



L'ÉDUCATION FONDÉE SUR LA CONSCIENCE

Nos écoles ont la responsabilité de développer la ressource naturelle la plus importante de notre pays : l'intelligence et la créativité de la jeunesse. L'Éducation fondée sur la conscience permet à chaque école, du jardin d'enfant à l'université, de développer ces qualités latentes chez l'étudiant. De cette façon il peut faire l'expérience du succès et de la plénitude, quel que soit son milieu familial et socio-économique. Ces résultats sont possibles grâce à une technologie de la conscience, validée par la recherche scientifique: le programme de Méditation Transcendantale.

LA MÉDITATION TRANSCENDANTALE (MT)

La Méditation Transcendantale est une technique mentale de relaxation profonde et d'éveil de la conscience. Cette technique simple et naturelle se pratique deux fois par jour entre 10 et 20 minutes. Elle nous est transmise par Maharishi Mahesh Yogi, illustre représentant de la tradition védique de l'Inde ancienne. Cette pratique développe un fonctionnement plus complet du cerveau et permet l'élimination du stress et des tensions chez les étudiants et les enseignants. Il en résulte une ambiance plus harmonieuse qui favorise la réceptivité, la concentration et la capacité d'apprendre.

La Méditation Transcendantale n'est pas une pratique religieuse, et n'implique aucun changement de mode de vie ou de croyance. Plus de cinq millions de personnes autour du monde, de toutes cultures et origines, l'ont apprise.

LE DÉVELOPPEMENT DE LA CONSCIENCE EST LA CLÉ POUR BIEN APPRENDRE

Traditionnellement, l'éducation se concentre sur ce que les étudiants apprennent, sans développer la base subjective de la connaissance, la conscience de l'étudiant. Pourtant, la qualité de la conscience des étudiants détermine leur degré d'intelligence, de créativité, de confiance, de calme intérieur, et de motivation. Par la pratique de la MT, les étudiants font l'expérience de leur propre nature qui est une source illimitée d'énergie et d'intelligence développant ainsi naturellement ces qualités.

A mesure que les étudiants découvrent leur potentiel intérieur, ils cessent d'être frustrés et insatisfaits. Alors que leur vie se libère de problèmes, la joie et la santé s'accroissent en eux. Leur comportement devient plus harmonieux et leur permet de réaliser spontanément leur propres intérêts tout en respectant ceux des autres.

COMMENT INTÉGRER L'ÉDUCATION FONDÉE SUR LA CONSCIENCE DANS LES ÉCOLES

L'Éducation fondée sur la conscience peut être adoptée facilement par n'importe quelle école ou université sans perturber le programme académique existant. Elle inclut les éléments suivants :

1. LE PROGRAMME DE MÉDITATION TRANSCENDANTALE

Les étudiants pratiquent la Méditation Transcendantale en classe durant 10 à 20 minutes (selon leur âge) au début et à la fin de la journée scolaire. Des programmes avancés peuvent s'ajouter plus tard à cette pratique.

2. LE COURS DE CONNAISSANCE GLOBALE POUR RELIER CHAQUE SUJET D'ÉTUDE À L'EXPÉRIENCE INTÉRIEURE DES ÉTUDIANTS

Ce cours comprend l'étude des principes universels des lois de la nature. L'étudiant est amené à découvrir et à reconnaître ses lois dans sa propre vie, dans la nature et dans tous les sujets étudiés. L'étude repose sur la compréhension qu'il existe un champ unifié décrit par la physique comme donnant naissance à toute la diversité, l'ordre et l'harmonie dans l'univers. L'étudiant fait l'expérience de cette source durant la pratique de la Méditation Transcendantale, au niveau le plus simple et le plus éveillé de sa propre conscience.

L'étude en classe et la pratique de la MT permettent ainsi aux étudiants de comprendre et de développer systématiquement leur potentiel illimité et leur relation avec l'ensemble de l'univers.

3. ÉDUCATION À LA SANTÉ

Les étudiants acquièrent la connaissance et les aptitudes nécessaires pour adopter un mode de vie sain et équilibré. La base de ce programme de santé est la compréhension qu'il y a des lois naturelles fondamentales qui structurent l'univers et que ces lois sont les mêmes dans la structure et le fonctionnement de la physiologie humaine.

4. FORMATION DU CORPS ENSEIGNANT

Une série de séminaires sur les principes fondamentaux de l'Éducation fondée sur la conscience prépare les professeurs à enseigner la Connaissance complète dans leur classe et à superviser la pratique en groupe de la technique de MT. Des enseignants agréés sont mis à disposition pour former les étudiants et les professeurs à la MT.

En permettant aux étudiants et enseignants d'éliminer le stress et de développer leur potentiel mental, l'on crée une situation idéale pour l'apprentissage. Ceci comble les étudiants, les enseignants, et les parents, pour le plus grand bien de la société. Institutrice, Bâle

RÉSULTATS DANS LES ÉCOLES :
DÉVELOPPEMENT INTÉRIEUR ET SUCCÈS DANS LA VIE

Des décennies de recherches scientifiques et d'expérience en classe confirment que toute école ou organisation sociale qui adopte l'Education fondée sur la conscience constate des bienfaits immédiats et cumulatifs.

APRÈS QUELQUES SEMAINES :

- Une coopération accrue de la part des étudiants
- Moins de désordre et de violence en classe
- Un environnement de classe plus studieux
- Une ambiance plus harmonieuse dans l'école
- Moins d'anxiété

APRÈS QUELQUES MOIS :

- Un accroissement de la capacité à se concentrer et une compréhension plus large
- Un accroissement de l'intelligence
- Un accroissement de la mémoire
- Davantage de tolérance
- Une augmentation de la confiance en soi
- Une réduction des retards et de l'absentéisme

APRÈS UN AN :

- Une amélioration des résultats aux tests standards des compétences de base
- Un accroissement de la créativité
- Une amélioration du raisonnement moral
- Une diminution de la consommation de drogues

LES ÉCOLES PEUVENT DEVENIR
DES CENTRES DE COHÉRENCE POUR LA SOCIÉTÉ

Lorsqu'ils sont pratiqués en grands groupes dans une école, le programme de Méditation Transcendantale et ses aspects avancés comme le programme MT-Sidhi produisent de multiples bienfaits non seulement pour les étudiants, mais génèrent également une profonde influence d'ordre et de positivité dans l'environnement. Près de 50 études témoignent d'une amélioration de la qualité de vie et d'une réduction significative des tendances négatives dans la société, y compris une diminution de la violence et du taux de criminalité. En utilisant la technologie de la conscience, les écoles peuvent devenir des centres d'harmonie et de cohérence pour toute la société.

J'ai étudié et enseigné dans une institution universitaire pionnière de l'Education fondée sur la conscience. Je n'oublierai jamais l'énergie, l'harmonie, la conscience élargie partagées par toutes et tous sur le campus.
Enseignant dans le secondaire, Genève.

Le profond repos et la clarté de pensée que je trouve dans la méditation matin et soir me sont très précieux en tant qu'enseignante comme en tant que maman. Enseignante à l'université et mère de deux enfants, Genève

Sur la base d'une longue expérience avec les étudiants, les parents, les enseignants et administrateurs, je suis convaincu que l'Education fondée sur la conscience peut résoudre bien des problèmes de l'éducation actuelle. Enseignant, coach et médiateur, région zurichoise

La pratique de la MT me repose et m'aide à mieux apprendre. Ecolier, 12 ans, Genève

Tous les aspects de la vie font partie d'une réalité unifiée, et la beauté de l'Education fondée sur la conscience est de permettre à l'étudiant d'en faire l'expérience au fond de lui, et d'étudier chaque sujet à la lumière de cette réalité. Educatrice spécialisée, Lausanne

POUR PLUS D'INFORMATION :

MAHARISHI UNIVERSITY
OF WORLD PEACE / IAASCI
AV. WENDT 56, 1203 GENÈVE
TÉL. +41 22 734 65 51
www.maharishischool.ch
www.cbeprograms.org
www.davidlynchfoundation.org
www.mum.edu
www.education-conscience.org



L'ÉDUCATION FONDÉE SUR LA CONSCIENCE



MAHARISHI UNIVERSITY
OF WORLD PEACE, GENÈVE

