

महर्षि महेश योगी द्वारा प्रतिपादित चेतना आधारित शिक्षा का शिक्षक व शिक्षार्थी के मानसिक स्वास्थ्य के संदर्भ में अध्ययन

प्राप्ति: 26.08.2026
स्वीकृत: 10.09.2026

77

स्वाती रानी

शोधार्थिनी

श्री जय नारायण मिश्र पीजी कॉलेज

लखनऊ, उ०प्र०

ईमेल: swati.jrf2024@gmail.com

डॉ० मणि जोशी

एसोसिएट प्रोफेसर

श्री जय नारायण मिश्र पीजी कॉलेज

लखनऊ, उ०प्र०

ईमेल: manijoshi9@yahoo.in

सारांश

चेतना जीवन जीने का मूल आधार है, चेतना से ही संसार को सारे ज्ञान का उद्गम होता है। चेतना ही हमें परम सत्य का अनुभव कराती है। चेतना से ही विचारों का उद्गम होता है। चेतना ही एक आधार है जहां से समस्त सृष्टि का उद्गम होता है। महर्षि महेश योगी ने चेतना के संदर्भ में चेतना के साथ स्तरों पर विभिन्न विचारों को अपनी पुस्तक *Seven State of Consciousness* में इन सात स्तरों की चर्चा की है, इसके अंतर्गत जागृत अवस्था, स्वप्न, सुषुप्ति, तुरिया या भावातीत, ब्रह्मांडीय, भगवत और एकत्व चेतना, जो निसंदेह शिक्षक व शिक्षार्थी के मानसिक स्वास्थ्य, सृजनात्मकता तथा कुशल क्षेम को सकारात्मक रूप से प्रभावित करता है। महर्षि महेश योगी की भावातीत ध्यान पद्धति के अनुसार मानवीय चेतना सात अवस्थाओं से गुजरती है। यह विभिन्न अवस्थाएं चेतना के क्रमिक विकास और आंतरिक आनंद के स्तरों का प्रतिनिधित्व करती हैं, और अंत में पूर्ण एकांत और बोध की अवस्था तक पहुंचती हैं। वर्तमान शिक्षा व्यक्ति में मानसिक तनाव, भावनात्मक संतुलन तथा विभिन्न चुनौतियां एवं संघर्षों का सामना करने में पूर्ण रूप से सफल नहीं है।

विभिन्न शोधों से ज्ञात होता है, कि अगर हम अपनी शिक्षा प्रणाली में चेतना आधारित शिक्षा प्रदान करना प्रारंभ कर दें तो शिक्षक एवं शिक्षार्थी दोनों पर इसका सकारात्मक प्रभाव पड़ेगा। महर्षि महेश योगी द्वारा प्रतिपादित चेतना के सात स्तरों को शिक्षक एवं शिक्षार्थी अपने जीवन में व्यवहारिकता के साथ उतारे, तो यह अवस्था शिक्षा जगत में एक नवाचार बनकर उभर सकती है। चेतना की अवस्थाएं व्यक्ति की आंतरिक शक्ति, आंतरिक जागरूकता, मानसिक संतुलन, आध्यात्मिकता के विकास को बढ़ावा देती हैं। चेतना के सातों अवस्थाओं

**This article has been peer-reviewed by the Review Committee of Shodhmanthan.*

का व्यवहारिक अनुभव भावाति ध्यान पद्धति का नियमित अभ्यास करने से ही होता है, यह पद्धति न केवल मानसिक तनाव को काम करती है, बल्कि आत्म चेतना, भावनात्मक स्थिरता, आध्यात्मिकता को सुदृढ़ बनाती है।

चेतना आधारित शिक्षा शिक्षक एवं अधिगम दोनों के गुणवत्ता को भी सकारात्मक रूप से प्रभावित करती है। चेतना की उच्च अवस्थाएं व्यक्ति को न केवल मानसिक रूप से स्वस्थ बनाती है, बल्कि उसमें जीवन के प्रति गहन और सकारात्मक दृष्टि को उत्पन्न करती है। महर्षि महेश योगी के अनुसार, चेतना चेतना आधारित शिक्षा शिक्षक एवं शिक्षार्थी दोनों ही इस पद्धति का सकारात्मक उपयोग कर अपने जीवन को पुष्पित व पल्लवित कर आत्म उन्नति की ओर अग्रसित हो सकें, तथा यह ज्ञान का ही नहीं अपितु आत्म विकास को भी बढ़ावा देती है।

मुख्य शब्द

चेतना की सात अवस्थाएं, भावातीत ध्यान पद्धति, मानसिक स्वास्थ्य, शिक्षकों के लिए चेतना आधारित शिक्षा, शिक्षार्थी के लिए चेतना आधारित शिक्षा

प्रस्तावना

वर्तमान शैक्षिक जगत में, जहां ज्ञान का निरंतर संवर्धन हो रहा है, मानसिक स्वास्थ्य की समस्याएं दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही हैं तनाव प्रतिस्पर्धा एवं सफलता की ओर भाग दौड़ की दुनिया में शिक्षा, एवं शिक्षार्थी दोनों मानसिक तनाव से ग्रसित हैं, इस स्थिति से निवारण हेतु महर्षि महेश योगी द्वारा प्रतिपादित चेतना की सात अवस्थाएं जिसमें चौथी अवस्था भावातीत अवस्था है, इस भावातीत ध्यान को यदि दोनों शिक्षक एवं शिक्षार्थी अपने जीवन का अभिन अंग बनाएं तो इस समस्या का समाधान सकारात्मक रूप से निकल सकता है।

महर्षि महेश योगी द्वारा प्रतिपादित चेतना आधारित शिक्षा के अनुसार प्रत्येक व्यक्ति के अंदर एक सूक्ष्म चेतन निवास करती है, जिसको जाग्रत करने से व्यक्ति का समग्र जीवन प्रभावशाली, आनंदायक व समाज उपयोगी बन सकता है। चेतना का चौथा स्तर भावातीत ध्यान अवस्था अध्यात्म, विज्ञान, वेद का एक समग्र एकीकरण है, जिसको करने से मानवीय आध्यात्मिक एवं वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास होता है। (Travis et al. 2010)

चेतना की सात अवस्थाएं

सिगमंड फ्रायड ने, मनोविश्लेषण सिद्धांत जो मन का एक नवाचार आधारित मॉडल है, उसका प्रतिपादन किया, यह तीन स्तरों में विभाजित है—चेतन, पूर्व चेतन, और अचेतन। चेतन मन में से विचार और अनुभव शामिल होते हैं, जिनके बारे में हम सक्रिय रूप से जानते हैं, इसी को हम चेतना भी कहते हैं।

चेतन वह है, जो स्वयं के प्रति सचेत होती है, यह मूलभूत है, आत्म संदर्भित है, और आत्मनिर्भर भी है (Nader, 2015)

मन की चेतन अवस्था को महर्षि महेश योगी ने चेतना का विज्ञान कहा है, और इसकी सात अवस्थाएं बताई हैं, जाग्रत, स्वपन, सुषुप्ति, तुरिया या भावातीत, ब्रह्मांडीय, भारत और एकत्व चेतना।

जाग्रत अवस्था:- जाग्रत चेतना अवस्था जो साधारणता रोजमर्रा की चेतना है, जो सक्रिय विचार है, (सैंसरी परसेप्शन) संवेदी धारणा है, यह चेतना हमें जगते हुए, अनुभव होता है, उसे जागृत अवस्था कहते हैं।

स्वप्न अवस्था:- वह अवस्था जो अवचेतन मन की होती है, इसमें इन आंतरिक रूप से उत्पन्न कल्पना और संवेदनाओं का अनुभव करता है, उसे स्वप्न कहते हैं।

सुशुप्ति अवस्था:- यह वह अवस्था है जो बिना जाग्रत और स्वप्न तथा विचारों की होती है, यह अवचेतन विश्राम की अवस्था होती है, उसे सुशुप्ति अवस्था कहते हैं।

ब्रह्मांडीय अवस्था:- ब्रह्म अवस्था चेतन की अवस्था होती है, जिसमें भावातीत ध्यान के साथ-साथ जाग्रत स्वप्न और सुशुप्ति अवस्थाओं का समावेश होता है, इस अवस्था में व्यक्ति निरंतर आंतरिक शांति महसूस करने के साथ-साथ जीवन की गतिविधियों को भी एक स्थिर आंतरिक शांति के रूप में देखता है। इस अवस्था में निद्रा के दौरान भी जागरूकता बनी रहती है।

महर्षि महेश योगी के अनुसार, यह चेतना ब्रह्म चेतना है, क्योंकि यह सर्व समावेशी है, इसमें भावातीत चेतना के साथ-साथ जाग्रत, स्वप्न और निद्रा की अवस्थाएं एक साथ शामिल होती हैं।

तुरीय अवस्था:- तुरीय अवस्था एक आंतरिक अवस्था है, जिसमें मन पूरी तरह से सभी विचारों, भावनाओं और इंद्रियों से परे चला जाता है। यह एक ध्यान की अवस्था है, जिसमें शरीर विश्राम की अवस्था में रहते हुए भी जाग्रत रहता है, यह चेतना आगे आने वाली चेतनाओं का आधार माना जाता है।

महर्षि महेश योगी के अनुसार इस अवस्था में "सोचने वाला मन स्वयं चेतन बन जाता है" जो केवल अपनी एकीकृत असीम प्रकृति के प्रति जाग्रत होता है।

भगवत अवस्था:- भगवत अवस्था तुरीय अवस्था की ऊपर की अवस्था है, जिसे तीव्र अनुभूति और गहन प्रेम, भक्ति तथा सृष्टि में विद्यमान दिव्य तत्व के प्रति सराहना द्वारा पहचाना जाता है, इस अवस्था में व्यक्ति वास्तविकता को अत्यंत अर्थ पूर्ण अनुभव करता है, जो दिव्य स्थिति में परिपूर्ण होती है, और यह अनुभव गहन आनंद को पोषित करता है।

महर्षि महेश योगी के अनुसार, भगवत चेतन केवल आंतरिक शांति का स्तर नहीं है, यह उससे एक ऊंचा चरण है, या समृद्ध शांति है, यानि ऐसी शांति जो परम प्रेम और गहरी सराहना से जुड़ी होती है।

एकत्व अवस्था:- यह सबसे सर्वोच्च अवस्था है, सर्वोच्च चेतना है, इस अवस्था में आंतरिक आत्मा बाहरी जगत से पूर्ण रूप से एकीकृत हो जाती है, और सभी (द्वैत) समाप्त हो जाते हैं। इस अवस्था में पूर्ण आंतरिक स्वतंत्रता व परम आनंद उत्पन्न होता है। (McLead, 2025)

महर्षि महेश योगी के अनुसार महर्षि महेश एकत्व चेतना को उस अवस्था के रूप में वर्णित करते हैं, जहां व्यक्ति अस्तित्व को जीवन के सभी पहलुओं का आदर करता है तथा हर वास्तु के अस्तित्व को अभिव्यक्ति के रूप में देखता है।

चेतन आधारित शिक्षा की स्थापना चेतना विज्ञान के विश्व विपक्ष महर्षि महेश योगी ने की थी। इसकी शुरुआत फेयर फील्ड आयोवा स्थित महर्षि प्रबंधन विश्वविद्यालय से हुई थी। अब इसे

दुनिया भर के स्कूलों, कॉलेजों और विश्वविद्यालय द्वारा अपनाया जा रहा है, और इसे किसी भी संस्थान में उसके उद्देश्य या पाठ्यक्रम को बदलाव किए बिना आसानी से एकीकृत किया जा सकता है। (Travis al.2010)

भावातीत ध्यान के प्रवर्तक युग दृष्टा, महर्षि महेश योगी एक वैज्ञानिक संत

शिक्षा के क्षेत्र में महर्षि महेश योगी "चेतना प्रधान शिक्षा" पद्धति विकसित की। मानव मस्तिष्क की मात्र 5 से 10% तक ही क्षमता उपयोग में लाने वाली आधुनिक शिक्षा पद्धति की तुलना में शिक्षा में चेतना विज्ञान के समावेश से महर्षि जी ने सिद्ध किया कि यह छात्रों के मस्तिष्क के प्रत्येक तंतु को जगा कर उसकी संपूर्ण क्षमता के साथ जागृत कर सकता है।

"Consciousness based education is an integrated approach which combines both experience and understanding of wholeness and connectedness" (Shimt-Vilk, Hitan, and stinguard,2000).

महर्षि महेश योगी 1963,के शिक्षाओं पर आधारित चेतना आधारित शिक्षा चेतना का निर्माण है।

Paradigm of Education (Llewellyn & Pearson,2011) Figure-Source- (Llewellyn & Pearson,2011)

चेतना आधारित शिक्षा के प्राथमिक रूप से तीन कारक है :-

ज्ञाता (knower):- चेतना आधारित शिक्षा ज्ञाता(knower) पर बल देना है, यानि ज्ञाता की आंतरिक रूप से सीखने की क्षमता को विकसित करता है।

सीखने की प्रक्रिया (Leaning paradigm) :- यह कारक शिक्षार्थी के सीखने की प्रक्रिया पर बोल देता है, उसको बेहतर बनाने पर केंद्रित है।

ज्ञात (known) :- यह कारक शिक्षार्थी का अर्जित किया हुआ ज्ञान को कैसे बेहतर ढंग से संप्रेषित किया जाने पर बोल दमता है। (Llewellyn & Pearson,2011)

"Consciousness based education aims at the enlightenment and full flowering of the human potential" (Grant,1998).

चेतना आधारित शिक्षा मूल रूप से सुकरात के प्रसिद्ध कथन "अपने आप को जानों" को प्राथमिकता देती है, जिसे बाहरी दुनिया को समझने और आनंदपूर्ण जीवन जीने से पहले आवश्यक माना जाता है।

चेतना आधारित शिक्षा शिक्षार्थी को सक्रिय बनाने के साथ-साथ शिक्षार्थी अपने सिद्धांतों एवं व्यवहारों की पूरी जिम्मेदारी ले सके इसके योग्य बनाती है, शिक्षार्थी को रचनात्मक बनाती है (Gurubatham & Maheshwari,2022)

चेतना आधारित शिक्षा के अनुसार पाठ्यक्रम

चेतना पर आधारित पाठ्यक्रम प्रत्यक्ष अनुभव और बौद्धिक ज्ञान को प्राप्त करने में सहायक होता है।

चेतना आधारित शिक्षण और पाठ्यक्रम ऐसी विधि प्रदान करती है, जो समग्र रूप से शिक्षक एवं शिक्षार्थी को विस्तृत जागरूकता की ओर अग्रसर करती है।

चेतना आधारित शिक्षा एक स्वस्थ, तनाव मुक्त, पोषण युक्त वातावरण प्रदान करती है।

चेतना आधारित शिक्षा का पैराडाइम के अनुसार, समस्त ज्ञान ज्ञाता की चेतना में ही समाहित होता है।

चेतना आधारित शिक्षा का अनुभवात्मक पक्ष भावातीत ध्यान और इसकी उन्नत तकनीकों के अभ्यास के माध्यम से समग्र जागरूकता को विकसित करने पर केंद्रित है। इसका बौद्धिक पक्ष समस्त ज्ञान को प्राकृतिक नियमों के एकीकृत क्षेत्र से जोड़ता है, और यह व्यक्ति के शुद्ध चेतना के अनुभव से जुड़ता है (Gurubatham & Maheshwari, 2022.)

भावातीत ध्यान पद्धति

भावातीत ध्यान पद्धति महर्षि महेश योगी द्वारा 1958 में विकसित एक ध्यान प्रक्रिया है। यह एक आंतरिक तकनीक के रूप में प्रशिक्षित शिक्षकों के द्वारा सिखाई जाती है भावातीत ध्यान पद्धति बहुत ही सरल प्रक्रिया है इस ध्यान पद्धति में व्यक्ति को आंखें बन्द करके बैठना होता है और शिक्षक द्वारा दिए गए निर्देश का पालन और मंत्र का जाप करना होता है, इसमें व्यक्ति सूक्ष्म से सूक्ष्मतर की ओर शुद्ध चेतना तक पहुंचता है, भावातीत ध्यान चेतना की चौथी अवस्था है, , भावातीत ध्यान पद्धति में किसी भी तरीके का प्रयास नहीं करना पड़ता है। यह सहजता से परिपूर्ण है, और सहजता ही अभ्यास की कुंजी है। , भावातीत ध्यान पद्धति में जो मंत्र ध्वनि गुरु शिक्षक के द्वारा दिया जाता है वह स्वयं में अर्थहीन होता है, तथा प्राचीन वैदिक परंपरा द्वारा संरक्षित होता है।

प्रक्षिप्त नियमों के एक समूह के आधार पर दिया जाता है, जिन्हें लागू करने के लिए व्यक्तियों को प्रशिक्षित किया जाता है।

महर्षि महेश योगी के अनुसार मंत्र को इस प्रकार चुना जाता है कि वह व्यक्तिगत तंत्रिका तंत्र के संरचना के साथ प्रतिध्वनित हो सके। (Domash, 1975)

मनसिक स्वास्थ्य

जेम्स आर्थर हेड फील्ड के अनुसार :- मनसिक स्वास्थ्य संपूर्ण व्यक्ति के पूर्ण सामंजस्यपूर्ण कामकाज और एकीकरण की स्थिति है, जहां विचारों भावनाओं और व्यवहार के सभी पहलू सामंजस्यपूर्ण रूप से कार्य करते हैं।

कार्ल मनिंदर ने :- मनसिक स्वास्थ्य को दुनिया के साथ और एक दूसरे के साथ अधिकतम प्रभावशाली और खुशी के साथ मनुष्यों का समायोजन के रूप में परिभाषित किया।

अमेरिकन साइकोलॉजिकल एसोसिएशन ने :- मनसिक स्वास्थ्य को एक ऐसी स्थिति के रूप में परिभाषित किया है, जिसमें भावनात्मक कल्याण अच्छा व्यवहारिक समायोजन, चिंता और अक्षमक रने वाले लक्षणों से निपटने की क्षमता भी है।

प्रतिदिन सुबह शाम 15 से 20 मिनट भावातीत ध्यान पद्धति का नियमित रूप से अभ्यास करने से असीम रचनात्मक और पूर्ण व्यवस्था दैनिक जीवन में और अधिक जीवत तो हो जाती है, साथ ही साथ भावातीत ध्यान पद्धति व्यक्ति को सकारात्मक दिशा में गहन विश्राम प्रदान करती है।

जिससे व्यक्ति के अन्दर का तनाव दूर होता है, मानसिक शांति मिलती है, तथा शरीर, मन और व्यवहार व्यवहार के इष्टतम कार्यों में बाधा डालने से रोकती है। Wallace, 1986

महर्षि महेश योगी के अनुसार, जब व्यक्ति जाग्रत स्वपन और निद्रा की अवस्थाओं के साथ-साथ भावातीत ध्यान का अनुभव करता है, तो व्यक्ति सहज रूप से अपने मस्तिष्क का पूर्ण क्षमता के साथ उपयोग करता है। बिना किसी विकार के अपने लक्ष्य को असानी से प्राप्त करता है, स्वयं को या पर्यावरण को नुकसान पहुंचाये।

शिक्षकों के लिए चेतना आधारित शिक्षा

शिक्षा का लक्ष्य छात्रों को ज्ञान प्रदान करना कौशल एवं मूल्य से अवगत कराना है, जो छात्रों को व्यक्तिगत और व्यवसायिक लक्ष्य को प्राप्त करने और समाज के मूल्यों को प्राप्त करने में सहायक होता है, लेकिन आज की शिक्षा की मांग केवल व्यवसायिक लक्ष्य प्राप्त करना या सिर्फ ज्ञान अर्जन करना नहीं है। जबकि शिक्षा का मूल उद्देश्य उच्चतर चेतना का विकास करना है, जिसमें विचार और कर्म दोनों स्वाभाविक रूप से प्राकृतिक नियमों के साथ-साथ सामंजस्य में होते हैं, इच्छाएं बिना किसी तनाव या दबाव के पूरी होती हैं, और जीवन आनंद, स्वास्थ्य और पूर्णता के साथ व्यतीत होता है। जब यह स्तर प्राप्त हो जाता है, तब शिक्षा के सभी उद्देश्य सरल रूप से पूरे किए जा सकते हैं। Dillbeck, 2017

शिक्षकों के जीवन में तथा उनके परिवेश में मौजूद तनाव शिक्षक की रचनात्मकता को रोकता है विरोध भाव एवं विकार अव्यवस्था को उत्पन्न करता है। जब शिक्षक इन कारकों के नकारात्मक प्रभाव से ग्रसित होता है, तथा शिक्षक एवं छात्र दोनों की अव्यवस्था, भय तथा अविश्वास उत्पन्न होता है, तथा शिक्षक एवं छात्र दोनों की रचनात्मकता को सहजता से बाधित कर देता है। विस्तृत शोधों से यह सिद्ध हुआ है, कि महर्षि महेश योगी की चेतना विज्ञान तकनीक का नियमित अभ्यास करने से मानसिक तनाव समाप्त होता है तो पूरी कक्षा स्वतः व्यापक उद्देश्य पूर्ण और जीवंत बन जाती है अनुशासन सामंजस्य पूर्ण व्यवस्था अस्तित्व में आ जाता है। Dillbeck, 2017

शिक्षार्थी के लिए चेतना आधारित शिक्षा

आज की शिक्षा सिर्फ किताबों की ज्ञान पर आश्रित है, जिसमें छात्रों में मूल्य, आत्मज्ञान, समग्र विकास की कमी देखने को मिलती है, छात्र जिस प्रकार प्रश्न पूछते हैं, क्या ईश्वर है क्या स्वतंत्रता है क्या बुरे कर्मों का दंड मिलता है क्या निश्चित ज्ञान संभव है एक आदर्श समाज क्या होता है यह सभी प्रश्न कभी विज्ञान और दर्शन के हुआ करते थे, लेकिन आज के शिक्षा जगत में इन सभी प्रश्नों के उत्तर व्यापक रूप से नहीं मिल पा रहे हैं। "स्कूल केवल एक डे केयर सेंटर बनकर रह गया है। छात्रों के लिए महत्वपूर्ण है कि उनका विकास बहुमुखी हो वह ज्ञान अर्जित करने के साथ-साथ नैतिक मूल्य, अध्यात्म, वेद सामाजिक महत्व, आत्मिक ज्ञान को भी जान सके। A.Bloom, 1987).

निष्कर्ष

चेतना आधारित शिक्षा का लक्ष्य केवल ज्ञान प्रदान करना ही नहीं है, अपितु व्यक्ति के समग्र विकास को उन्मुख करना है, जैसे बौद्धिक, भावनात्मक, आध्यात्मिक और मानसिक। भावातीत ध्यान पद्धति के नियमित अभ्यास से शिक्षक और शिक्षार्थी दोनों मानसिक तनाव से मुक्त होकर अधिक रचनात्मक संतुलित व जागृत बन सकते हैं। चेतना आधारित शिक्षा शिक्षक को तनाव मुक्त वातावरण प्रदान करती है, जिससे कक्षा में अनुशासन सामंजस्य और सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

शिक्षार्थी के लिए चेतना आधारित शिक्षा केवल शैक्षणिक ज्ञान तक सीमित नहीं है, अपितु शिक्षार्थी का आत्मबोध, नैतिकता और जीवन के गहने प्रश्नों का उत्तर जानने में सहायक होती है, चेतना आधारित शिक्षा सुखद आनंद और उद्देश्य पूर्ण जीवन की ओर अग्रसर करती है। जिसमें व्यक्ति अपनी पूर्ण क्षमता का सकारात्मक दिशा में उपयोग करता है। चेतना आधारित शिक्षा व्यक्ति को अपने आप को जनों के दर्शन पर आधारित है, जो की आत्म-उन्नति, मानसिक स्वास्थ्य और सामाजिक उपयोगिता की ओर ले जाती है, महर्षि महेश योगी का शैक्षिक, दृष्टिकोण आधुनिक शिक्षा की सीमाओं को पार करके एक समग्र संतुलित और आनंदमय जीवन की दिशा में मार्ग प्रशस्त करता है।

संदर्भ

1. Alexander, C.n. et al., (n.d). Higher States of Consciousness in Vedic Psychology Of Maharishi Mahesh yogi: A theoretical Introduction and Research review. <https://www.academia.edu>
2. Bhavatit Dhyani. (2018). Nabhi Publication.
3. भागातील ध्यान के प्रवर्तक युग दृष्टा महर्षि महेश योगी एक वैज्ञानिक संत स्परिचुअल रीजेनेरेशन मूवमेंट फाउंडेशन आफ इंडिया
4. Brown, N. (2011). Art of Consciousness In Light of Maharishi Vedic Science [Doctoral Dissertation, Edith Cowan University]. <https://ro.ecu.edu.au/theses/378>
5. Consciousness-Based Education: International Foundation of Consciousness Based education (IFCBC). <https://consciousnessbasededucation.org>
6. Dillbeck, S.L., & Dillbeck, M.C. (1987). The Maharishi Technology Of The Unified Field In Education: Principles, Practice and Research. Modern Science And Vedic Science, 1(4), Pg. 383-431.
7. Global Country Of World Peace. <https://www.globalcountry.org>
8. Gurubatham, M. & Maheshawari, A. (2022). Consciousness-Based Education
9. Approaches For Developing Effective Inclusive Solutions for UN SDGs. <https://ic-sd.org>
10. Glassett, B.M. (2024). Exploring Higher States of Consciousness Through Maharishi Mahesh Yogi's Programme for Reading the Vedic Literature In Sanskrit [Doctoral Dissertation, Maharishi International University].
11. Science Of Being And Art Of Living. (1963). Nabhi Publication.
12. Travis, F.T. (2021). Consciousness Is Primary: Science of Consciousness for The 21st Century. International Journal Of Psychological Studies, 13(1). <https://doi.org/10.5539/ijps.v13nlp1>
13. Travis, F., Llewellyn, D., & Pearson, C. (Edit.) (2010). Consciousness-Based education And Maharishi Vedic science.