

LYNNE McTAGGART

Bekend van *Het Veld* en *Het intentie-experiment*

**HET
INTENTIE
EFFECT**



The Power of Eight

Inhoud

Proloog 9

Deel I – Verklaring van een wonder 15

- 1 Een ruimte aan mogelijkheden 17
- 2 De eerste wereldwijde experimenten 24
 - 3 Virtuele verstrengeling 37
 - 4 Mentale grensoverschrijding 46
 - 5 The Power of Twelve 56
 - 6 Het vredesintentie-experiment 66
 - 7 Vrede denken 73
 - 8 Het heilige ogenblik 81
 - 9 Mystieke hersenen 87
 - 10 Onbekenden omhelzen 94
 - 11 Een wending in het verhaal 100
 - 12 Helend water 109
 - 13 Lekkende emmers 120
 - 14 Twin Towers van de vrede 129
 - 15 Wonden helen 140
 - 16 Het spiegeleffect 148
 - 17 De frequentie van intentie 156
 - 18 Geven en ontvangen 161
 - 19 Denken aan de ander 167
 - 20 Een jaar van intenties 177
 - 21 Power of Eight-onderzoek 192

Deel II – Je eigen Power of Eight-kring creëren 209

- 22 De acht bijeenbrengen 211

Dankwoord 221

Noten 222

Bibliografie 234

Register 248

Over de auteur 255

Proloog

Jarenlang heb ik geweigerd dit boek te schrijven, omdat ik niets geloofde van de vreemde ervaringen van genezing die in mijn workshops plaatsvonden. Eigenlijk betekende dit dat ik niet wist wat ik met een wonder aan moest.

Ik gebruik de woorden 'wonder' en 'helen' of 'gezezen' niet in metaforische zin; ik verwijs ermee naar wonderbaarlijke gebeurtenissen, naar verschillende uitzonderlijke en onverklaarbare situaties waarin mensen, nadat ze bijeen waren gekomen in kleine groepjes om gezamenlijk helende gedachten uit te zenden, op onverklaarbare wijze acuut genazen van allerlei fysieke kwalen. Ik heb het hier over het soort wonderen dat grote vraagtekens zet bij onze ideeën over hoe de wereld in elkaar zit.

Het idee om mensen in groepjes van acht bij elkaar te zetten ontstond bij mij tijdens workshops die ik gaf in 2008. Het was eigenlijk een dwaze ingeving; ik wilde zien wat er zou gebeuren als de deelnemers probeerden één persoon uit het groepje met behulp van collectieve gedachten te genezen. Ik noemde ze Power of Eight-groepjes, maar in plaats van acht hadden het er ook acht miljoen kunnen zijn, zo sterk bleken ze te werken en zo totaal zetten ze alles wat ik over de aard van de mens meende te begrijpen op losse schroeven.

Als schrijfster voel ik mij aangetrokken tot de grote mysteriën en de grote vragen van het leven, zoals de betekenis van bewustzijn, ongewone ervaringen en het leven na de dood, en met name ongerijmdheden die ingaan tegen conventionele wijsheid. Ik zoek graag, zoals psycholoog William James het zei, naar die ene witte kraai, om aan te tonen dat niet alle kraaien zwart zijn.

Maar ondanks alle uitstapjes naar het onconventionele ben ik, door mijn achtergrond als onderzoeksjournalist, in de kern nog altijd een nuchtere verslaggeefster en probeer ik nog altijd te werken met louter harde bewijzen. Ik ben niet geneigd tot geheimzinnige verwijzingen naar mystiek of aura's, en zal de woorden 'kwantum' of 'energie' nooit terloops of ondoordacht gebruiken. Eigenlijk heb ik aan niets een grotere hekel dan aan ongefundeerd gewauwel, want dat bezorgt mijn werk een slechte naam.

Ik ben geen atheïst, en ook geen agnost. Een diep spirituele kant van mij blijft ervan overtuigd dat mensen meer zijn dan een verzameling chemische

stoffen en elektrische signalen. Maar de reden dat ik mij nog steeds aangetrokken voel tot de Maginotlinie die het materiële van het immateriële scheidt is dat ik mijn geloof onderbouw met behulp van de gausscurve en het dubbelblindonderzoek.

Mijn eigen (tamelijk conventionele) visie op de aard van de werkelijkheid werd na het onderzoek voor mijn boek *Het veld* voor het eerst danig door elkaar geschud. Ik was met dat boek begonnen omdat ik wetenschappelijk inzicht wilde krijgen in homeopathie en spirituele genezing, maar mijn onderzoek voerde mij al snel mee naar een vreemd, onbekend gebied, naar een revolutie in de wetenschap die voor veel van onze dierbare opvattingen omtrent het universum en hoe het in elkaar zit een grote uitdaging betekende. De vooruitstrevende wetenschappers waarmee ik tijdens mijn onderzoek in contact kwam (allemaal met een onberispelijke staat van dienst en werkzaam aan prestigieuze instituten) hadden verbazingwekkende ontdekkingen gedaan over de subatomaire wereld, die een streep leken te halen door de huidige wetten van de biochemie en de fysica. Ze hadden bewijzen gevonden dat de werkelijkheid in haar totaliteit een onderlinge verbondenheid bezat via het nulpuntveld, een onderliggend kwantumenergieveld waarin via een uitgestrekt netwerk energie wordt uitgewisseld.

Onderzoek van enkele vooruitstrevende biologen leverde resultaten op die erop leken te wijzen dat het primaire communicatiesysteem van het lichaam niet is gebaseerd op chemische reacties, maar op kwantumtrillingen en subatomaire energetische ladingen. Ze hadden onderzocht of het menselijk bewustzijn in staat is toegang te krijgen tot informatie die buiten de conventionele grenzen van tijd en ruimte ligt. In talloze experimenten toonden ze aan dat onze gedachten niet opgesloten zitten in ons hoofd, maar die begrenzing voorbijgaan en andere mensen en dingen kunnen bereiken, en zelfs kunnen beïnvloeden. In elk experiment werden aspecten ontdekt die samen een nieuwe wetenschap vormden, een compleet nieuwe kijk op de wereld.

Het schrijven van *Het veld* zorgde ervoor dat ik nog meer in deze vreemde kijk op de werkelijkheid dook. Ik was met name nieuwsgierig naar de gevolgen van de ontdekking dat gedachten echt iets zijn en het vermogen hebben om fysieke materie te veranderen.

Deze ideeën bleven mij achtervolgen. Er waren enkele bestsellers gepubliceerd over de wet van aantrekking en de kracht van intenties (over het idee dat je wat je heel graag wilt teweeg kunt brengen door er alleen maar op een

geconcentreerde manier aan te denken), maar ik bleef een zekere twijfel houden, omdat ik met een aantal ongemakkelijke vragen bleef zitten. Is dit een echt vermogen? Hoe universeel is het dan? Wat kun je ermee doen? Hebben we het hier over het genezen van kanker of over het verplaatsen van kwantumdeeltjes? De belangrijkste vraag voor mij was: wat gebeurt er als heel veel mensen tegelijk dezelfde gedachte denken, wordt het effect van die gedachte dan versterkt?

Onderzoek dat ik deed voor *Het veld* leek uit te wijzen dat ons denken op een of andere manier onlosmakelijk verbonden is met de materie, en daadwerkelijk in staat is die te veranderen. Maar dit feit, dat natuurlijk vele vragen opriep over de aard van ons bewustzijn, was door de populaire behandeling verworpen tot het idee dat je jezelf rijk kunt denken.

Ik wilde iets laten zien dat verder ging dan het materialiseren van een auto of diamanten ring, iets dat verder ging dan meer spullen vergaren. Ik had iets groters op het oog. Deze nieuwe wetenschap leek alles wat we meenden te weten over onze aangeboren menselijke vermogens te veranderen en ik wilde die wetenschap tot het uiterste testen. Als wij over dergelijke vermogens beschikken, dan wees dat erop dat we anders moesten gaan leven, volgens een radicaal nieuwe kijk op onszelf: als onderdeel van een groter geheel. Ik wilde onderzoeken of het vermogen van ons denken krachtig genoeg was om personen te genezen, om de wereld te helen. Als een 21e-eeuwse ongelovige Thomas zocht ik eigenlijk naar een manier om de magie te ontleden.

Dit was de bedoeling van mijn volgende boek, *Het intentie-experiment*. Daarin wilde ik alle geloofwaardige wetenschappelijke bewijzen verzamelen over de macht die het denken heeft over materie. Tegelijk was het boek ook een uitnodiging. Er was maar heel weinig onderzoek gedaan naar intenties gebruikt door groepen mensen en ik had het plan opgevat om die leemte te vullen door mijn lezers te benutten voor een doorgaand wetenschappelijk onderzoek naar groepsintentie. Nadat het boek in 2007 uitkwam, bracht ik een groepje fysici, biologen, psychologen, statistici en neurowetenschappers met veel ervaring in bewustzijns onderzoek bijeen. Regelmatig nodigde ik mijn internetpubliek uit (of mijn gehoor, als ik een lezing of workshop gaf) om een bepaalde gedachte uit te zenden en daarmee een situatie in een laboratorium te beïnvloeden. Die situatie was door een van de wetenschappers met wie ik samenwerkte speciaal daarvoor gecreëerd. Zij verwerkten vervolgens de resultaten, om te kijken of de gedachten iets hadden veranderd.

Dit project groeide uit tot een groot, wereldomvattend laboratorium, waarin honderdduizenden lezers uit meer dan honderd landen deelnamen aan een van de eerste gecontroleerde onderzoeken naar de kracht van groepsintentie. Hoewel enkele van deze experimenten tamelijk basaal waren, vond ook het eenvoudigste experiment plaats onder strenge wetenschappelijke omstandigheden en volgens een nauwkeurig omschreven protocol. Op één na werden alle experimenten uitgevoerd met een of meer controledoelen. Bovendien werden ze ‘blind’ uitgevoerd: de erbij betrokken wetenschappers wisten niet naar welk doel de intenties werden gezonden voordat het experiment voorbij was en de resultaten waren verwerkt.

Ik was er helemaal niet van overtuigd dat we positieve resultaten zouden behalen, maar wilde het een kans geven. *Het intentie-experiment* stond vol met disclaimers om aan te geven dat de uitkomst niet zo belangrijk was als de bereidheid om het idee te onderzoeken. Twee maanden nadat het boek uitkwam startte ik het eerste experiment en ademde een keer diep in.

Het experiment bleek echt te werken! Van de 30 proeven die ik tot nu toe heb gedaan, leverden er 26 meetbare, meestal significante bewijzen op; bij 3 van de 4 die geen resultaat opleverden hadden we te kampen met technische problemen. Om dit resultaat even in perspectief te plaatsen: bijna geen enkel medicijn dat de farmaceutische industrie produceert kan bogen op zo’n positief resultaat.

Een jaar nadat ik dit wereldwijde experiment met grote groepen van duizenden mensen begon, besloot ik het hele proces in mijn workshops kleinschalig uit te proberen en vormde voor het uitzenden van helende intenties de Power of Eight-groepjes. Voor mij was dit een informeler, minder pretentius experiment, maar het werkte uit op een manier die werkelijk al mijn verwachtingen overtrof. Mensen met chronische kwalen meldden onmiddellijke, bijna wonderbaarlijke genezingen!

Het intentie-experiment wekte de verbeeldingskracht van het publiek op. Bestsellerauteur Dan Brown liet mij en mijn werk zelfs een rol spelen in een van zijn boeken, *Het verloren symbool*. Toch zijn de resultaten van het experiment zelf slechts een deel van dit verhaal, en niet eens het belangrijkste aspect ervan.

Toen ik deze experimenten deed en de Power of Eight-groepjes begeleidde, zo besef ik nu, stelde ik vaak de verkeerde vragen.

Het belangrijkste aspect was hoe de intenties precies werkten en wat dat ons leerde over de aard van bewustzijn, dat buitengewone menselijke vermo-

gen, en over de kracht van het collectief.

Het resultaat van beide experimenten, verbazingwekkend als ze waren, viel in het niet bij wat er met de deelnemers gebeurde. Het krachtigste effect van de groepsintenties, een effect dat in bijna elk populair boek over dit onderwerp over het hoofd wordt gezien, was het effect op de personen zelf die de intenties uitzonden.

Op een gegeven moment begon ik in te zien dat juist de ervaring van deelname aan een groepsintentie grote veranderingen bij mensen teweegbracht: veranderingen in individueel bewustzijn, wegvallen van het gevoel van gescheidenheid en individualiteit, en opgenomen worden in wat alleen maar aangeduid kan worden als een extatische ervaring van eenwording. Bij elk experiment, hoe groot of hoe klein ook, of het nu wereldwijd was of plaatsvond in een groepje van acht, zag ik steeds opnieuw eenzelfde groepsdynamiek, die zo sterk was en zulke ingrijpende veranderingen teweegbracht, dat je van persoonlijke wonderen kunt spreken. Ik heb honderden zo niet duizenden acute wonderen in het leven van de deelnemers geregistreerd: ze genazen van langdurige ziekten, heelden vervreemde relaties, ontdekten een nieuw levensdoel of gaven een routinematige baan op voor een meer avontuurlijke of bevredigende carrière. Enkel van hen werden zelfs getransformeerd terwijl ze voor me stonden! En er was nooit een sjamaan of goeroe bij aanwezig en ook geen sprake van ingewikkelde genezingsprocessen; de deelnemers hoefden zelfs geen ervaring te hebben met healing. Het bezielende instrument dat dit allemaal veroorzaakte werd heel simpel gevormd door het groepje mensen dat bijeenkwam.

Wat had ik in hemelsnaam met hen gedaan? In het begin geloofde ik het niet. Jarenlang heb ik aan mijn op hol geslagen verbeelding toegeschreven wat later *reboundeffecten* bleken te zijn. Tegen mijn man bleef ik maar zeggen dat ik meer verhalen nodig had, meer experimenten moest doen, meer harde bewijzen moest verzamelen. Vervolgens begon ik bang te worden voor wat er allemaal gebeurde en zocht ik naar historische wetenschappelijke precedenten.

Ten slotte drong het tot me door dat deze experimenten mij op een heel concrete manier – door mij rechtstreeks te laten ervaren wat ik tot dan toe alleen maar intellectueel begreep – lieten zien dat de verhalen die wij onszelf vertellen over hoe onze geest werkt overduidelijk fout zijn. Hoewel ik in *Het veld* had geschreven over bewustzijn en het effect ervan op de grote, zichtbare wereld, overtrof waar ik nu getuige van was zelfs mijn meest buitenissige idee-

en. Elk experiment dat ik deed, ieder Power of Eight-groepje dat ik formeerde, toonde aan dat gedachten niet opgesloten zitten in ons hoofd, maar hun weg vinden naar andere mensen en dingen, zelfs op duizenden kilometers afstand, en het vermogen hebben om die te veranderen. Gedachten waren niet gewoon dingen, zelfs geen dingen die andere dingen kunnen beïnvloeden, ze hadden zelfs het vermogen om te herstellen wat er in een mensenleven kapot was gegaan.

Dit boek is een poging om de wonderen die tijdens de experimenten plaatsvonden beter te begrijpen – ik wilde er echt achter komen wat ik met de deelnemers had gedaan – binnen een groter wetenschappelijk en tevens esoterisch kader, en in een religieus historisch perspectief. Het is de biografie van een menselijke onderneming waar ik tegenaan liep die heel oude antecedenten blijkt te hebben, zelfs in het christendom. Het intentie-effect gaat ook over mij en over wat er met iemand zoals ik gebeurt als de regels van het spel (de regels volgens welke wij ons leven hebben geleid) plotseling niet meer gelden.

Het resultaat van de experimenten met groepsintentie is opmerkelijk, maar is toch niet waar het om gaat. Dit verhaal gaat over de wonderbaarlijke kracht die jij in je hebt om je eigen leven te helen, een kracht die, ironisch genoeg, vrijkomt op het moment dat je stopt met aan jezelf te denken.

Deel I

Verklaring van een wonder

1

Een ruimte aan mogelijkheden

Gezamenlijk

Eind april 2008 zat ik op een middag met mijn man Bryan achter de computer. We probeerden te bedenken hoe we het grote intentie-experiment dat ik had uitgevoerd konden verkleinen met het oog op workshops die we die zomer in de Verenigde Staten en in Londen wilden gaan geven.

Het was een jaar geleden dat ik het wereldwijde intentie-experiment was begonnen, waarvoor ik lezers uit de hele wereld had uitgenodigd om intenties uit te zenden naar een gecontroleerd doel in een laboratorium van een van de wetenschappers die bereid waren met mij samen te werken. We hadden op dat moment zo'n vier experimenten gedaan, waarin intenties werden uitgezonden naar eenvoudige doelen, zoals zaden en planten. De resultaten die we kregen waren opmerkelijk bemoedigend te noemen.

Ik wilde nu het effect van intenties terugbrengen tot iets persoonlijks voor mensen, iets wat bovendien goed in een weekendworkshop paste. Ik had echter nog niet veel workshops gegeven en ik wist precies wat ik niet wilde: de pretentie hebben dat ik mensen kon helpen wonderen te doen. Er werd namelijk uitgebreid geadverteerd met dergelijke workshops. Iets wat me ook sterk bezighield waren de beperkingen van de workshopsetting; de kracht van gedachten op iemands leven zou best pas merkbaar kunnen worden na een periode van weken, maanden of zelfs jaren. Hoe konden we tussen vrijdag en zondagmiddag een betekenisvolle verandering laten zien?

Ik begon met onze gedachten te noteren op een powerpointdia.

Ik typte 'gefocust'. Ik had veel intentiemeesters geïnterviewd (boeddhistische monniken, qigongmeesters, grote healers) en allemaal zeiden ze dat ze in een gefocuste en energetisch sterk geladen gemoedstoestand kwamen.

'Geconcentreerd', zei Bryan. Misschien werd de gedachtekracht versterkt door een massaal uitgezonden intentie. Dat leek zeker het geval.

Gefocust.

Geconcentreerd.

Alle wereldwijde intentie-experimenten die ik plande waren bedoeld om

iets op aarde te helen, dus het leek zinvol ook in de weekendworkshops de aandacht te richten op helen. We besloten in de workshops te proberen iets in het leven van de deelnemers te helpen helen.

Vervolgens schreef ik ‘gezamenlijk’.

Een klein groepje.

‘Laten we proberen de mensen in groepjes van ongeveer acht bij elkaar te zetten en samen een helende intentie te laten uitzenden naar een van hen die een gezondheidsprobleem heeft’, zei ik tegen Bryan. Misschien konden we zo ontdekken of een klein groepje dezelfde kracht genereerde als een grote groep. Waar lag het kantelpunt als het gaat om het aantal? Hadden we een ‘kritische massa’ aan mensen nodig, zoals in een grote groep? Of zou een groepje van acht voldoende zijn? We weten niet meer wie van ons met het idee kwam – waarschijnlijk Bryan, die heel goed is in krantenkoppen bedenken – maar we doopten de groepjes de Power of Eight. Rond half mei, toen we naar Chicago gingen, hadden we een plan bedacht.

Ik kwam op het idee van kleine groepjes nadat ik hoorde wat er met Don Berry was gebeurd. Don was een oorlogsveteraan uit Tullahoma (Tennessee). Hij had zich in maart 2007 op onze website voor het intentie-experiment ingeschreven en was daarmee ons eerste menselijke intentiedoel. In 1981 bleek dat hij de ziekte van Bechterew had, waardoor een aantal wervels was vergroeid en hij zijn rug niet meer naar links of naar rechts kon buigen. Zelfs zijn ribben leken onbeweeglijk te zijn geworden en vanwege deze toestand had hij zijn borstkas al twintig jaar niet meer kunnen bewegen. In de loop van de tijd waren zijn beide heupgewrichten vervangen. Daarbovenop leed hij voortdurend pijn. Er waren talrijke röntgenfoto’s gemaakt en medische rapporten opgesteld, zei hij, en hij kon een volledig verslag van zijn medische geschiedenis overleggen. Aan de hand daarvan kon iedere verandering worden vastgesteld.

Dons blog bracht leden van mijn online community ertoe tweewekelijkse periodes af te spreken waarin ze Don helende intenties zouden zenden, terwijl hij op zijn beurt een dagboek van zijn toestand zou bijhouden. ‘Terwijl dit aan de gang was, begon ik me beter te voelen’, schreef hij mij. ‘Het was geen acute genezing, maar ik voelde me beter en had minder pijn.’

Acht maanden later schreef Don mij dat hij tijdens zijn halfjaarlijkse afspraak met de reumatoloog, op een vraag van de arts voor het eerst kon zeggen dat hij zich fantastisch voelde, met maar af en toe pijn. ‘Mijn wervels zijn

nog steeds gefixeerd, maar ik merk dat ik buigzamer ben en de pijn is echt stukken minder geworden', zei hij tegen de arts. 'Ik kan me niet herinneren dat ik me ooit zo goed heb gevoeld.'

De arts pakte zijn stethoscoop om naar Dons hart te luisteren en vroeg hem diep in te ademen. Terwijl hij aandachtig luisterde, keek de arts Don op het eind van zijn inademing plotseling aan en zei met ongeloof op zijn gezicht: 'Je borstkas beweegt!'

De arts zat letterlijk met open mond te kijken, schreef Don. 'Mijn borstkas beweegt!!! Ik voel me weer een normaal mens! Ik heb geen spontane genezing ervaren, maar het intentie-experiment heeft de zaak in beweging gebracht en heeft ervoor gezorgd dat ik mij veel beter ben gaan voelen. Bovendien ging ik herkennen hoe ik met mijn eigen denken mijn gezondheid beïnvloed, en ook de wereld om mij heen.'

Ik dacht dat de effecten van de intenties van de groep in Chicago ongeveer dezelfde zouden zijn: een paar kleine verbeteringen die veroorzaakt worden door het placebo-effect, een feelgoodoefening, vergelijkbaar met een lichaams- of gezichtsmassage.

Ik zeg Chicago, maar eigenlijk waren we niet eens in de buurt van die stad, maar zaten we in Schaumburg (Illinois), in een van de Cook County-modelstadjes van de Golden Corridor in het noordwesten van Illinois, zo genoemd vanwege de goudmijn die de winkelstraten, industrieparken, Fortune 500-bedrijven en Hooters en Benihana-restaurants langs de Interstate 90 bleken te zijn. Motorola had zijn hoofdkwartier in Schaumburg. Woodfield Mall, op een steenworp afstand van ons hotel, was het op tien na grootste winkelcentrum van de Verenigde Staten. Eigenlijk hadden we overal in de Verenigde Staten kunnen zijn, in een groot hotelcomplex langs een snelweg. Het Renaissance Schaumburg Convention Center Hotel was door de organisatoren van de conferentie voornamelijk vanwege zijn locatie gekozen, op twintig kilometer van O'Hare Airport. Toen ze beseften welke economische mogelijkheden er in het slaperige boerenland lagen, had de elite van de stad de laatste 20 hectare opgekocht, die ingeklemd lag tussen snelweg 90 en Route 61, en had er het elegante hotel neergezet waarin wij nu verbleven.

De avond voor de conferentie zaten wij in het spelonkachtige atrium rondom een elektrisch openhaardvuur, starend naar een klein watergootje, dat in het niet viel bij de enorme vijver die ons scheidde van de tolgeweg die een achtfiguur maakte. Ik had nog steeds het gevoel dat ik nog lang niet ver genoeg in

mijn ontdekkingsproces was om deze workshop te kunnen geven en maakte me zorgen over wat er morgen zou gebeuren. Moesten we een kring vormen? Moest iedereen elkaars handen vasthouden? Waar moest de persoon zich bevinden naar wie we de helende intenties uitzonden? In het midden? Of moest hij deel van de kring zijn? Hoelang moest de groep met de helende intentie doorgaan? En moesten het precies acht mensen zijn? Of kon elk willekeurig aantal deelnemers een groep vormen?

In ons internetexperiment waren we heel voorzichtig te werk gegaan en hadden we zorgvuldig vermeden buiten de kleine, informele groepjes die zich via het openbare deel van mijn website hadden gevormd (en die helende intenties uitzonden naar mensen zoals Don Berry), mensen als doel te gebruiken. We wisten immers niet of het effect positief of negatief zou zijn wanneer duizenden mensen hun gedachten op één persoon richtten. Deze keer hadden we geen vangnet, geen dubbelblindtest, geen wetenschappelijke procedure. *Als er nu maar niemand gewond raakt!* Voor mij was er maar één ding zeker, ook al was het niet meer dan een gevoel: we moesten de mensen opstellen in een kring. Morgen, zo hielden we onszelf voor, zouden we weten of dat gevoel juist was geweest.

Op zaterdag verdeelden we ons publiek (een honderdtal personen) in groepjes van ongeveer acht, waarbij we ervoor zorgden dat de meesten elkaar niet kenden. We vroegen of uit elk groepje iemand met een fysiek of emotioneel probleem zich beschikbaar wilde stellen als doel voor de intenties van de anderen. Deze persoon vertelde wat zijn of haar probleem was, waarna ze een kring vormden, elkaars handen vasthielden en gedurende tien minuten helende gedachten stuurden naar die ene persoon. Tien minuten was de tijdsduur die we ook in onze grote experimenten aanhielden, voornamelijk omdat dat de maximale tijd leek te zijn dat een ongetraind iemand zich op een gedachte kon concentreren.

Ik gaf instructies voor de Powering Up, een programma dat ik heb bedacht en uitgelegd in *Het intentie-experiment* en dat is gebaseerd op de kern van de meest gebruikte methoden van 'intentiemeesters' (meesterhealers, qigongmeesters en boeddhistische monniken), gecombineerd met aspecten die het beste werkten in laboratoriumonderzoek naar de macht van gedachten over materie. De Powering Up begint met een korte ademhalingsoefening, gevolgd door een visualisatie en een oefening in compassie, om mensen te helpen in

een energievolle toestand van diepe concentratie en bezieling te komen.’ Tevens liet ik zien hoe je een specifieke intentie maakt; uit laboratoriumonderzoek was gebleken dat specifieke intenties het beste werken. De leden van elk groepje hielden elkaars handen vast en stonden in een kring, of ze zetten de persoon die als doel fungeerde in het midden en legden allemaal een hand op hem of haar, als de spaken van een wiel. Ik wist absoluut niet welke vorm beter was, maar het leek erop dat ononderbroken fysiek contact binnen het groepje belangrijk was.

‘Dit is gewoon een soort experiment’, zei ik tegen iedereen voordat we begonnen. We vertelden er niet bij dat we eigenlijk onbekend gebied betraden en dat ik de koers die we volgden op het moment zelf moest bepalen. ‘Alles wat er gebeurt is goed.’ We zetten de muziek op die we ook voor de grote experimenten gebruikten en keken toe hoe de groepsleden zich diep met elkaar verbonden. Voordat ze na die avond naar huis gingen, vroegen we degenen die het doel van de intenties waren geweest of ze zich erop wilden voorbereiden de volgende morgen hun ervaringen te delen en hun huidige mentale, emotionele en fysieke toestand te beschrijven.

‘Verzin geen verbeteringen die er niet zijn’, zei ik.

Op zondagmorgen vroeg ik degenen die de intenties hadden ontvangen naar voren te komen en te vertellen hoe ze zich voelden. Er vormde zich een rij van ongeveer tien personen en wij gaven iedereen om beurten de microfoon.

Een van de vrouwen uit de rij, die last had van slapeloosheid en nachtelijk zweten, had voor het eerst in jaren weer goed geslapen. Een andere vrouw, die ernstige pijn in haar been had, vertelde dat de pijn tijdens de sessie was toegenomen, maar daarna zo sterk verminderd was dat ze minder pijn had dan ze zich van negen jaar lang kon herinneren. Een vrouw met chronische migraine zei dat de hoofdpijn weg was toen ze wakker werd. Een andere deelnemer zei dat haar hevige buikpijn en haar prikkelbaredarmklachten waren verdwenen. Een vrouw die aan depressie leed zei dat die voor haar gevoel weg was. Dit was een uur lang de toon van de verhalen.

Ik durfde niet naar Bryan te kijken, zo diep geschokt was ik. *Het was alsof de*

* Een samenvatting van het Powering Up-programma staat in hoofdstuk 22, op pagina 213.

lammen weer konden lopen! Ik doe vaak geringschattend over bovennatuurlijke zaken, maar wat zich hier vlak voor mijn neus voltrok was beslist bovennatuurlijk! Ik hoopte maar dat dit niet het gevolg was van suggestie. De intenties van de groep leken bovendien effectiever te werken naarmate de dag vorderde.

Eenmaal weer thuis wist ik niet wat ik met deze ervaring aan moest. De mogelijkheid van een onmiddellijke en wonderbaarlijke genezing wees ik van de hand. Misschien was er sprake van een verwachtingseffect, dacht ik bij mezelf, en hadden de personen daarmee hun eigen geneeskracht geactiveerd.

Maar waar ter wereld we het jaar daarop ook kwamen, in iedere workshop die we gaven – hoe groot of hoe klein ook – was het zo dat als we de deelnemers in groepjes van ongeveer acht personen neerzetten, ze een paar aanwijzingen gaven en vervolgens vroegen hun intentie te zenden naar één groepslid, we tot onze stomme verbazing steeds opnieuw dezelfde ervaring hadden: er volgde het ene na het andere verhaal van een uitzonderlijke verbetering en van een fysieke en psychische transformatie.

Marekje kon vanwege MS moeilijk zonder krukken lopen, maar de volgende morgen verscheen ze zonder krukken.

Marcia had last van een staarachtige vertroebeling aan één oog. De volgende dag, na de helende intenties van de groep, zei ze dat het gezichtsvermogen van haar aangedane oog bijna volledig was hersteld.

En er was Heddy uit Maarssen, die last had van artritis aan haar knie. 'Ik kon mijn knie hooguit 90 graden buigen en hij deed altijd pijn. Trappen lopen was heel moeilijk voor me. Ik moest heel voorzichtig stapje voor stapje de trap af.' Haar groepje had haar in het midden gezet en was dicht om haar heen gaan zitten. Twee personen hadden een hand op haar knie gelegd.

'In het begin voelde ik niets, maar toen werd het warm. Mijn spieren begonnen te trillen en iedereen trilde met mij mee. Ik voelde hoe de pijn weg-trok en een paar minuten later was alle pijn verdwenen', zei ze.

Die avond kon Heddy probleemloos de trap op- en af komen, en kon ze naar de sauna van het hotel. De volgende morgen was de pijn nog steeds weg. 'Ik stapte uit bed en liep naar de douche. Ik was vergeten dat ik dat stapje voor stapje moest doen. Ik liep gewoon de trap af!'

Dan was er de moeder van Laura uit Denver, die scoliose had. Na haar beurt om intenties te ontvangen vertelde ze dat haar pijn weg was. Enkele maanden later schreef Laura mij dat de wervelkolom van haar moeder zo sterk veranderd was dat ze de achteruitkijkspiegel in haar moeders auto moest aanpassen aan haar nieuwe zithouding.

En er was Paul uit Miami, die zo'n last had van de peesontsteking in zijn rechterhand dat hij altijd een brace moest dragen. Toen hij doelpersoon van zijn groepje was en de dag daarna voor de hele groep stond, liet hij zien hoe volmaakt hij zijn hand weer kon bewegen.

Diane was er, die zo'n pijn in haar heup had door scoliose dat ze niet meer aan sport kon doen en in een jaar meer dan twee centimeter was gekrompen. Tijdens het uitzenden van de intenties voelde ze een intense warmte en een prikkelreactie in haar rug. De volgende dag vertelde ze: 'Het is alsof ik een nieuwe heup heb.' En Gloria, die het gevoel had dat ze tijdens de intenties aan beide kanten werd uitgerekt en langer gemaakt, waarna de voortdurende pijn in haar lendenwervels totaal was verdwenen.

En Daniel uit Madrid, die een zeldzame aandoening had waardoor zijn lichaam geen vitamine D kon verwerken, en zijn wervelkolom ernstig naar voren was gebogen en hij moeite had met ademen. Tijdens de intenties had hij pijn in zijn rug, voelde hij warmte in zijn heupen en waren zijn handen en voeten koud. Hij merkte dat de pijn erger werd en hij voelde dat zijn rug werd gestrekt, alsof die groeide. Even voelde het alsof zijn rug zou breken, maar na afloop van de intenties zei Daniel dat hij voor het eerst in jaren weer normaal adem kon halen en dat hij merkbaar meer rechtop liep.

En zo waren er honderden, zo niet duizenden. Steeds weer stond ik daar en zag ik hoe de veranderingen zich recht voor mijn ogen voltrokken. Ik zou een goed gevoel moeten hebben gehad over deze verbazingwekkende veranderingen, maar in die tijd beschouwde ik ze als een last, want ik meende dat ze de geloofwaardigheid ondermijnden van wat ik als mijn 'echte' werk beschouwde, namelijk de grootschalige wereldwijde experimenten.

Dit is de reden dat ik jarenlang ontkend heb wat er plaatsvond. Iedere journalist zal je vertellen dat ik negeerde waar het eigenlijk om ging. Ik begreep niet ten volle wat Rosa had geprobeerd mij duidelijk te maken over wat er gebeurde toen haar groepje de intentie uitzond voor haar te traag werkende schildklier. Ze zei: 'Ik voelde een tunnel opengaan en een verbinding ontstaan met het universum. Als ik dit kon toelaten, zou ik genezen. Het voelde alsof ik tegelijk genezing gaf en ontving, alsof ik mijzelf heelde.'