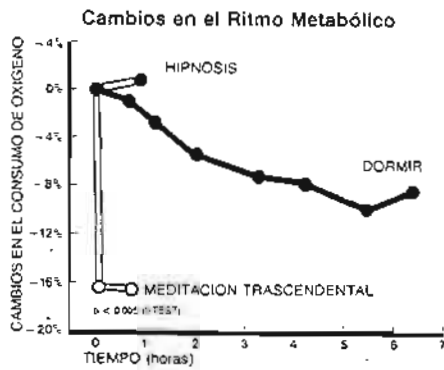


Gráfico 1: Niveles de Descanso. Durante la **MEDITACION TRASCENDENTAL** el consumo de oxígeno y el ritmo metabólico disminuyen marcadamente, indicando un estado de profundo descanso. Más aún, el estudio informa que la presión parcial de oxígeno y dióxido de carbono en la sangre, permanece esencialmente constante. De este modo, el decrecimiento en el consumo total de oxígeno durante la **MEDITACION TRASCENDENTAL** no es causado por una manipulación en el modo de respiración o una forzada privación de oxígeno, sino que es un cambio fisiológico natural, debido a una necesidad menor de oxígeno de las células durante este proceso sin esfuerzo.

Referencia: Robert Keith Wallace y Herbert Benson, "The Physiology of Meditation," *Scientific American* 226, no. 2 (EEUU: 1972): 84-90

Gráfico 2

Cambio Natural en el Ritmo Respiratorio

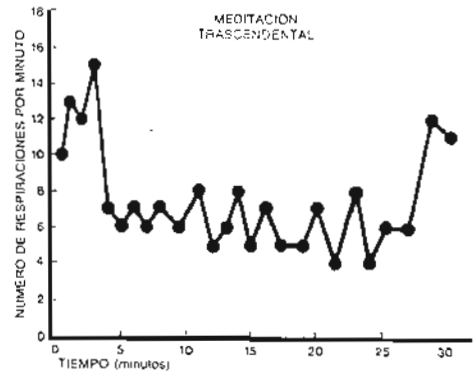


Gráfico 2: Cambio Natural en el Ritmo Respiratorio. Durante la **MEDITACION TRASCENDENTAL** el ritmo respiratorio disminuye significativamente, indicando un estado más relajado y descansado del sistema nervioso. (Este dato está tomado de la meditación profunda de un sujeto).

Referencia: John Allison, "Respiratory Changes during the Practice of the Technique of Transcendental Meditation," *Lancet*, no. 7651, (Inglaterra: 1970): 833.

Gráfico 3

Cambios en el Ritmo Cardíaco

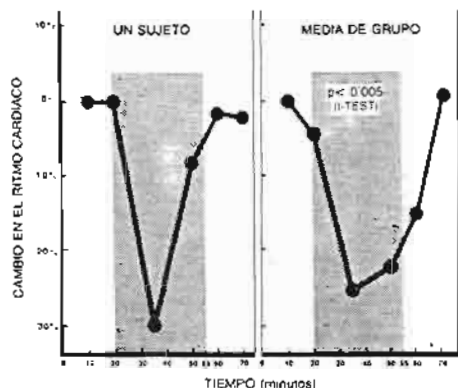


Gráfico 3: Cambios en el Ritmo Cardíaco. Durante la **MEDITACION TRASCENDENTAL** el ritmo cardíaco disminuye marcadamente, indicando una reducción en la fatiga del corazón. (El gráfico de la izquierda es de la meditación profunda de un sujeto, el gráfico de la derecha es el promedio de grupo).

Referencia: Robert Keith Wallace, "The Physiological Effects of Transcendental Meditation: A Proposed Fourth Major State of Consciousness," (Ph.D. Thesis, Departamento de Fisiología, Universidad de California, Los Angeles, EEUU, 1970).

Gráfico 4

Cambios Bioquímicos

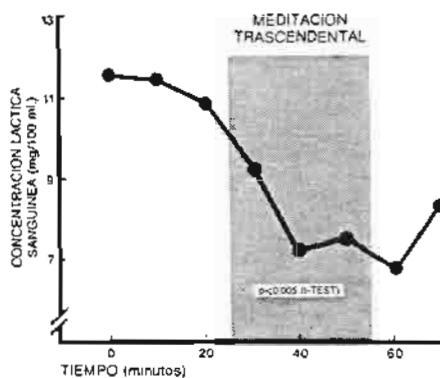


Gráfico 4: Cambios Bioquímicos. Una alta concentración de ácido láctico en la sangre ha sido asociada con ansiedad, neurosis, ataques de ansiedad e hipertensión sanguínea. Durante la **MEDITACION TRASCENDENTAL** la concentración del ácido láctico en la sangre disminuye notablemente

Primera Referencia: Robert Keith Wallace y Herbert Benson, "The Physiology of Meditation," *Scientific American* 226, no. 2 (EEUU: 1972): 84-90.

Segunda Referencia: Robert Keith Wallace, Herbert Benson y Archie F. Wilson, "A Wakeful Hypometabolic Physiologic State," *American Journal of Physiology* 221, no. 3 (EEUU: 1971), 795-799.