

Geachte lezer,

Oorlog vernietigt miljoenen levens. Het helen van het leed en de trauma's duurt twee tot drie generaties. Ook het herstel van de economische schade neemt lange tijd in beslag. En dat terwijl oorlogen momenteel met een nieuwe techniek eenvoudig te voorkomen zijn.

De geschiedenis van de mensheid is doortrokken van geweld, oorlogen en conflicten, maar toch is de situatie nu anders. In deze tijd met zijn massavernietigingswapens is een handjevol mensen in staat de wereld te vernietigen. En met zo'n ongreepbare vijand werkt het oude systeem van afschrikking en onderhandelingen niet meer.

Bij de aanslagen van 11 september 2001 bleek dat zelfs het machtigste land ter wereld niet in staat is zijn burgers te beschermen tegen terroristische aanslagen. En het wordt erger. De bommen die als reactie hierop in Afghanistan en Irak terecht zijn gekomen, maken geen onderscheid tussen vriend en vijand en de haat neemt hand over hand toe. Steeds meer mensen zijn bereid hun leven op te offeren in een ontwrichtende zelfmoordaanslag.

Niemand is meer veilig. Niet in Europa. Niet in Nederland.

Ook onze materiële welvaart hangt af van vrede. Oorlog verstoort de wereldhandel. Hele sectoren lijden verlies. Een vermogen kan slinken in de loop van enkele uren. **Het voorkómen van oorlogen en terroristische aanslagen is noodzakelijk voor het veiligstellen van kapitaal en verdient de hoogste prioriteit.**

In deze brochure vindt u de methode om dit te verwezenlijken en de manier waarop ú daaraan kunt bijdragen.

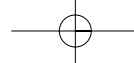
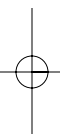
Met vriendelijke groet,

het bestuur van het Fonds voor Duurzame Wereldvrede,

**drs. Wim van den Berg, ir. Luc Henrard MBA, dipl.-ing. Wilhelm Bosch,
Nikolaus Fürst Blücher von Wahlstatt, Ursula Fürstin Blücher von Wahlstatt, prof. dr. G.J. Tangelder**



Een nieuwe vredestechniek





Vroegere vredestechnieken

Vredestechnieken die in het verleden niet werkzaam bleken

- *Wapentechnologieën*
Door ontwikkeling van nieuwe wapentechnologieën of defensieschilden komt vrede niet dichterbij. Of oorlog nu gevoerd wordt met stokken of met atoomwapens, het is geen vréde. Vrede wil zeggen dat er geen vijanden zijn.
- *Wederzijdse afschrikking*
Tijdens de wapenwedloop en de Koude Oorlog kon louter het indrukken van een verkeerde knop al leiden tot de vernietiging van de wereld: Mutual Assured Destruction (MAD). Met recht 'mad'.
- *Vredesverdragen*
Sinds 1000 v.C. zijn er meer dan 8000 vredesverdragen gesloten die gemiddeld niet langer dan negen jaar standhielden.
- *Supranationale organisaties*
Deze werden aanvankelijk opgericht met de bedoeling een forum te scheppen voor dialoog tussen landen zodat er geen misverstanden zouden ontstaan. Communicatie werd gezien als een effectieve vervanging van strijd en militaire macht.
 - De Volkerenbond werd opgericht in 1920 om zeker te stellen dat de Eerste Wereldoorlog de 'oorlog was die een eind zou maken aan alle oorlogen'. Twintig jaar later barstte de Tweede Wereldoorlog los.
 - De Verenigde Naties is opgericht in 1945 om eens en voor al een einde te maken aan oorlogen en conflicten tussen landen. Sindsdien zijn er meer dan 150 grote oorlogen gevoerd.

Waarom zouden deze methoden in de toekomst wel werken?

Er is een nieuwe techniek nodig.

Daarover gaat deze brochure.

Inhoud

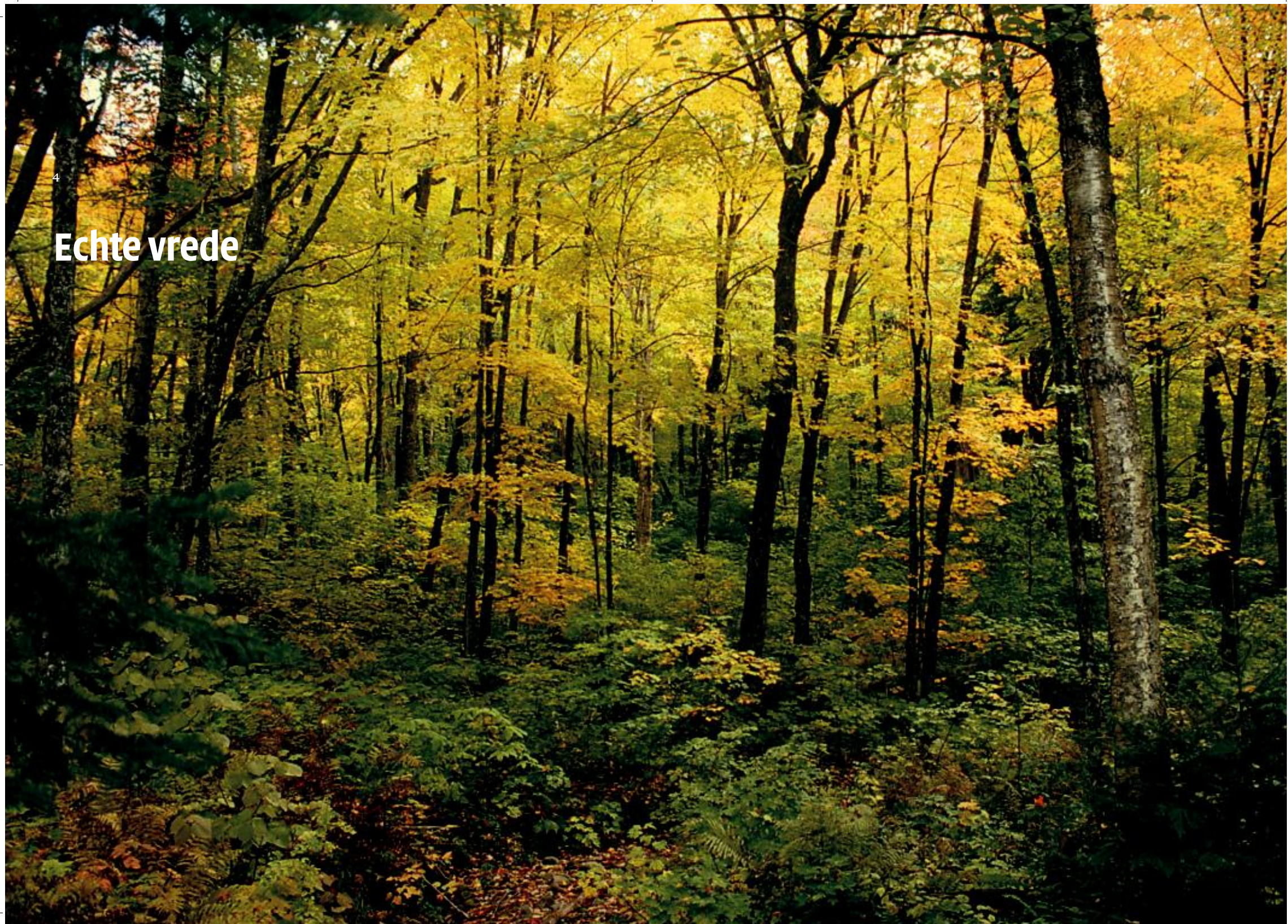
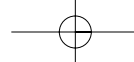
Brief aan de lezer.....	1	Wereldwijd vredesproject.....	24
Vredes technieken die in het verleden niet werkten	2	Samenvatting	25
Echte vrede	4	Initiatief vanuit de samenleving	26
Vredeservaringen van topmensen.....	5	Wereldwijd vredesproject in cijfers	26
Onderzoek bij top-performers	6	Een greep uit projecten en initiatieven	27
Onderzoek naar meditatie	7	– in Nederland	27
Vredes technieken	8	– in Duitsland	28
Uitstralingseffect en hersenonderzoek	9	– in Engeland	28
Verenigd Veld – werkingsschema.....	10	– in Israël	28
Neurotransmitters en gelukshormoon	11	– in India	28
Herkomst van de vredes techniek	12	– in Japan	29
Onvrede of vrede?	14	– in de Verenigde Staten	29
Research naar criminaliteit	15	Fonds voor Duurzame Wereldvrede	30
Research naar invloed op oorlog.....	16	Bestuur	31
Demonstratieproject in Washington	17	Bijdragen aan vrede	32
Vredesgroepen	18	Donaties, belastingaftrek	33
Hoe te realiseren?	19	Schenking met notariële akte.....	34
Ervaren van onoverwinnelijkheid	20	Schenken via nalatenschap – legaat	35
Research naar effect op wereldpolitiek	21	Erfstelling, goededoelentestament	36
Research naar effect op terrorisme	22	Fonds op naam	37
Een land past het toe.....	23	Notariële volmacht voor gratis acte	38



Een nieuwe vredes techniek

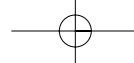
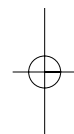
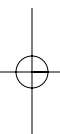
“Aanvankelijk was ik sceptisch, maar na bestudering van de research tot nog toe ben ik tot de conclusie gekomen dat de juiste experimenten zijn gedaan voor het toetsen van de theorie (die in deze brochure wordt uiteengezet, red.). Deze onderzoeken tonen degelijke resultaten die serieuze belangstelling verdienen.”

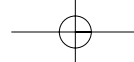
Prof. Ken Pease, hoogleraar criminologie, adviseur van het Amerikaanse Ministerie van Binnenlandse Zaken



4

Echte vrede





Vrede is meer dan de afwezigheid van oorlog

Echte vrede betekent: vrede in de hele samenleving en in ieder mens. Een samenleving dus zonder pesten op school, geweld op straat, voetbalvandalisme, wapens op party's, huiselijke twisten, stammenstrijd op de werkplek. Een samenleving zonder druk of dwang, zonder angst of agressie. Onbestaanbaar?

Waar is vrede nog te vinden? Overal lijkt wel stress te heersen. Hoe kun je je nog ontspannen? Als de burn-out op de loer ligt, de depressie, de eenzaamheid. Het lijkt dat ware vrede onmogelijk is.

Toch voltrekt zich een verandering, een omwenteling. Veel mensen hebben opnieuw de plek ontdekt waar vrede te vinden is...

Vrede is diep in onszelf te vinden

Diep in ieder mens is een plek waar het vredig is, waar stilte heerst en een onzegbaar gevoel van geluk. Zoals is ervaren door nobelprijswinnaar president Sadat:

Toen Anwar El Sadat in zijn jonge jaren politiek gevangene was, had hij een ervaring van 'het bereiken van volmaakte innerlijke vrede (die ...) een mens absoluut geluk kon verschaffen. (...) Ik was in staat de begrenzings van tijd en plaats te transcenderen. Alles werd een bron van vreugde en verrukking.' Deze piekervaringen vormden een keerpunt in zijn leven. Sinds die tijd werd zijn 'allesoverheersende doel om mensen gelukkig te maken'. *
Uiteindelijk werd deze politieke gevangene president van Egypte. Eind jaren zeventig nam hij het initiatief voor een vredesverdrag met Israël en hiervoor kreeg Sadat de Nobelprijs voor de vrede.

* Bron: Pearson, The supreme awakening

Heel wat mensen kunnen bogen op de ervaring van deze innerlijke vrede. We weten het van natuurkundigen als Einstein, Kepler, Maxwell en Schrödinger.

Ook van sommige componisten waaronder Mozart, Beethoven en Brahms is bekend dat zij diepe ervaringen hadden van innerlijke vrede. Dichters als Alfred Lord Tennyson, Wordsworth en Henriëtte Roland Holst vertrouwden deze ervaringen aan het papier toe.

Billy Jean King, de tennisster die twintig Wimbledonstitels veroverde, beschrijft haar ervaring van een transcendente vrede tijdens een topwedstrijd (zie volgende pagina).

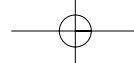


Echte vrede

In de harten van de mensen is er momenteel een diep verlangen naar vrede.

Wanneer de ware geest van vrede gaat domineren, wordt het een innerlijke ervaring met onbegrensde mogelijkheden. Alleen wanneer dat werkelijk gebeurt – als de geest van vrede ontwaakt en bezit neemt van de harten van de mensen – kan de mensheid worden gered van vernietiging.

Dr. Albert Schweitzer, arts-pionier in Afrika
(1875-1965)



Billie Jean King (rechts) met
Martina Navratilova



6

Echte vrede

“De essentie van leiderschap is volledige en vrije zelfexpressie. En de sleutel tot zelfexpressie is zelfkennis... Om een leider te worden lijkt het me belangrijk de nadruk te leggen op de ontwikkeling van bewustzijn, een onderwerp dat traditioneel door managementonderwijs is vermeden.”

Prof. Gerrit Broekstra, hoogleraar Universiteit Nijenrode

“Het lijkt bijna alsof ik in staat ben om mijzelf te verplaatsen boven de drukte op het veld naar een plek van totale vrede en kalmte. Perfecte slagen breiden zich uit tot perfecte matches. Ik waardeer wat de tegenstander doet op een ontstegen, abstracte manier. Als een waarnemer in de kamer ernaast... Het is een volmaakte combinatie van (intense) actie die plaatsvindt in een sfeer van totale kalmte. Als dit gebeurt, wil ik de wedstrijd stoppen en de microfoon pakken en schreeuwen dat dit is waar het allemaal om gaat (en niet om de prijzen).”

Billie Jean King, toptennisster

Bron: King & Chapin, *Billie Jean*, Harper & Row New York

Onderzoek bij performers

Martti Ahtisaari, de Finse topdiplomaat die onderhandelde over de vrede in Bosnië en het verdrag dat leidde tot een vrij Namibië, maakt deel uit van een informele groep ‘top-performers’. Deze Worldclass Performance Group bestaat uit enkele tientallen mensen uit bedrijfsleven, bestuur, onderwijs, kunst en sport. Om uit te vinden waarom juist zij in hun discipline uitblinken, werd onderzoek gedaan naar hun attitudes, gewoonten, technieken en inzichten. De uitkomst van dit onderzoek wijst onomwonden naar het effect van de ervaring van innerlijke vrede.

De conclusie van deze Worldclass Performance Study luidt:

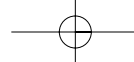
“In feite is het een verhoogd besef van bewustzijn dat uit onze analyse naar voren komt als de belangrijkste overeenkomst tussen de world performers.”

In een vervolgonderzoek werd aan dezelfde groep top-performers een aantal specifieke vragen voorgelegd, waaronder: “Hebt u wel eens een toestand van perfecte vrede beleefd waarin de geest wakker is, maar stil, een toestand waarin bewustzijn lijkt te zijn uitgebreid voorbij de grenzen van het denken, voorbij de grenzen van ruimte of tijd?”

De overgrote meerderheid beantwoordde deze vraag met ‘ja’: 19 van de 22 zeiden dat zij ten minste elk jaar wel een keer zo’n ervaring meemaakten. Deze topmensen beleefden deze ervaring tienmaal vaker dan een controlegroep bestaande uit studenten.

De omstandigheden waarin deze ervaringen optraden, beschreven de top-performers zo:

‘Luisterend naar klassieke muziek, thuis of in een concert.’ ‘In ons zomerhuis aan het meer.’ ‘Tijdens rustige maaltijden met mijn vrouw.’ ‘Dit kwam vaak voor in mijn dagelijkse meditatie.’ ‘Soms als ik alleen ben, mediterend en ontspannend in de bergen, neem ik de vrede en kalmte in mij op.’



Deze ervaringen 'voorbij de grenzen van ruimte of tijd' worden transcendent ervaringen genoemd. Het ervaren van het transcendent wordt bevorderd door beoefening van transcendent meditatie, die de basis vormt van de technieken om vrede te scheppen.

Dat leiderschap bevorderd wordt door ervaringen van het transcendent, werd al gesignaleerd door Abraham Maslow, de grondlegger van de humanistische psychologie.

“Het is mijn voorlopige indruk dat ik het herkennen van transcendentie vaker aantref bij krachtige en verantwoordelijke leiders en managers.”

Abraham Maslow, grondlegger van de humanistische psychologie
Bron: Maslow, *The further reaches of human nature*, The Viking Press New York

Hersenonderzoek

De mate van innerlijke vrede en harmonie in een persoon is te meten aan de hand van de hersengolven op het EEG, elektrische verschijnselen die door de hersenen worden geproduceerd. In een ziekenhuis kan een elektroencefalogram (EEG) worden gemaakt. Wanneer er een computer op wordt aangesloten, zijn de frequenties te analyseren.

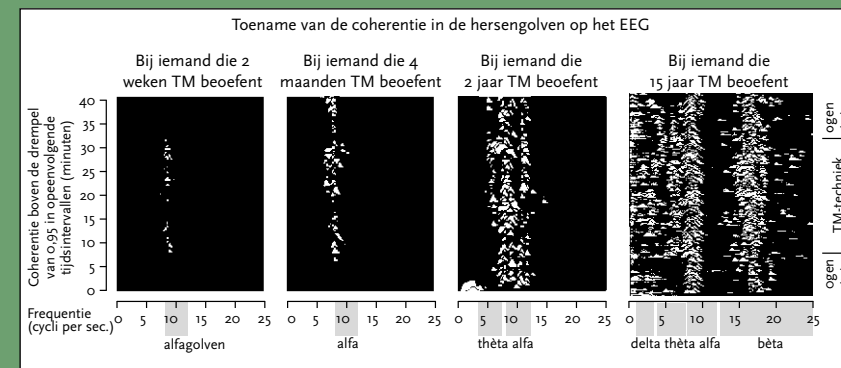
Het blijkt dat de meeste mensen een allegaartje aan frequenties hebben op hun EEG, die niet synchroon lopen als ze van verschillende plaatsen op het schedeldak worden opgenomen. De verschillende delen van onze hersenen werken gewoon niet al te best samen. Een teken van de hedendaagse stress.

Maar bij mensen die transcendent meditatie beoefenen, bestaat er een opvallend goede afstemming tussen verschillende delen van hun hersenen. De verschillende frequenties lopen bij hen synchroon: ze gaan gelijk op over een groot deel van het schedeldak. Dit verschijnsel wordt coherentie genoemd, samenhang.

“Naast gezonde voeding en lichaamsbeweging verdient Transcendente Meditatie (TM) een plaats in het leven van mensen, zodat de horizon wordt verbreed en er een verdraagzamere maatschappij ontstaat.”

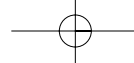
Stelling in het proefschrift van dr. G.H. Koek, internist voor maag-, darm- en leverziekten in het universiteitsziekenhuis, Rijksuniversiteit Limburg, Maastricht, 6-2-2004.

Grotere ordelijkheid in de hersenfunctie

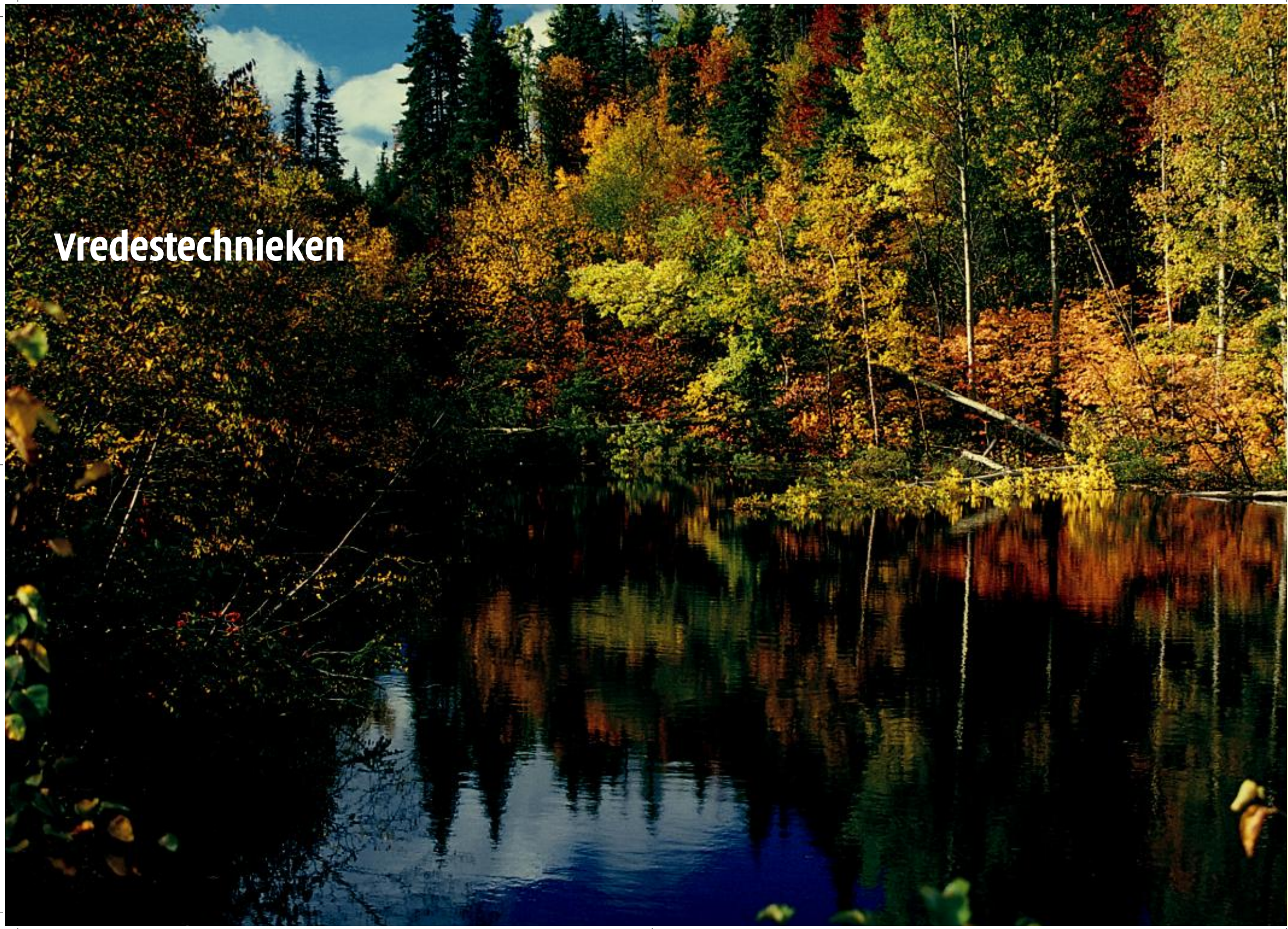


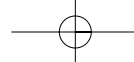
Tijdens de Transcendente Meditatie-techniek (TM) vertonen EEG-afleidingen van verschillende plaatsen van het hoofd een verhoogde mate van coherentie: de hersengolven zijn over een grote afstand in fase, ze gaan gelijk op. Dat ziet er in de figuur uit als een 'bergje'. In de figuren is te zien dat deze coherentie zich in de loop van de tijd uitbreidt naar andere frequenties en ook na de meditatie blijft bestaan. Dit wijst op stabilisering van innerlijke rust en helderheid. Dit is in verschillende EEG-onderzoeken bevestigd.

Bron: P. Levine *The coherence spectral array (COSPAR) and its application to the study of spatial ordering in the EEG. Proceedings of the San Diego Biomedical Symposium 15 (1976) (CP1, 20)*. Zie ook M.C. Dillbeck e.a. *Short-term longitudinal effects of the TM technique on EEG power and coherence, International Journal of Neuroscience 14 (1981): 147-151*



Vredestechnieken





Collectieve onvrede

Mensen gaan niet graag op vakantie naar een gebied waar net oorlog is geweest, ook al is het schieten opgehouden en de vrede getekend. De sfeer van haat en wanhoop blijft nog lang hangen, soms zelfs generaties lang.

Deze stress in het collectieve bewustzijn is gebaseerd op de stress in het bewustzijn van de bewoners. En omgekeerd worden individuele mensen weer beïnvloed door de collectieve sfeer van stress.

Filosofen als Plato, Spinoza en Schopenhauer bevestigen dat mensen onderling verbonden zijn in de diepte van hun bewustzijn. Deze opvatting werd ook gehuldigd door verschillende grondleggers van de psychologie, zoals Gustav Fechner, William James en Carl G. Jung.

Dit collectieve bewustzijnsveld is onzichtbaar, net zoals de elektromagnetische golven van een televisie-uitzending onzichtbaar zijn tot het tv-toestel wordt aangezet. Maar wij mensen zijn in staat dit collectieve veld van bewustzijn op te merken en we noemen het de sfeer in een huis, de sfeer in een groep, de sfeer in een land. Evenzo bestaat er een sfeer op onze aarde en die is op dit moment bepaald niet vreedzaam.

Uitstraling naar de omgeving

Ieder mens brengt invloeden voort in zijn omgeving. Niet alleen door zijn spreken en handelen, ook door zijn denken en door de diepte van zijn stilte, de mate van zijn innerlijke vrede.

Dit blijkt te meten te zijn met behulp van het EEG (elektro-encefalogram). De elektrische golven van de hersenen worden niet verder uitgestraald dan zo'n centimeter buiten het hoofd. Maar opvallend is dat de coherentie veel verder reikt. Dit is vastgesteld bij mensen die een gevorderde meditatietechniek beoefenen die het TM-Sidhiprogramma wordt genoemd.

Hoe kan harmonie zo ver worden doorgegeven? Wel, dat gebeurt via het verenigd veld. (Zie de volgende pagina.) En dat gaat ogenblikkelijk, zonder vertraging in tijd.

Wanneer een grote groep mensen gezamenlijk het TM-Sidhiprogramma beoefent, neemt de coherentie niet alleen in hun eigen hoofd toe, maar ook op de EEG's van mensen die verderop zitten te mediteren, zelfs duizenden kilometers verderop.

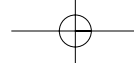
Bron: Orme-Johnson, e.a. Intersubject EEG coherence: Is consciousness a field? *International Journal of Neuroscience* 16: 203-209, 1982.



Vredestechnieken

De liefde voor je land is iets prachtigs. Maar waarom moet liefde ophouden bij de grens?

Pablo Casals (1876-1973)
Spaans musicus en filantroop





Vredestechnieken

Als er licht is in de ziel,
 is er schoonheid in de mens.
 Is er schoonheid in de mens,
 dan is er harmonie in het huis.
 Is er harmonie in het huis,
 dan is er orde in het land.
 Is er orde in het land,
 dan is er vrede in de wereld.

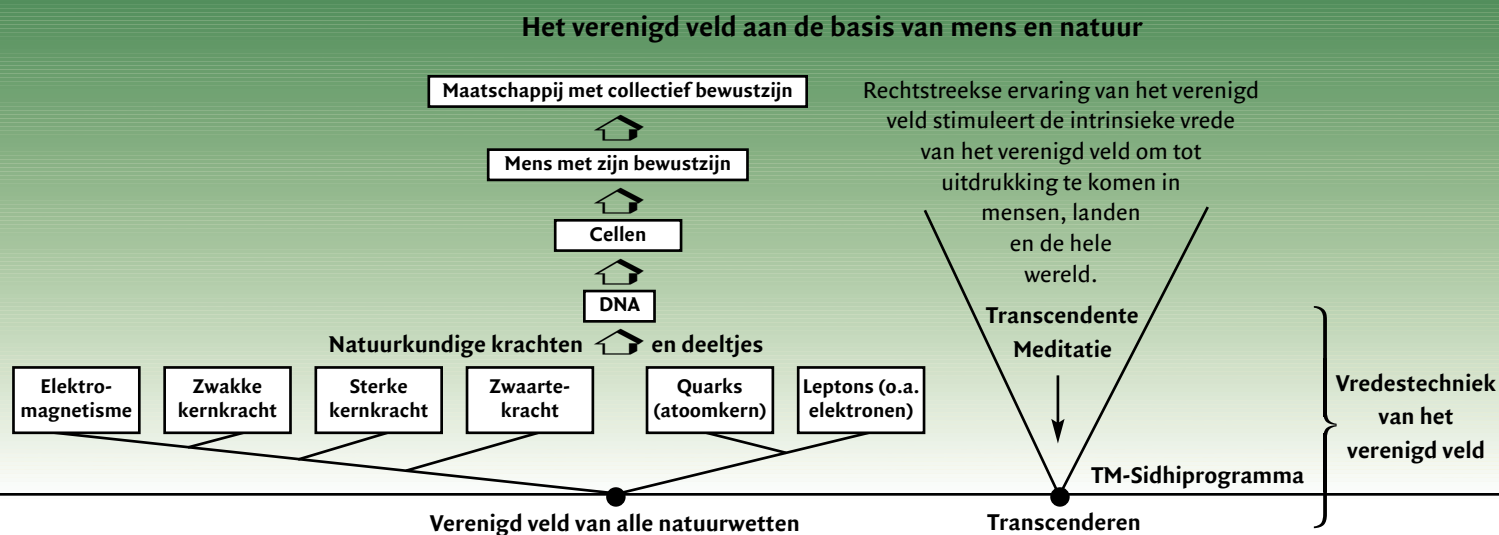
Chinees spreekwoord

Het verenigd veld

Einstein streefde ernaar om alle natuurkundige verschijnselen samen te vatten in één allesverklarende theorie. Inmiddels is de natuurkunde ver gevorderd in het opstellen van deze 'theorie van alles'. Deze theorie gaat uit van het verenigd veld, ook wel nulpuntveld genoemd. Het verenigd veld verenigt alle deeltjes- en krachtenvelden en vormt de oorsprong van alle fenomenen in de natuur.

Het verenigd veld is dus ook de basis van de mens. De mens is in staat om contact te maken met dit verenigd veld. Dit noemt men transcenderen, het overschrijden van de beperkingen van ruimte en tijd naar een toestand van diepe rust en vrede. Want in het verenigd veld bestaat geen dualiteit, alleen een onderliggende eenheid.

Via het verenigd veld is alles met alles verbonden. Op deze onzichtbare wijze is ook ieder mens met elk ander mens verbonden. Een impuls op het niveau van het verenigd veld wordt onmiddellijk overal verspreid. Voorbij ruimte en tijd ligt het meest fundamentele gebied van de natuur met mogelijkheden die tot nog toe ongebruikt bleven.





Coherentie verspreiden

Via het verenigd veld kan coherentie zich onmiddellijk verspreiden en het collectief bewustzijn beïnvloeden in de richting van harmonie en vrede. We zagen al dat dit werkt met het EEG. Het werkt ook met hormonen en vergelijkbare boodschapperstoffen in de hersenen.

Een van die boodschapperstoffen, serotonine, brengt een geluksgevoel teweeg. Dit 'gelukshormoon' neemt toe tijdens beoefening van transcendentale meditatie en het TM-Sidhiprogramma.

Een schooljongen van twaalf uit een naburig dorp merkte heel goed wanneer er op een weekend een grote groep mensen bijeen was om het TM-Sidhiprogramma te beoefenen. Dan voelde hij zich van binnen heel gelukkig. Hoe groter de groep was, hoe gelukkiger de jongen werd.

Op school hoorde hij over het gelukshormoon serotonine en toen bedacht hij een experiment. Volgens hem moest het serotonine niet alleen stijgen in de groep mensen die samen mediteerde, maar ook in de mensen in het naburige dorp.

Wetenschappers vonden het een interessante vraagstelling en voerden het experiment uit zoals de jongen had voorgesteld. En wat bleek? De slimmerik had gelijk. De meditatiegroep had inderdaad een effect op de hoeveelheid gelukshormoon in de mensen uit het dorp, ook al mediteerden die zelf niet.

Vrede is dus besmettelijk. Tenminste, wanneer je vanaf het diepste niveau werkt. Vanaf het niveau van het verenigd veld.

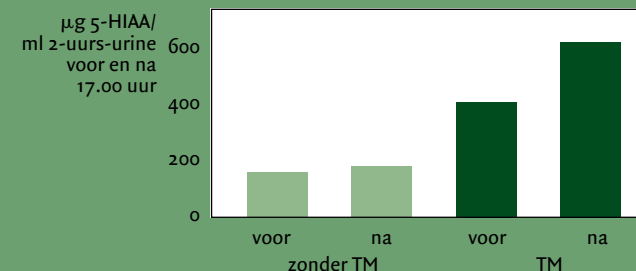
Als mensen door een vredescheppende techniek te beoefenen geluk, vreugde en vrede kunnen verspreiden in de samenleving, dan is de hele gemeenschap te veranderen van gestrest naar vredig.

Gebouwen in de Verenigde Staten, specifiek opgetrokken voor gezamenlijke beoefening van de vredestechniek van het verenigd veld.



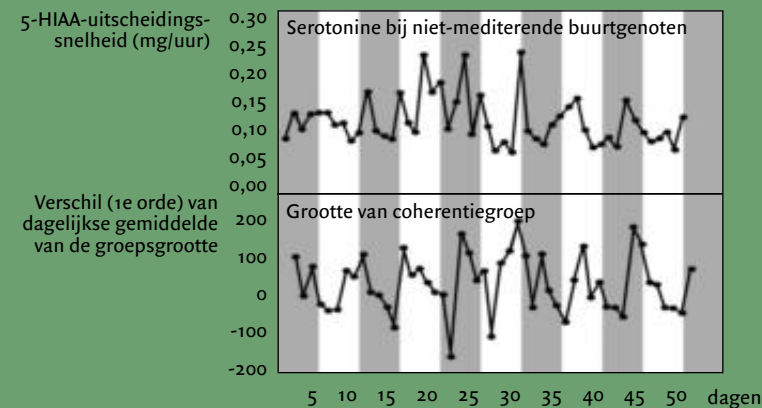
11

Gelukshormoon serotonine



Serotonine stijgt door de meditatie. Links staan de waarden van de controlegroep. Rechts de waarden van beoefenaars van de TM-techniek voor en na de meditatie. Het serotonine werd standaard gemeten door het uitscheidingsproduct ervan in de urine te bepalen.

Bron: Bujatti en Riederer. Serotonin, noradrenaline, dopamine metabolites in Transcendental Meditation Technique, *Journal of Neural Transmission*, 39(3): 257-267, 1976



Er bleken pieken op te treden in het serotoninegehalte wanneer de groep TM-Sidhibeefenaars groot was, bijvoorbeeld honderd meer dan het gemiddelde. Dit gold niet alleen voor de groepsdeelnemers, maar evengoed voor niet-mediterende buurtbewoners.

Bron: Pugh e.a. Can time series analysis of serotonin turnover test the theory that consciousness is a field? *Society for Neuroscience Abstracts* 14: 372, 1988



Vredestechnieken

“Het voordeel van TM vind ik dat je er zelf mee bezig kunt zijn. Onafhankelijk van een persoon of organisatie heb je thuis zelfstandig toegang tot stilte en zuiverheid.

Verder vind ik het van belang dat er veel wetenschappelijk onderzoek over is gepubliceerd, meer dan over andere technieken voor meditatie of zelfontplooiing.

Dat onderzoek laat zien dat de techniek werkt en gunstige effecten heeft op tal van gebieden.”

Professor dr. Geert-Jan Tangelder, hoogleraar fysiologie aan de Vrije Universiteit in Amsterdam

De vedische traditie, duizenden jaren oud, en toch levend tot op de huidige dag

Uit oeroude tijden klinken echo's door van beschavingen waarin een paradijselijk leven bestond, leven in harmonie met de natuur. In harmonie met de innerlijke natuur van de mens.

In sommige afgelegen delen van de wereld zijn nog de methoden overgeleverd om zo'n ideale samenleving te scheppen, een vedische beschaving. De vedische traditie is hier en daar in de Himalaya's blijven bestaan. Soms wisten zieners (rishi's) in hun eigen bewustzijn de kennis van het verenigd veld te schouwen. Een groot ziener (maharishi) is in staat de kennis bovendien door te geven aan anderen.

Door aan mensen in India de transcendentale meditatie-techniek te leren, verwierf een meester, expert van de vedische traditie, de titel maharishi. De mensen waren gelukkig met zijn meditatiemethode, want zonder zich te hoeven terugtrekken uit de maatschappij, waren zij in staat innerlijke vrede te ervaren en verlichting te bereiken.

Bemoedigd door de resultaten besloot Maharishi in 1958 zijn werkterrein te verleggen naar de hele wereld. In zijn eentje trok hij van land naar land, Singapore, Maleisië, Taiwan, Hongkong, Hawaï, de Verenigde Staten en vandaar maakte hij verschillende malen reizen rond de wereld.

“Er was een natuurlijk gevoel, diep in mijn geest, dat er iets gedaan moest worden waardoor de mensen niet zouden lijden, want er is geen reden om te lijden.”

Maharishi Mahesh Yogi

In 1967 kwam Maharishi voor het eerst naar Nederland om te spreken in het Concertgebouw in Amsterdam. Inmiddels hebben meer dan vijf miljoen mensen over de hele wereld de transcendentale meditatietechniek geleerd. Sinds 1990 woont Maharishi in Nederland, vanwaar hij zijn kennis van meditatietechnieken om vrede te stichten aanbiedt aan een wereld die in de greep verkeert van geweld, oorlog en terrorisme.

Zijn kennis over vrede stichten, die al sinds mensenheugenis in de wereld heeft ontbroken, wordt door hem verklaard met behulp van de moderne wetenschap (hij studeerde natuurkunde in zijn jonge jaren). De kennis wordt verspreid met een wereldomspannend netwerk van satellieten.



Hoofdgebouw van
Maharishi's organisatie
in Limburg



De wereld heeft veel geleden doordat zij is losgeraakt van het ware pad van vrede en geluk.

Duizenden jaren van lijden zullen niet langer aanhouden.

We kunnen permanent vrede scheppen op aarde. De kennis is er. Nu is het de tijd.

Iedereen moet nu kiezen tussen bommen of vrede. Laat ons gaan voor vrede.

Laat ons allen – elk mens en elk land en alle landen tezamen – genieten van een staat van leven waarnaar alle volkeren eeuwenlang hebben gestreefd.

Maharishi Mahesh Yogi, grondlegger van de vredestechniek van het verenigd veld



Het is spijtig dat u niet tien jaar eerder uit de Himalaya's bent gekomen, want dan zou de wereld er vandaag beslist anders uitzien.

Oe Thant,
Secretaris-Generaal van de Verenigde Naties,
in 1968 tot Maharishi Mahesh Yogi

Vredestechnieken

**Vrede is het hoogste goed,
en liefhebbers van de wereld
richten hierop hun inspanningen.**

Erasmus (1468-1536)

Onvrede of vrede?

Miljoenen mensen zijn gestrest en maken onderling ruzie. Zij stralen onvrede uit in het collectief bewustzijn. Treedt dat op al te grote schaal op, dan ontstaat er oorlog. Wie wind zaait zal storm oogsten. Dit oude gezegde is maar al te waar.

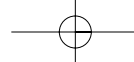
Anderzijds is de mens – als zijn bewustzijn volledig tot rust komt en contact maakt met het verenigd veld – in staat de aanzet te geven tot vrede. Als hij weet hoe. De techniek hiervoor bestaat niet uit het denken van het woord vrede of zo. De techniek bestaat uit transcenderen en contact maken met het verenigd veld om daarna de specifieke gedachtenimpulsen te geven van het TM-Sidhiprogramma die stammen uit de vedische traditie.

Deze meditatietechnieken om vrede te scheppen zijn gebaseerd op het verenigd veld uit de natuurkunde. In het verenigd veld is alles één, er bestaat op dat niveau geen tweede. Tweedracht is er per definitie onmogelijk, er kan alleen vrede heersen. En die straalt vanzelf uit in de samenleving als het verenigd veld tijdens de meditatie wordt bereikt, of ‘aangeboord’.

Individuele beoefening van de TM-techniek heeft op zichzelf al een vredescheppend effect. Toevoeging van het TM-Sidhiprogramma maakt dat nog veel sterker. Het grootst is het vredescheppende effect wanneer het TM-Sidhiprogramma in groepen wordt beoefend. Het in groepen beoefenen van het TM- en het TM-Sidhiprogramma wordt de Maharishi Technologie van het Verenigd Veld genoemd.

Een belangrijk onderdeel van het TM-Sidhiprogramma is ‘yogisch vliegen’. Daarbij worden – door impulsen naar het verenigd veld – natuurwetten verlevendigd die fundamenteeler zijn dan de zwaartekracht en dan is het lichaam in staat moeiteloos op te stijgen. Dit vormt het bewijs dat de persoon de sidhitechnieken juist toepast. Momenteel wordt gewoonlijk alleen het eerste stadium bereikt van het ‘hoppen’, maar dit is al voldoende voor een krachtig vredescheppend effect.

Omdat het verenigd veld een veld van pure vrede is, kost het opwekken en verspreiden van vrede vrijwel geen moeite. Daarom hoeven de groepen TM-Sidhibeoefenaars ook niet groot te zijn. Enkele honderden per stad, enkele duizenden voor een groot land zijn voldoende.



Drs. Antoon T. van der Burgt,
indertijd statisticus en
afdelingshoofd bij Philips
Eindhoven

15

Wetenschappelijk onderzoek bevestigt een aantoonbaar vredescheppende invloed

Bij verschillende gelegenheden hebben wetenschappers onderzoeken gepleegd naar het effect van de groepswijze beoefening van het TM-Sidhiprogramma. Er zijn nu al meer dan vijftig onderzoeken gedaan naar dit uitstralingseffect.

Zeventien van deze onderzoeksverslagen zijn gepubliceerd in vooraanstaande tijdschriften als het *Journal of Conflict Resolution*, *Social Indicators Research*, *Social Science Perspectives Journal*, *Journal of Crime and Justice*. De artikelen die hierin verschijnen, worden tevoren beoordeeld door experts (peer-reviewed).

De redacteur van het Journal of Mind and Behaviour laat weten: “Een aantal van onze beoordelaars keek beslist verbaasd op bij de hypothese, maar het statistische werk was degelijk. De cijfers lagen er.”

Professor Raymond Russ, hoogleraar psychologie University of Maine, V.S.

Onderzoeken werden uitgevoerd in Amerika in o.a. Cleveland, Rhode Island en Washington D.C., in Manila op de Filippijnen, in Delhi in India, in Puerto Rico. En ook dichterbij, in Liverpool en in Den Haag. Overall traden positieve veranderingen op als er groepen van deze vrede-stichters bijeen waren.

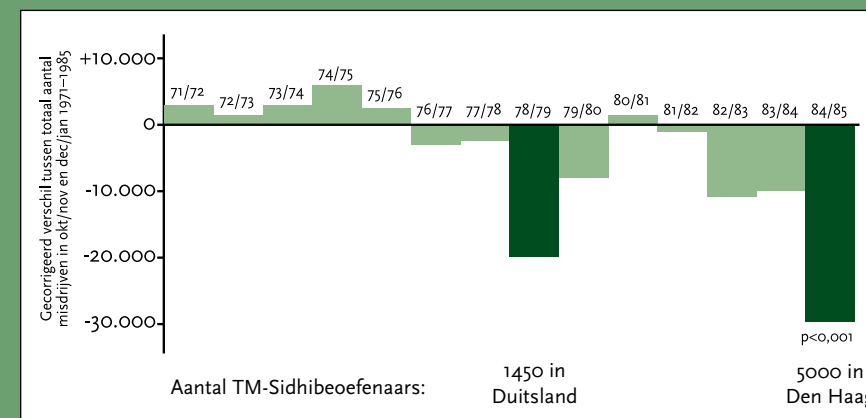
In alle gevallen daalde de criminaliteit, en vaak ook het aantal ongevallen en ziekenhuisopnamen. Waar economische bedrijvigheid of de beurskoersen werden onderzocht, bleken die te stijgen, een teken van de positieve collectieve stemming.

Inmiddels is dit uitstralingsfenomeen, dat door de wetenschappers het Maharishi-effect is gedoopt, het best onderzochte sociologische verschijnsel ter wereld.

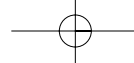
“In de onderzoeken die ik heb bekeken naar de invloed van het Maharishi-effect op conflicten, kan ik geen methodologische onvolkomenheden ontdekken en de bevindingen waren consistent in een groot aantal replicaties in vele verschillende geografische en conflictuele situaties. Hoe onwaarschijnlijk de veronderstelling ook mag klinken, ik vind dat we deze onderzoeken ernstig moeten nemen.”

Professor dr. Ted Robert Gurr, hoogleraar staatkunde en politieke wetenschappen, University of Maryland, V.S.

Misdrijven in Nederland



In Den Haag was een vredesgroep bijeen van 5000 TM-Sidhibeefenaars in de kerstperiode 1984/5. Volgens cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek waren er in de maanden december/januari dat jaar 30.000 misdrijven minder dan gewoonlijk in deze maanden, een daling van 15,6% in heel Nederland. “De kans dat de daling van de misdaad tijdens het congres in Den Haag door toeval kwam, is praktisch uitgesloten”, zegt drs. Antoon van der Burgt, indertijd als statisticus werkzaam bij Philips Eindhoven. Die kans berekende hij op minder dan 1 op de duizend. Met kerst 1978/9 was er in Duitsland een groep TM-Sidhibeefenaars bijeen, die groot genoeg was om ook invloed te hebben op ons land (1450 deelnemers).





Tijdens de Eurotop in Amsterdam in de zomer van 1997 werd op het Beursplein een demonstratie yogisch vliegen gegeven, dat een onderdeel vormt van het TM-Sidhiprogramma.



De invloed van groepen TM-Sidhibeefenaars op oorlog.

Het aantal slachtoffers in de oorlog in Libanon, die woedde in de jaren tachtig, was opvallend laag in de dagen dat er 7000 TM-Sidhibeefenaars samen hun meditatieprogramma deden in de kerstvakantie van 1983/4 in het middenwesten van Amerika (Iowa-6900 in de grafieken). Het uitzicht op vrede groeide sneller dan wie ook had verwacht en met instemming van alle rivaliserende partijen werd in Libanon een nationaal veiligheidsplan aangekondigd.

Op hetzelfde moment dat de groep vredestichters naar huis ging, werd in Libanon het veiligheidsplan plotseling afgeblazen en werd het vechten in Beiroet en in de bergen hervat.

In Libanon zelf waren er ook mensen die de vredescheppende technieken kenden: transcendente meditatie en het gevorderde TM-Sidhiprogramma, inclusief yogisch vliegen. Zeventig van hen besloten hun land te helpen door deze 'technologie van het verenigd veld' in een groep te beoefenen. Ondanks hevige bombardementen zagen zij kans samen te komen in het dorp Broumana, halverwege tussen de bergen en de kust, niet ver van de fronten in Beiroet en in de bergen. Toen zij hun groepsmeditatie begonnen, hield het schieten op aan alle fronten en volgens de politieke commentatoren kwam dit volslagen onverwacht. In de daaropvolgende rustige periode werd de topconferentie met Syrië een succes en ook de vredesconferentie in Lausanne verliep gunstig (zie Libanon in de grafieken). De checkpoints bij de fronten in Beiroet werden door de strijdende partijen overgedragen aan het regeringsleger.

Toen de situatie in Libanon zover was genormaliseerd dat het dagelijks werk hervat kon worden, vertrokken er veertig mensen uit de vredesgroep naar de eigen arbeidsverplichtingen. Daarop begon het schieten opnieuw. Een dringende oproep vanuit de vredesgroep om terug te keren had effect en toen het aantal van zeventig weer vrijwel was bereikt, verliep de rest van de geplande zestien dagen rustig.

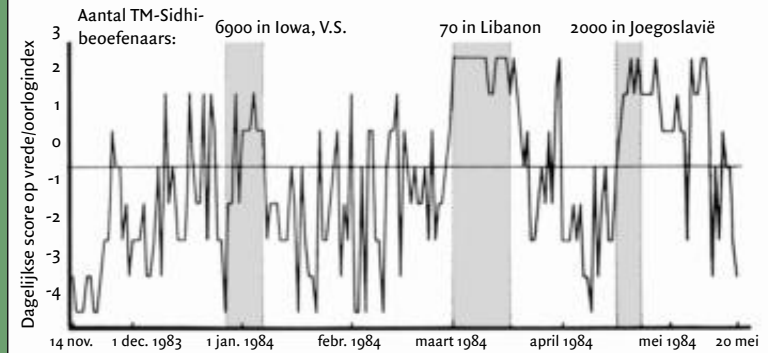
De waarde van het Libanese pond ten opzichte van de dollar steeg ineens bij het begin van dit vredesinitiatief, maar toen de vredesgroep in Libanon uiteenging, daalde het pond en barstten er weer hevige bombardementen los op alle fronten in Beiroet. Het regeringsleger werd gedwongen de checkpoints weer te verlaten.

Daarop kwam een internationale vredesgroep bijeen in Joegoslavië en opnieuw werkten de vredesstechnieken aanwijsbaar (zie Joegoslavië in de grafieken). Het scheiden van de rivaliserende troepen tussen Oost- en West-Beiroet verliep zo snel dat de onderhandelaars spraken van een wonder. Toen de oorlog zijn tiende jaar inging, konden de inwoners van Beiroet voor het eerst rustig slapen. In Libanon was zelfs sprake van de vorming van een regering van nationale eenheid. Zodra de conferentie in Joegoslavië werd ontbonden, werd het staakt-het-vuren geschonden en liep het weer uit op zware gevechten en de eenheidsregering werd op de lange baan geschoven.

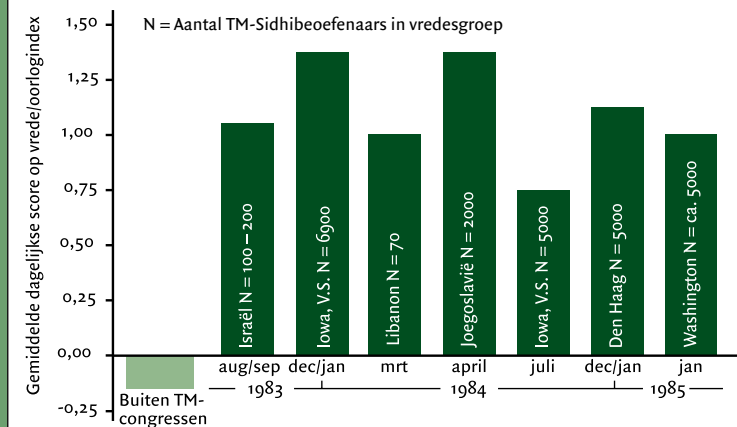
Datzelfde jaar 1984 werden nog enkele bijeenkomsten van 5000 TM-Sidhibeefenaars georganiseerd: in juli in Iowa, in december in Den Haag en aansluitend in Washington. Uit de grafiek blijkt dat er telkens een vooruitgang was in het vredesproces in Libanon. Tevoren was al een congres van TM-Sidhibeefenaars in Israël gehouden dat niet alleen een gunstig effect had in Israël maar ook op de oorlog in Libanon. (*Journal of Conflict Resolution*, 32 (4): 776-812, 1988)

Effect op de oorlog in Libanon 1983/4

Dit onderzoek werd uitgevoerd door wetenschappers verbonden aan de Harvard University en Massachusetts Institute of Technology, waarvan een was afgestudeerd aan de Amerikaanse Universiteit in Beiroet. Zie tekst hiernaast.



Bron: Alexander, Abou Nader e.a. Effects of the Maharishi Technology of the Unified Field on the war in Lebanon: a time series analysis of the influence of international and national coherence creating assemblies, Scientific Research on the TM and TM-Sidhiprogram, Collected Papers vol. IV, 2687-2714



Bron: Davies e.a. Alleviating political violence through reduction of collective stress: Impact assessment analysis of the Lebanon war. Gepresenteerd op Congres van American Political Science Association, Atlanta, augustus 1989, Dissertation Abstracts International 49 (8) 1988.



Toeval?

Hoe vaak moet dit worden herhaald voor de conclusie kan worden getrokken dat het geen toeval is? Dat is te berekenen. Voor al deze vredesassemblees samen was de kans dat het vredeseffect door toeval kwam kleiner dan 10^{-19} , dat is kleiner dan een op de miljoen maal miljoen maal miljoen.

In 1993 werd het uitstralingseffect een maand lang gedemonstreerd voor het oog van de wereld. In Washington D.C.

De regering werd op de hoogte gesteld dat de criminaliteit in Washington zou gaan dalen. Deze stad had een zeer hoog aantal moorden en geweldsdelicten: van gemiddeld twintig per dag in de winter tot wel veertig per dag in de hete zomers. De pers was ingelicht en in alle kranten stond te lezen dat voorspeld was dat in de zomer van 1993 het aantal geweldsdelicten zou dalen.

De lokale overheid was vertegenwoordigd in de begeleidingsraad van het wetenschappelijk onderzoek om te controleren dat de juiste misdaadcijfers werden gebruikt. Hoogleraren sociologie en criminologie van verschillende universiteiten zaten eveneens in deze raad om te controleren of de uitvoering van het onderzoek juist was.

Het resultaat was dat de geweldsdelicten afnamen met ruim 23%, dus met bijna een kwart. Er waren toen vierduizend beoefenaars van het TM-Sidhiprogramma bijeen.

Wat vonden de sociologen ervan?

“Mijn advies is dat we eens serieus moeten gaan nadenken over manieren om het toe te passen in de binnenstad van Washington.

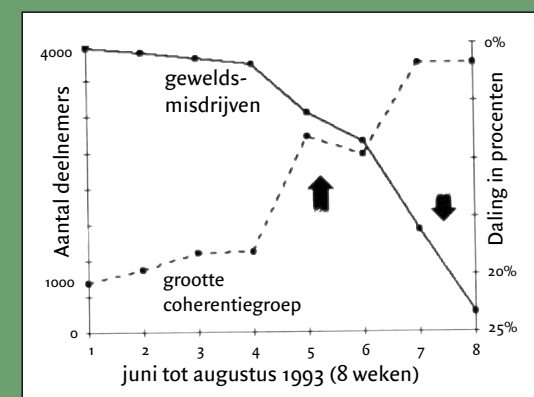
Naar mijn mening zien we hier een nieuw paradigma van misdaad en geweld, dat zegt: kijk eens naar de mens die door in harmonie met anderen te handelen, misdaad constructief vermindert.”

Professor Anne Hughes, hoogleraar sociologie aan de University of the District of Columbia, Washington.



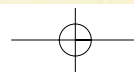
Vredestechnieken

Afname in geweldsmisdrijven in hoofdstad VS



In de zomer van 1993 daalde in Washington D.C. het aantal geweldsmisdrijven met ruim 23% tijdens een congres van tot 4000 TM-Sidhibeoefenaars. De kans dat dit door toeval zou komen, werd berekend op 1 op de 500 miljoen.

Bron: Hagelin, John, e.a. Effects of group practice of the TM program on preventing violent crime in Washington, D.C.: results of the National Demonstration Project, 1993 *Social Indicators Research* 1999, 47 (2) 153-201



Vredesgroepen



Hoe zijn vredesgroepen te realiseren?

Het heeft de voorkeur dat deelnemers aan zo'n 'vredesgroep' uit de regio komen. In Nederland hebben ruim 2500 mensen het TM-Sidhiprogramma geleerd. Maar het vormen van een permanente vredesgroep met deze mensen is niet mogelijk, omdat zij verspreid door het land wonen. Het nieuwe wereldwijde vredesproject vraagt bovendien een fulltime inzet voor de vredescheppende taak.

Er zijn voldoende mensen die vrede aan het hart gaat en die (een deel van hun) leven daaraan willen wijden. En de technieken zijn op zichzelf aangenaam om te doen en geven een sterke impuls van groei van de persoonlijkheid. Ideaal voor jongeren, want van de groei die zij hierdoor doormaken, hebben zij hun hele leven profijt.

TM kan door ieder mens worden geleerd tijdens een korte standaardcursus. (De beoefening daarvan kost dagelijks tweemaal twintig minuten, de minimumleeftijd is 10 jaar.)

Het TM-Sidhiprogramma is te leren twee maanden na het leren van TM. Deze cursus duurt in totaal twee maanden (twee cursusavonden per week en twee weken full-time, minimumleeftijd 13-15 jaar).

Ook is het mogelijk TM-Sidhibeefenaars uit het buitenland uit te nodigen. In India zijn reeds tien-duizenden mensen hierin opgeleid. Als in hun levensonderhoud wordt voorzien, zijn velen hiervan bereid om waar ook in de wereld dit vredesberoep uit te oefenen.

Het is de bedoeling van het Fonds voor Duurzame Wereldvrede voldoende middelen bijeen te brengen om groepen vredesexperts te onderhouden.

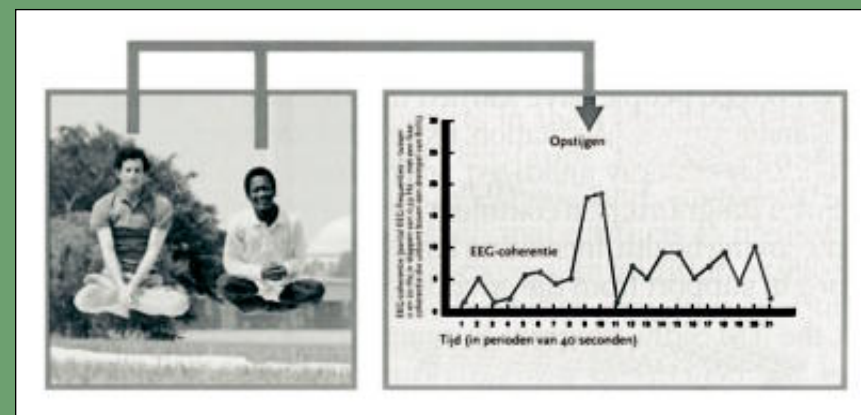
“Redelijkerwijs kan worden gesteld dat de potentiële uitwerking van dit project groter is dan welk ander lopend sociologisch of psychologisch researchproject ook. Dit onderzoek heeft een breder scala van statistische toetsen overleefd dan de meeste research op het terrein van conflictbeheersing.”

Prof. David Edwards, hoogleraar staatkunde, University of Texas



Deelnemers aan de grootste coherentiegroep, 7000 TM-Sidhibeefenaars in Iowa, Amerika

19



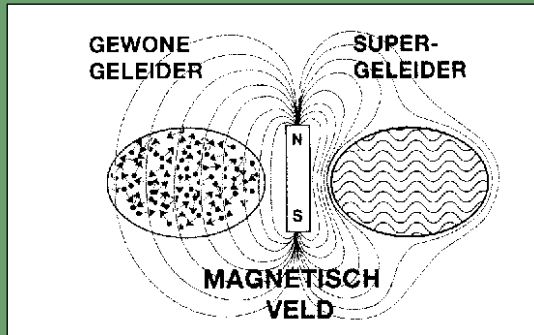
Rechts is te zien dat op het moment van opstijgen tijdens yogisch vliegen de coherentie op het EEG het hoogst is. Het uitstralende vredeseffect wordt veroorzaakt door deze coherentie.

Pele, de legendarische
voetballer uit Brazilië



20

Onoverwinnelijkheid natuurkundig gezien



In een supergeleider blijft een elektrische stroom vanzelf altijd rondgaan. Rechts is te zien dat een magneetveld niet in een supergeleider doordringt. Een supergeleider is niet te verstoren, hij is onoverwinnelijk.

Supergeleiding is het gevolg van de spontane coherentie (in de pas lopen) van de golfbewegingen van de elektronen in een diepgekoelde metaal draad. Dankzij de coherentie van de elektronen buigt een extern magneetveld om de supergeleider heen, terwijl een magneetveld in een gewone geleider wel doordringt (linkerzijde van het plaatje). Door coherentie krijgt de supergeleider magnetisch gezien een onoverwinnelijk 'schild'.

Onoverwinnelijkheid, een fenomeen

Pele, de grote Braziliaanse voetballer merkte tijdens zijn eerste wereldcup een opmerkelijk fenomeen: onoverwinnelijkheid, dat bekend is vanuit de vedische wetenschap en ook vanuit de natuurkunde.

“Plotseling voelde ik een vreemde kalmte die ik nog niet eerder in een wedstrijd had meegemaakt. Het was een soort euforie: ik voelde dat ik de hele dag kon rennen zonder moe te worden, dat ik kon dribbelen langs ieder van hun team of langs allemaal tegelijk, dat ik bijna door hen heen kon gaan. Ik voelde dat ik niet gekwetst kon worden. Het was een vreemd gevoel dat ik nooit eerder had gehad. Misschien was het alleen zelfvertrouwen, maar ik heb me vaak vol zelfvertrouwen gevoeld zonder dit vreemde gevoel van onoverwinnelijkheid.”

Pele, topvoetballer

Bron: Pele & Fish, *My life and the beautiful game – The autobiography of Pele*

Pele was niet de enige die deze ervaring van onoverwinnelijkheid kende. Ook amateurs kunnen wel eens een dergelijke ervaring meemaken. Zo schreef professor Joseph Campbell, hoogleraar sociale wetenschappen, dat hij in zijn studietijd aan de universiteit van Columbia aan hardlopen deed en een paar goede wedstrijden liep.

“Tijdens de tweede wedstrijd wist ik dat ik ging winnen. Maar dat kon ik helemaal niet weten. Ik liep als laatste in de estafette met een achterstand van dertig meter op de koploper. Maar ik wist het gewoon. Het was mijn piekervaring. Niemand kon me die dag verslaan. Ik denk niet dat ik in mijn leven ooit iets zo goed heb gedaan als die twee wedstrijden lopen. Het was de ervaring van op je top staan en iets perfect afwerken.”

Prof. Joseph Campbell, hoogleraar sociale wetenschappen

Bron: Campbell & Moyers, *Mythen en bewustzijn*

Sporttrainer John Douillard beschrijft waar de ervaring van onoverwinnelijkheid vandaan komt en hoe die verder te ontwikkelen is:

Die dag presteerde ik op een niveau dat ik nooit voor mogelijk had gehouden. Ik was onvermoeibaar, ik voelde geen pijn of spanning terwijl ik op één been tree voor tree een hoge trap op en af sprong. Ik kon eindeloos doorgaan. Voor het eerst in mijn leven voelde ik me onoverwinnelijk, met onbegrensde – letterlijk onuitputtelijke – fysieke mogelijkheden. Later vroeg een van mijn vrienden wat er daar met me aan de hand was. “Zo heb ik je nog nooit zien springen.” Ik kon alleen maar zeggen dat ik minder trainde en meer mediteerde en dat ik daarom beter presteerde. Ik was net zo verbaasd als hij. Een andere vriend was zo onder de indruk dat hij nog dezelfde week aan een TM-cursus begon. Terugkijkend denk ik dat de rust die ik kreeg door mijn trainingsintensiteit terug te schroeven, me in staat stelde mijn kalmte die ik tijdens de meditatie voelde, in mijn training te integreren en dat ik zo in ‘de zone’ kwam. Het ging zo natuurlijk dat ik ervan overtuigd ben dat we allemaal gemaakt zijn om dat gevoel regelmatig te ervaren.

John Douillard, sporttrainer

Bron: John Douillard, *Body, Mind and Sport*

Eenzijdig ontwapenen, tweezijdig bewapenen. Het helpt allemaal niet. Slechts het inschakelen van de vredescheppende invloed van het verenigd veld maakt een land onoverwinnelijk.

Eenzijdig ontwapenen is al vaker zonder succes geprobeerd: het vormt een uitnodiging voor de vijand om binnen te vallen. Het is zeker niet voldoende om een land onoverwinnelijk te maken.

Daarvoor is nodig dat er geen basis van vijandelijkheden is in de vorm van een gestreste en chaotische samenleving. Voorts is essentieel: contact met het verenigd veld waaruit het hele universum voortkomt, de intelligentie die het hele universum bestuurt. Onoverwinnelijkheid is nooit te bereiken met bommen, wapens of ruimteschilden. Of met een wapenwedloop.

Het is wel te bereiken door een land waarvan de inwoners een krachtig coherent collectief bewustzijn hebben. Door beoefening van technieken die vanuit het verenigd veld harmonie en coherentie verspreiden, verdwijnt de vijandschap in de vijand. Zonder de vijand zelf te vernietigen. Door de uitstraling van vrede en vriendschap ontmoet zo'n land geen vijandschap. Doordat in het verenigd veld geen grenzen bestaan, bereikt de uitstraling van vrede automatisch ook mensen in andere landen.

Of groepen TM-Sidhibeoefenaars inderdaad effect hebben op de wereld van de politiek, is zorgvuldig uitgezocht. Het was aanwijsbaar dat de grootte van de groep TM-Sidhibeoefenaars in Amerika invloed had op de uitspraken van president Ronald Reagan en ook zijn Russische collega Michail Gorbatsjov. Dit verschijnsel trad alleen op als het aantal beoefenaars van de vredestechniek van het verenigd veld voldoende groot was.

“In de zomer van 1984 toen er zo'n vijfduizend mensen gezamenlijk het TM-Sidhiprogramma beoefenden in Fairfield, Iowa, bleek er vanuit het Witte Huis een positievere opstelling te zijn ten opzichte van de Sovjet-Unie. En omgekeerd was dit ook het geval vanuit het Kremlin, zo bleek uit vergelijking met onafhankelijke gegevens die waren verzameld door de universiteit van Zürich in Zwitserland.”

Dr. Paul Gelderloos, psycholoog



De wereldleiders Michail Gorbatsjov en Ronald Reagan stonden vriendelijker tegenover elkaar naarmate de groepen TM-Sidhibeoefenaars in Amerika groter waren.

21

Vredesgroepen

Presidentiële verklaringen vriendelijker

In de weken nadat het aantal TM-Sidhibeoefenaars in Fairfield het (empirische) aantal van 1765 overschreed, bleken de officiële verklaringen van president Reagan ten opzichte van de Sovjet-Unie vriendelijker van toon. In het begin van zijn regeerperiode betitelde Reagan de Sovjet-Unie nog als het rijk van het kwaad, maar naderhand kwam hij met dat land een belangrijke vermindering van wapentuig overeen, wat het einde van de Koude Oorlog inluidde.

Bron: Gelderloos, e.a. Creating World Peace through the collective practice of the Maharishi Technology of the Unified Field: improved US-Soviet relations, *Social Science Perspectives Journal* 2 (4): 127-146, 1988

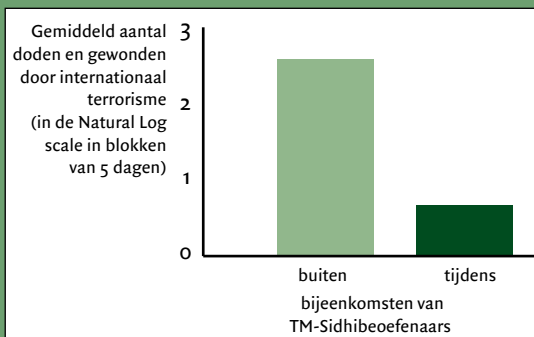
Dr. Paul Gelderloos
promoveerde aan de
Katholieke Universiteit
Nijmegen op onderzoek naar
de ethische waarden van
TM-Sidhibeefenaars.



22

Vredesgroepen

Slachtoffers van internationaal terrorisme



Het aantal slachtoffers van internationaal terrorisme, dat werd bijgehouden door de onafhankelijke Rand Corporation, lag tijdens drie congressen met 5000 TM-Sidhibeefenaars gemiddeld 72% lager dan erbuiten. Deze congressen werden gehouden in de zomer van 1984 en in de winter van 1984/5 in Iowa, Den Haag en Washington.

Bron: Orme-Johnson, e.a. Time series impact assessment analysis of reduced international conflict and terrorism: effects of large assemblies of participants in the Transcendental Meditation and TM-Sidhi program. Paper presented at the Annual Conference of the American Political Science Association, Atlanta, Georgia, U.S.A., August 1989.

Helpen deze technieken ook tegen terrorisme?

Psycholoog dr. Gelderloos: "Ja, er was wereldwijd een daling van het aantal slachtoffers van het internationale terrorisme tot ongeveer een kwart. Dit trad op tijdens bijeenkomsten die voldoende groot waren voor een wereldwijd effect. Daling van terrorisme bleek uit een onafhankelijk gegevensbestand, waarin wordt bijgehouden hoeveel doden en gewonden er vallen over de hele wereld bij terroristische aanslagen. Tussen 1983 en 1985 waren er drie perioden met een voldoende grote vredesgroep: Iowa, Den Haag en Washington. In die perioden tezamen waren er 72% minder slachtoffers van internationaal terrorisme dan gewoonlijk." De kans dat dit op toeval berustte, was 1 op de 40. "Gewoonlijk wordt één op de twintig ($p = 0,05$) aangehouden als grens voor toeval, dus dit kan geen toeval meer worden genoemd."

Er is van buiten geen contact, geen overreding, laat staan dwang. Wapens komen er al helemaal niet aan te pas. Alleen een intense invloed van harmonie, vredigheid, geluk.

Onbestaanbaar? Zo ongewoon is dat niet. We hebben gezien dat de Berlijnse Muur viel zonder dat er een wapen aan te pas kwam. We hebben gezien dat het Warschaupact en de Sovjet-Unie zichzelf spontaan ontbonden. Dat is de manier waarop vrede ontstaat. Vrede ontstaat niet door kruisraketten, integendeel.

Economische voordelen

Elke terroristische aanslag gaat gepaard met dalende beurzen en hele sectoren lijden verlies. Voor wereldhandel is vrede een essentiële voorwaarde. Tijdens het congres van TM-Sidhibeefenaars in 1983 in Iowa stegen 19 van de 20 beurzen wereldwijd. Alleen al de afname van criminaliteit geeft een besparing die jaarlijks in de miljarden loopt, zo berekende een redacteur van het Economic Journal.

"Transcendente Meditatie en het TM-Sidhiprogramma bieden een eenvoudige, rendabele oplossing voor veel van de sociale problemen waar we tegenwoordig mee worden geconfronteerd, zo blijkt uit sterk samenhangend bewijsmateriaal. Uit een analyse van de effectiviteit van Transcendente Meditatie blijkt dat in korte tijd een afname in criminaliteit kan worden bereikt van 15%. Dit zou in Groot-Brittannië een besparing opleveren van ruim 6 miljard euro per jaar."

Professor Huw Dixon, hoogleraar economie, University of York, Engeland, redacteur van het gezaghebbende Economic Journal.

Een land past het toe

In het begin van de jaren negentig besloot Mozambique de stap te zetten om de Maharishi technologie van het verenigd veld te introduceren. Mozambique was een straatarm Afrikaans land, waar geen geldschietter in wilde investeren omdat er al zestien jaar een burgeroorlog aan de gang was. De president besloot in 1992 persoonlijk TM uit te proberen en raadde het daarna aan aan zijn naaste omgeving, inclusief de ministers en de ambtenaren. Daarna stelde hij het leger voor ermee te beginnen. De bevelhebber van de strijdkrachten:

“Na een grondige evaluatie van het voorstel hebben de chefs van staven besloten om het Transcendente Meditatie en TM-Sidhiprogramma in te voeren in de strijdkrachten van Mozambique met het doel om in het land het Maharishi-effect (het uitstralingseffect) te creëren. Dit gebeurde voor de komst van de VN-troepen.”

Luitenant-generaal Tobias Dai

In 1993 leerden zestienduizend mensen in het leger de TM-techniek en beoefenden die veelal tezamen in groepen, terwijl meer dan 3000 bovendien het TM-Sidhiprogramma leerden.

Daarna is het mogelijk gebleken de vrede te handhaven en zijn er vrije verkiezingen gehouden. Het werd een van de weinige succesverhalen van interventie door de Verenigde Naties. De situatie was er uitzichtloos, erger dan in Somalië. Maar Mozambique werd een ongekend succes.

In 1993 werd een economische groei verwacht van 6%, maar het werd 19%. In 1997 was de economische groei bijna 15% en was de inflatie gedaald van 76% tot 6%. Op het World Economic Forum in 1998 bleek Mozambique van alle Afrikaanse landen vierde in algemene economische verbetering over de jaren 1992 tot 1997. En in de optimisme-index stond het land als eerste.

Het kan dus wel. En het werkt dus echt.

Maar met het verdwijnen van de burgeroorlog werd het leger gedemobiliseerd, waardoor de TM- en TM-Sidhibeefenaars verspreid raakten en het groepsprogramma niet werd voortgezet.

“Het is een niet-traditionele benadering, maar de methodologie van deze onderzoeken is degelijk en de statistische significantie is hoog. In een wereld zo onstabiel en gevaarlijk als de onze, meen ik dat elke benadering met zo'n consistente objectieve onderbouwing zorgvuldige aandacht verdient.”

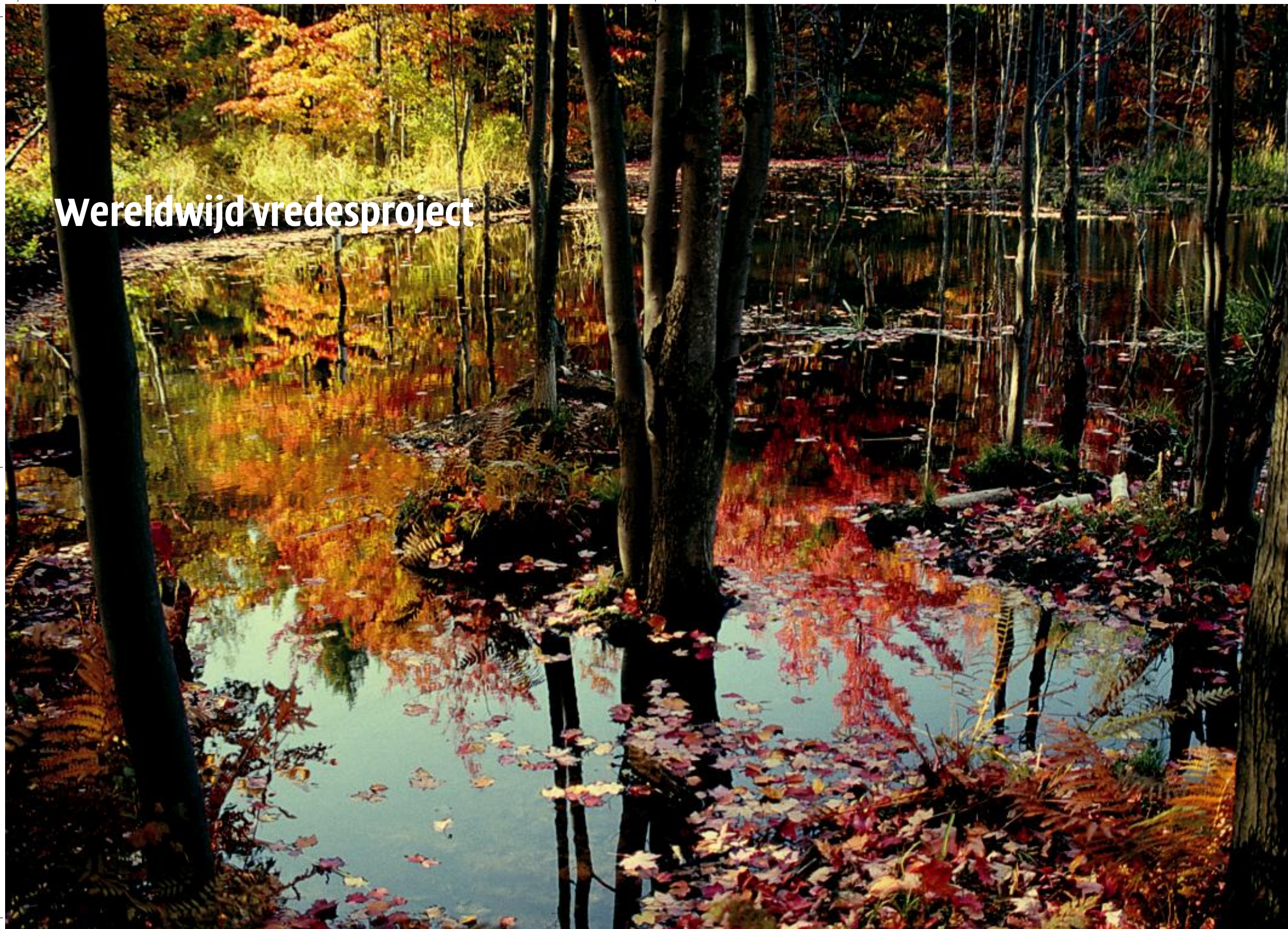
Voorzitter van de World Association of Law Professors, professor dr. Ved Nanda, hoofd van de afdeling internationaal recht aan de University of Denver, V.S.



De werkelijke en blijvende overwinningen zijn die van vrede en niet van oorlog.

Ralph Waldo Emerson (1803-1882),
Amerikaans filosoof en dichter

Wereldwijd vredesproject



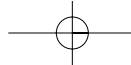


Samenvatting

- Er is een oeroude methode herontdekt om vrede te scheppen op een totaal andere manier dan de tot dusver bekende methoden.
- Vredesexperts die deze methode toepassen zijn al opgeleid in voldoende aantallen.
- Dat deze vredestechnieken werken is nagegaan in een vijftigtal experimenten in verschillende delen van de wereld. Met wetenschappelijk onderzoek waren gunstige effecten aanwijsbaar op o.a. misdadcijfers, aantal verkeersslachtoffers, ziekte-aantallen, aantal oorlogsslachtoffers en aantal slachtoffers van terroristische aanslagen.
- Er zijn geen nadelige gevolgen gevonden van deze vredestechnieken en die zijn theoretisch ook niet te verwachten, omdat de techniek is gebaseerd op het verenigd veld. De fysica heeft ontdekt dat dit verenigd veld ten grondslag ligt aan alle bestaande krachten en deeltjes. In het verenigd veld bestaat geen dualiteit, alleen singulariteit: de onderliggende eenheid, die louter vrede is. Contact maken met het verenigd veld via de eigen geest en zo de daar bestaande vrede activeren: dat is het principe van de vredestechniek. Omdat het verenigd veld aan de basis ligt van ieder mens, wordt een vreedzame invloed merkbaar in de wijde omgeving, zoals in deze brochure is besproken.
- Voor maximale effectiviteit is het noodzakelijk dat de vredesexperts deze technieken beoefenen in groepen van enkele honderden tot duizenden experts.
- Het vredesproject bestaat uit het bijeenbrengen van groepen vredesexperts die de vredestechnieken van het verenigd veld toepassen. Daarvoor zijn behuizingen en bijeenkomstenruimten nodig voor duizenden mensen. Blijvende wereldvrede is te bereiken door financiële middelen in te zetten voor de bouw van deze faciliteiten. Vrede is nu alleen nog een kwestie van geld.
- Zal de mensheid deze unieke kans op wereldvrede aangrijpen?

Omdat oorlogen beginnen in de geest van mensen, is het in de geest van mensen dat het veiligstellen van vrede moet worden opgebouwd.

Handvest van de UNESCO, onderwijs- en culturele organisatie van de Verenigde Naties



Wereldwijd vredesproject

Wie vandaag het belang niet beseft van het scheppen van wereldcoherentie, zal het gaan beseffen als er bommen vallen op zijn land. We willen voorkomen dat die dag aanbreekt dat elk land een raket kan verwachten. Het succes van het vredesproject hangt af van de bekwaamheid, de middelen en de wil van eenieder om iets te doen wat praktische waarde heeft.

Maharishi Mahesh Yogi,
grondlegger van de vredestechnieken van het verenigd veld die de basis vormen voor de vredesprojecten waarvoor het Fonds voor Duurzame Wereldvrede fondsen werft.

Regeringen zijn op de hoogte maar doen niets.

Alle regeringen weten van het bestaan van deze methode van vredescheppen, de vredestechnieken van het verenigd veld. Daarop is hen bij herhaling en op verschillende manieren gewezen. Hebben ze geen tijd? Hebben ze geen geld? Nemen ze het niet serieus? Zou het kunnen zijn dat althans sommige regeringen belang hebben bij het instandhouden van de wapenindustrie?

Daarom is de enige manier om duurzame vrede te bereiken de bereidheid van investeerders om het project te steunen. Bereidheid van u? Daarmee beschermt u tevens uw eigen kapitaal tegen een vernietigende oorlog en tegen een terroristische aanval of ontvoering.

U kunt de geschiedenis ingaan als een weldoener die voor eens en altijd wereldvrede bracht.

Het initiatief moet nu uit de samenleving komen, van u.

Let wel, duurzame vrede kost slechts een fractie van de kosten van oorlogvoeren. Een geavanceerde bommenwerper bijvoorbeeld kost meer dan een miljard dollar.

Uit de jaarlijkse opbrengst van een fonds van één miljard dollar kunnen voldoende groepen vredesexperts worden opgericht en instandgehouden voor een vrede die zal voortduren jaar na jaar, eeuw na eeuw.

Is er een betere bestemming voor uw geld denkbaar?

Het vredesproject in cijfers

- In elke stad die groter is dan 100.000 inwoners is een groep nodig van 100 tot 200 vredesexperts uit de eigen regio.
- In elk land is een groep nodig van 1000 tot 2000 vredesexperts, afhankelijk van het aantal inwoners van het land. Bij voorkeur zijn dit vredesexperts uit het land zelf.
- Om vrede te stabiliseren voor de hele wereld zijn ergens op de wereld 40.000 vredesexperts nodig.



De Sidhawijk in Lelystad met de 'meditatiekoepel' voor beoefening van de vredestechniek



Voor mensen die willen deelnemen aan een vredesgroep is het wenselijk dat zij zich fulltime aan hun vredebrengende taak kunnen wijden. Daarom kan dit het beste gebeuren op professionele basis met een inkomensgarantie.

Om het wereldvredeproject bekendheid te geven, is het plan om in de grootste bevolkingscentra een gebouw neer te zetten waar de kennis over vredescheppen met behulp van het TM- en TM-Sidhi-programma wordt verspreid in de vorm van cursussen voor allerlei sectoren van de maatschappij. Deze kenniscentra komen in de 3000 steden die een inwonertal hebben van 100.000 of meer. In Nederland zijn 19 van deze kenniscentra ('vredespaleizen') gepland, in België 7.

Een greep uit bestaande projecten en nieuwe initiatieven

NEDERLAND

In Lelystad bestaat al sinds 1985 een woongemeenschap: 300 woningen met een basisschool en een meditatiekoepel voor gezamenlijke beoefening van het TM-Sidhiprogramma. Het aantal mensen dat dagelijks tweemaal dit meditatieprogramma in de koepel doet, is echter niet voldoende voor een invloed op het hele land. Wel zijn er aanwijzingen voor een effect op de criminaliteit in Lelystad. Zie bijgaande grafiek.

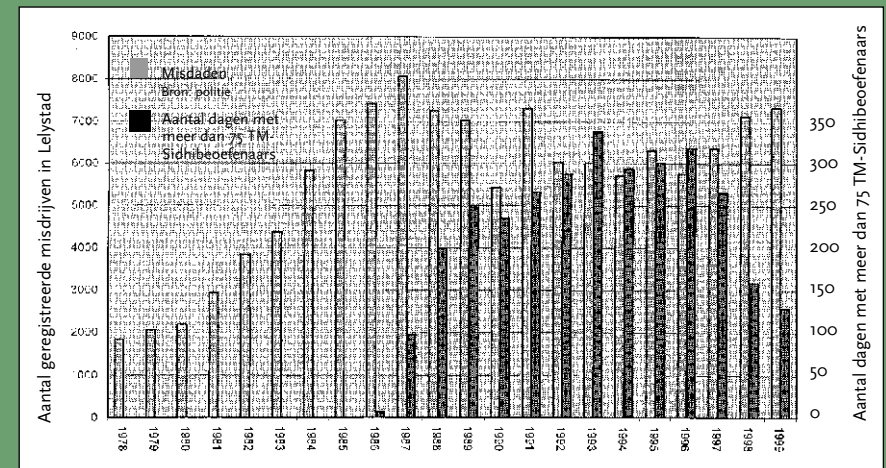
Wat zegt het gemeentebestuur van de groep TM-Sidhibeoefenaars in hun gemeente? Toen een Duitse stadsbestuurder om informatie vroeg, verklaarde de burgemeester van Lelystad:

"In Lelystad zijn ongeveer vierhonderd TM-beoefenaars die zich volledig en probleemloos in de stad hebben geïntegreerd. Zij zijn aangename vriendelijke medeburgers en onderscheiden zich in leeftijdsopbouw en beroepen niet van de andere inwoners. Ze vormen in tegendeel een verrijking, omdat ze deels uit verschillende delen van het land zijn aangetrokken en met hun bedrijfsvestigingen onze economie hebben verlevendigd.

Alle in de Sidhawijk bestaande acht gebouwen voor bedrijven en kantoren zijn al jaren voor honderd procent verhuurd. Enkele ondernemingen moesten wegens plaatsgebrek al naar de omgeving verhuizen. Concluderend kunnen wij zo'n groep zonder enige bedenkingen of voorbehoud aanbevelen. Zorgen over enigerlei sektendom zijn absoluut ongegrond.

Drs. C. Leeuwe, burgemeester van Lelystad, 25-10-1999

Meditatie versus misdaden in Lelystad



Copyright: Paul Vaessen

Ten tijde van de bouw van de Sidhawijk in 1985 was de criminaliteit in Lelystad hoger dan in vergelijkbare steden. Naarmate het aantal TM-Sidhibeefenaars in de koepel steeg, daalde de zware misdaad tot waarden die lager lagen dan vergelijkbare steden. In de grafiek staan voor elk jaar weergegeven

- 1 het aantal door de politie geregistreerde misdrijven in Lelystad en
- 2 het aantal dagen dat er meer dan 75 TM-Sidhibeefenaars bijeen waren in de meditatiekoepel in Lelystad.

Er is een verband zichtbaar: bij een stijgend aantal beoefenaars daalt de criminaliteit en omgekeerd stijgt de criminaliteit bij een dalend aantal beoefenaars.

Verblijf voor een
vredesgroep in Udem,
Duitsland



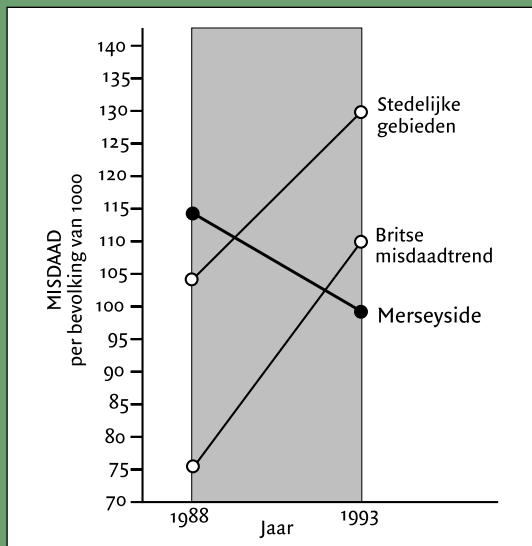
Een van de 500 scholen
op basis van TM in India,
waar onderwijs wordt
gegeven in o.a.
management en
computerkunde.



28

Wereldwijd vredesproject

Minder misdaad in Engeland



De misdaad in Merseyside rond Liverpool daalde van 1988 tot 1993 aanmerkelijk, in vergelijking met de nationale trend in Engeland zelfs met zestig procent. Dit resultaat ontstond na de oprichting in 1985 van een groep van enkele honderden TM-Sidhibeoefenaars in het nabijgelegen Skelmersdale.

Bron: *Psychology, Crime and Law*, 2: 165-174.

DUITSLAND

In Duitsland bestaan twee vredespaleizen en een meditatieacademie waar grote groepen TM-Sidhibeoefenaars verblijven en enkele kleinere woongemeenschappen van TM-Sidhibeoefenaars.

ENGELAND

In Engeland bestaat een woongemeenschap van plm. 400 TM-Sidhibeoefenaars in Skelmersdale met een meditatiekoepel en een lagere/middelbare school die onderwijs geeft op basis van bewustzijn. Gepubliceerd onderzoek wijst op een daling van de criminaliteit in het nabijgelegen Liverpool.

Ook elders in Europa, bijvoorbeeld in Italië, Kroatië, Wit-Rusland en de Oekraïne, zijn groepen TM-Sidhibeoefenaars bijeen of worden vredespaleizen opgezet.

HET MIDDEN-OOSTEN

In Israël heeft de burgemeester van Ashdod steun toegezegd:

“Een meditatiehal voor wereldvrede zal vijfhonderd mensen huisvesten die een opleiding krijgen in vredescheppende bewustzijnstechnieken waarvan wetenschappelijk is aangetoond dat ze misdaad, geweld en terrorisme verminderen, zelfs in oorlogsgebieden. Dit bleek uit belangrijk en baanbrekend onderzoek in Israël tijdens de oorlog in Libanon. Gezien het geringe succes van de pogingen om vrede te scheppen in ons deel van de wereld, vind ik dat we allemaal de handen ineen moeten slaan om dit creatieve, wetenschappelijke project voor vrede te realiseren. Om te bewerkstelligen wat de bijbelse profeten voorzagen: ‘Geen volk zal tegen een ander volk een zwaard opheffen en zij zullen de oorlog niet meer leren. Maar zij zullen zitten, eenieder onder zijn wijnstok en onder zijn vijgenboom, zonder dat iemand hem opschrikt.’”

Zvi Zilker, burgemeester van Ashdod, Israël, januari 2004

INDIA

Op meer dan 2000 plaatsen zijn opleidingscentra gevestigd waar, in overeenstemming met oude tradities, jongeren worden opgeleid in o.a. de Maharishi technologie van het verenigd veld. In totaal zijn er meer dan 200.000 personen die deelnemen aan deze opleidingen. Vele tienduizenden hebben de opleiding reeds voltooid. Het ligt dan ook voor de hand dat in India de 40.000 vredesexperts hun vredescheppende taak gaan uitvoeren voor de hele wereld. Het voordeel is dat in een ontwikkelingsland de kosten gering zijn in vergelijking met westerse landen.

Op uitnodiging kunnen de Indiase vredesexperts ook elders in de wereld hun vredebrengende werkzaamheden komen uitoefenen als het aantal plaatselijke TM-Sidhibeoefenaars tekortschiet.

JAPAN

In het centrum van het land van de rijzende zon is een vredespaleis gebouwd in de traditionele Japanse stijl. De regering van Japan heeft een onderzoek laten verrichten naar transcendente meditatie als techniek ter vermindering van stress in het bedrijfsleven.

VERENIGDE STATEN

In Amerika in de midwest is Vedic City gevestigd, de nieuwste gemeente van de staat Iowa. De nieuwe stad heeft de landelijke prijs gewonnen voor de Amerikaanse droomstad voor deze staat. "Vedic City vervult de Amerikaanse droom van een gezond, gelukkig leven in een veilige, vredige omgeving", zegt de burgemeester dr. Robert G. Wynne. De inwoners beoefenen praktisch allemaal het TM-Sidhiprogramma. De gemeente heeft 500 Indiase vredesexperts uitgenodigd in de stad te komen wonen in voor hen opgetrokken huisvesting.

In het naburige Fairfield staat de Maharishi University of Management. De universiteit leidt op voor erkende diploma's in 17 vakken, sommige tot het niveau van doctor (PhD), bijvoorbeeld in de fysiologie. In de omgeving wonen veel TM-Sidhibeefenaars. Ze hebben hun werk in het stadje of aan de universiteit. Dagelijks komen in de speciaal daarvoor gebouwde koepels 500 tot 700 TM-Sidhibeefenaars bijeen. Voor studenten aan de universiteit is deelname aan het meditatieprogramma in de koepel een verplicht onderdeel van hun studie.

Voorts bestaan vredespaleizen nabij de hoofdstad Washington (in Bethesda, Maryland) en in Lexington, Kentucky.

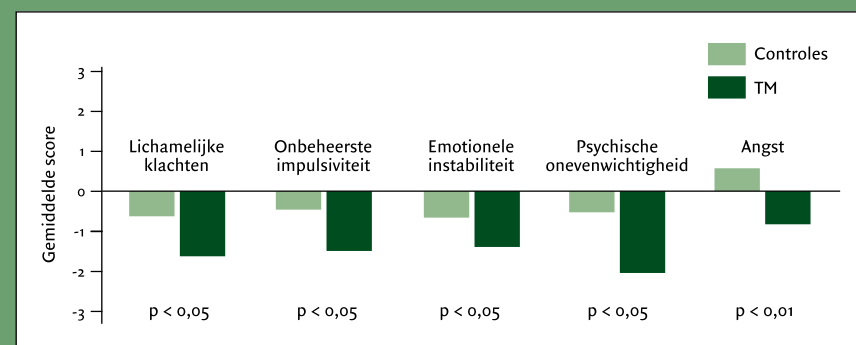
In New York staat in het financiële centrum, in Broad Street, een vredespaleis waar vredestechnieken worden gedoceerd en cursussen worden gegeven voor diverse sectoren van de maatschappij, waaronder financiën, economie en bestuur.



Centraal in Japan, in Nasu, nabij het buitenverblijf van de keizer ligt dit vredespaleis waar het TM-Sidhiprogramma wordt beoefend.

29

Onderzoek door Japanse regering



Het Japanse Ministerie van Arbeid liet een onderzoek verrichten naar Transcendente Meditatie over een periode van vijf maanden. Aan 447 industriewerkers van Sumitomo Heavy Industries, een van Japans grootste bedrijven, werd de TM-techniek geleerd. In vergelijking met de 321 werknemers die geen TM leerden, toonde de TM-groep significant minder lichamelijke klachten, minder onbeheerste impulsiviteit, minder emotionele instabiliteit, minder psychische onevenwichtigheid en minder angst. De mensen uit de TM-groep gaven aan sneller in te slapen en beter door te slapen en minder te roken.

Bron: Haratani, e.a. Effects of Transcendental Meditation (TM) on the mental health of industrial workers. *Japanese Journal of Industrial Health* 32 (7): 346, 1990. En: Haratani e.a., Effects of Transcendental Meditation (TM) on the health behavior of industrial workers. *Japanese Journal of Public Health* 37 (10): 729, 1990