

# STADSVERLICHTING

VERANDER DE WERELD VANUIT JE HUISKAMER

KRIS & TIJN TOUBER



|                           |     |
|---------------------------|-----|
| MAHARISHI-EFFECT          | 8   |
| GOD FREQUENTIE            | 16  |
| LOVE CROWD                | 26  |
| SUPERGELEIDER             | 34  |
| DRIE VUREN                | 42  |
| GOUDEN TIJD               | 58  |
| HEIMWEE NAAR HET PARADIJS | 70  |
| NIEUWE DAGERAAD           | 78  |
| HUISKAMERGELUK            | 86  |
| MEDITATIES                | 104 |

# MAHARISHI EFFECT

‘War is over! If you want it.’

*John Lennon*

# BEATLES EN HIPPIES

*Stadsverlichting* begint met het bezoek van The Beatles aan de Indiase goeroe Maharishi Mahesh Yogi. Het is januari 1968 en de *Fab Four* zijn op het hoogtepunt van hun roem. *Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band* – de plaat die The Beatles een jaar eerder uitbrengen – is het startschot van de flowerpowerbeweging die als een warme wind over de wereld waait.

Vredestekens, ban de bom-stickers, lange haren, Indiase gewaden, minirokjes en ribbroeken zijn na enige tijd niet meer weg te denken uit het straatbeeld van elke moderne stad. Overal duiken kleurrijke jongeren op die zich verzetten tegen wrede oorlogen en verstikkende burgerlijkheid.

Maar in plaats van gewelddadig in opstand te komen, delen hippies bloemen uit en organiseren ludieke happenings. Mede door de oorlog in Vietnam groeit de beweging in korte tijd uit tot een mondiaal fenomeen. *TIME Magazine* besteedt er in de zomer van '67 zelfs een complete editie aan: *The Hippies, The Philosophy of a Subculture*.

Het bezoek van The Beatles aan India brengt miljoenen mensen van de ene op de andere dag in aanraking met oosterse spiritualiteit. Niet lang nadat John, Paul, George en Ringo weer terug zijn in Engeland zijn er steden waar meditatie een ware rage is geworden. En juist hier begint zich iets merkwaardigs af te tekenen. Het lijkt erop dat er minder criminaliteit is, het is minder druk op de spoedeisende hulp en zelfs het aantal verkeersongevallen lijkt af te nemen.

# MAHARISHI-EFFECT

Om te onderzoeken of dit werkelijk het geval is, vergelijken psychologen Candace Borland en Garland Landrith van 1967 tot 1972 elf Amerikaanse steden waar minimaal één procent van de bevolking regelmatig mediteert met elf steden waar dit niet het geval is. De misdaad in steden waar wordt gemediteerd, blijkt inderdaad te dalen: met 8,2 procent per jaar. In de controlesteden stijgt deze juist met 8,3 procent.

Dit opmerkelijke resultaat inspireert andere wetenschappers en uiteindelijk verrichten zestien universiteiten en twee onderzoeksinstituten onderzoek naar het zogenaamde Maharishi-effect. Vrijwel alle studies bevestigen de resultaten van Borland en Landrith: mensen die mediteren hebben niet alleen een positief effect op zichzelf, maar ook op hun omgeving.

Heel concreet betekent dat: minder ongelukken, rechtszaken, branden, echtscheidingen, zelfdodingen en griepgolven. Minder sigaretten- en alcoholconsumptie, inflatie, werkloosheid en geweld. Meer aanvragen voor patenten (verhoogde creativiteit) en zelfs hogere beurskoersen.

De onderzoekers vermoeden dat het Maharishi-effect wordt veroorzaakt door een coherent veld (coherentie betekent samenhang) dat mensen die mediteren om zich heen hebben. Dit energieveld zou zorgen voor harmonie, afstemming en flow.

## TWEE METER SNEEUW

Ook yogi's – met name van de transcendente meditatie (TM)-beweging van de Maharishi – beginnen na deze bemoedigende resultaten te experimenteren en te onderzoeken of het inderdaad mogelijk is om de omgeving bewust te verlichten door samen stil te zijn. Het blijkt te werken.

In New Delhi, waar in 1980 gedurende een periode van vijf maanden gericht wordt gemediteerd, neemt de misdaad met elf procent af. In Puerto Rico (1984) en Manila (1980 en 1984) worden vergelijkbare resultaten geboekt. Metingen gedurende zes jaar (van 1987 tot 1992) in het Engelse Merseyside district laten zien dat dit het enige van de 42 Britse politiedistricten is waar de misdaadcijfers in die periode dalen. Het scheelt de Britten zo'n anderhalf miljard euro aan overheidsuitgaven.

In de zomer van 1993 komen vierduizend TM-beoefenaars bijeen in Washington D.C. – een van de meest criminele steden van Amerika – met als doel de misdaad met twintig procent omlaag te brengen. De hoofdcommissaris van de politie verleent zijn medewerking, maar is sceptisch. 'Alleen twee meter sneeuw kan de criminaliteit hier met twintig procent doen dalen,' broemt de man. Hij krijgt gelijk, maar het scheelt niet veel. De misdaad daalt met achttien procent.

# FANTASTISCH NIEUWS

Als yogi's naar oorlogsgebieden worden gestuurd, treedt hetzelfde effect op. In Libanon worden acht nieuwsbronnen bijgehouden. Gedurende de periode dat er wordt gemediteerd, vallen er 71 procent minder doden, 68 procent minder gewonden en is er een toename van 66 procent in activiteiten die tot vrede en samenwerking leiden.

Omdat de effecten na vertrek van de yogi's snel afnemen, wordt besloten de plaatselijke bevolking te leren mediteren. Wanneer inwoners van het Libanese stadje Baskinta de techniek onder de knie hebben, worden ze vrijwel niet meer getroffen door artillerievuur, terwijl dat in de voorgaande twee jaar maar liefst achthonderd keer is gebeurd.

De vijf omringende steden worden nog wel getroffen, zelfs nog meer dan in de voorgaande jaren. Ook op afstand heeft meditatie effect. Wanneer in Amerika, Nederland, Italië en Israël gericht wordt gemediteerd, is dat in Libanon meetbaar.

Als deze resultaten inderdaad kloppen, dan is dat fantastisch nieuws. Het betekent dat we wel degelijk invloed hebben op onze wereld en haar toekomst. We staan niet machteloos. Sterker nog: we zijn waarschijnlijk een stuk effectiever dan de meeste politici, militairen of geestelijke leiders. Tenminste, als we de krachten bundelen en samen een coherent veld neerzetten.



# PAULI-EFFECT

Je vraagt je af waarom er niet meer met deze studies is gedaan. Waarom is er nog geen vredesleger dat door de Verenigde Naties wordt ingezet om ‘stiltebommen’ te droppen in brandhaarden over de wereld? Waarom hebben we niet vaker gezamenlijke stiltemomenten – en niet alleen als het te laat is en er weer slachtoffers zijn gevallen van zinloos geweld? Waarom beginnen vergaderingen en debatten niet met een minuut stilte?

De reden is dat veel mensen het Maharishi-effect nog altijd ‘vaag’ en ‘zweverig’ vinden. Diezelfde mensen vinden Max Planck, Albert Einstein, Niels Bohr en Werner Heisenberg waarschijnlijk ook vaag. Deze Nobelprijswinnaars in de natuurkunde waren begin vorige eeuw al overtuigd van het Maharishi-effect. Zij ontdekten (tot hun eigen schrik) dat hun gedachten en intenties effect hadden op de uitkomst van hun experimenten. De geest bleek de materie te beïnvloeden...

Er was zelfs een natuurkundige die hele proefopstellingen deed exploderen. De Oostenrijker Wolfgang Pauli had zo’n krachtig veld om zich heen, dat proeven in zijn omgeving spontaan mislukten. Pauli was theoretisch fysicus en kon er niet tegen als de praktijk hem soms ongelijk gaf. Proeven mislukten zo vaak, dat het fenomeen een naam kreeg: het Pauli-effect.

# KRACHT VAN INTENTIE

Nu denk je misschien: ‘Ja maar wacht eens even, als verwachtingen en intenties van onderzoekers invloed hebben op de uitkomst van hun experimenten, hoe zit het dan met de onderzoeken van Borland en Landrith? Ook zij kregen de antwoorden die ze wilden hebben, toch?’

Inderdaad, maar dat is nu juist de grap: de intentie die we uitzenden *wordt* ook realiteit. En hoe helderder (coherenter) die intentie is, hoe concreter het wordt. Dat is onder meer de reden waarom de islam momenteel zo’n dominante beweging is. Wat denk je dat er gebeurt als een kwart van de wereldbevolking vijf keer per dag op hetzelfde moment een eenduidige intentie uitzendt?

Als het waar is dat onze intenties de werkelijkheid beïnvloeden, dan is het zinloos om lang te discussiëren over het waarheidsgehalte van bovenstaande onderzoeken. Beide partijen – de sceptici en de *believers* – hebben gelijk, omdat zij zien (en manifesteren) wat ze willen zien. Sinds Einstein en zijn vrienden het Maharishi-effect aantoonde, weten we dat objectieve wetenschap niet bestaat. Onderzoekers vinden niet zozeer *de* waarheid, maar vooral *hun* waarheid.

Dus, in plaats van lang te discussiëren en te wachten tot de wetenschap het effect van gedachten en intenties een keer bewijst, kunnen we beter aan de slag gaan. Wanneer we de krachten bundelen en in elke stad en in elk dorp een aantal mensen verantwoordelijkheid nemen voor hun bewustzijn, dan kunnen we heel effectief zijn. Een betere wereld begint niet in Den Haag, maar in jouw huiskamer.